Università degli Studi di Genova
Genoa University

Scuola di Scienze sociali
School of Social Sciences

DISFOR Dipartimento di Scienze della Formazione

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE VALPARAÍSO

DOTTORATO DI RICERCA IN SCIENZE SOCIALI
CURRICULUM MIGRAZIONI E PROCESSI INTERCULTURALI
CICLO XXXVIII

IN COTUTELA CON

PROGRAMA DE DOCTORADO EN PSICOLOGÍA
ESCUELA DE PSICOLOGÍA
FACULTAD DE FILOSOFÍA Y EDUCACIÓN

If we are what we eat, who are we?
Il cibo come spazio di espressione e costruzione identitaria in contesti migratori: analisi delle pratiche alimentari in prospettiva ecologica

Tutor accademico: prof.ssa Laura Migliorini
Co-tutor accademico: prof.ssa Maria Isabel Reyes Espejo
Coordinatore del dottorato: prof. Luca Andrighetto
Candidata: Martina Arcadu

Esame finale anno 2026

If we are what we eat, who are we?

Il cibo come spazio di espressione e costruzione identitaria in contesti migratori: analisi delle pratiche alimentari in prospettiva ecologica

Martina Arcadu

Tesi di dottorato di ricerca in

SCIENZE SOCIALI - CURRICULUM MIGRAZIONI E PROCESSI INTERCULTURALI
Ciclo XXXVIII, Università degli Studi di Genova, Scuola di Scienze Sociali, Dipartimento di Scienze della formazione (DISFOR)

IN COTUTELA CON

PROGRAMA DE DOCTORADO EN PSICOLOGÍA
Pontificia Universidad Católica De Valparaíso, Facultad de Filosofía y Educación, Escuela de Psicología

Tutor accademico: prof.ssa Laura Migliorini
Co-tutor accademico: prof.ssa Maria Isabel Reyes Espejo

Resumen en español

DOCTORADO EN

CIENCIAS SOCIALES - CURRICULUM MIGRACIONES Y PROCESOS INTERCULTURALES
Ciclo XXXVIII, Universidad de Génova, Facultad de Ciencias Sociales, Departamento de Ciencias de la Educación (DISFOR)

EN COTUTELA CON

PROGRAMA DE DOCTORADO EN PSICOLOGÍA
Pontificia Universidad Católica De Valparaíso, Facultad de Filosofía y Educación, Escuela de Psicología

If we are what we eat, who are we?
La comida como espacio de expresión y construcción identitaria en contextos migratorios: análisis de las prácticas alimentarias desde una perspectiva ecológica

Tutor académico: Prof. Laura Migliorini
Co-tutor académico: Prof. María Isabel Reyes Espejo
Coordinador del doctorado: Prof. Luca Andrighetto
Candidata: Martina Arcadu

Examen final año 2026

If we are what we eat, who are we?

La comida como espacio de expresión y construcción identitaria en contextos migratorios: análisis de las prácticas alimentarias desde una perspectiva ecológica

Martina Arcadu

Tesis doctoral en

CIENCIAS SOCIALES - CURRICULUM MIGRACIONES Y PROCESOS INTERCULTURALES
Ciclo XXXVIII, Universidad de Génova, Facultad de Ciencias Sociales, Departamento de Ciencias de la Educación (DISFOR)

EN COTUTELA CON

PROGRAMA DE DOCTORADO EN PSICOLOGÍA
Pontificia Universidad Católica De Valparaíso, Facultad de Filosofía y Educación, Escuela de Psicología

Directoras de Tesis: Prof. Laura Migliorini y Prof. María Isabel Reyes Espejo

Prólogo

Hay preguntas que nos acompañan durante mucho tiempo, sin que realmente nos demos cuenta. Una de ellas, para mí, tiene que ver con lo que comemos, o, mejor dicho, con lo que la comida dice de nosotros, de nuestros vínculos y de las historias que llevamos en el cuerpo y en los sentidos, incluso antes que en la memoria. Donna R. Gabaccia, en la década de 2000, la formuló así: «*If we are what we eat, who are we?(Si somos lo que comemos, ¿quiénes somos?)*». Es una pregunta que solo en apariencia es sencilla y que, a lo largo de los años, ha seguido surgiendo, discreta pero persistente. Esta pregunta, que entrelaza de manera particular la comida y la identidad en una única trayectoria, comenzó a dialogar silenciosamente con mi trayectoria personal, quizás mucho antes de convertirse en objeto de esta investigación.

Siempre me ha gustado la comida y todo lo que se refiere a ella. Recuerdo con claridad las comidas o cenas familiares, las reuniones alrededor de la mesa, los gestos que se repetían con naturalidad y que, solo con el tiempo, aprendí a reconocer como rituales de cuidado. En casa, la hora de la comida era siempre algo para disfrutar: un tiempo suspendido, un pequeño espacio de serenidad compartida, donde la vida cotidiana encontraba un ritmo más lento y los afectos se entrelazaban, rodeados de buenos aromas, colores y texturas. Recuerdo las palabras que fluían durante estos eventos: había conversaciones ligeras, comprometidas, risas hasta las lágrimas, intercambios de opiniones sobre noticias de actualidad o discursos en los que perderse, repasos para los exámenes del día siguiente, comentarios sobre las desgracias del día o canciones de felicitación entonadas para las celebraciones (rigurosas y puntuales cada año).

De niña, pero también hoy puedo afirmarlo con certeza, la comida era para mí una forma de presencia. Recuerdo en particular la leche que mi madre o mi padre me preparaban por la noche, después de cenar, antes de dormir. Me la servían en un vaso de plástico rojo con una pequeña asa. Aún conservo ese vaso y lo sigo utilizando hoy en día: es un objeto sencillo que guarda mi historia; cada vez que lo veo o lo utilizo, me lleva de vuelta a casa, me hace recordar quién soy y de dónde vengo. Quizás sea precisamente a partir de estos recuerdos que siento que la comida no es solo una necesidad o un placer, sino sobre todo una forma de relación, una forma de pertenecer y de reconocerse; de ser curiosa, descubrir y encontrarse. Y si hoy miro atrás, al camino recorrido y a las decisiones que he tomado, reconozco coherentemente cómo estos aspectos siempre han formado parte de mí y siguen definiendo la forma en que me acerco a los demás y al mundo.

Entonces decidí estudiar Psicología. Fue un enamoramiento, de esos que no se olvidan. Si hoy soy la persona y la investigadora que soy, también se lo debo a ella, que me enseñó a mirar el mundo con nuevos ojos. Me acompañó, me dio palabras para comprender y poder expresar lo que antes solo sentía de forma intuitiva, me enseñó a respetar al Otro con sus historias, sus formas de vida, sus silencios.

Recuerdo claramente uno de los primeros exámenes de Psicología Social, en la Universidad de Padua. Era un curso muy teórico, pero para mí fue como abrir una ventana a un paisaje inmenso. Aprendí a pensar en términos de sistemas, de entrelazamientos, de influencias recíprocas. Empecé a reconocer el poder de las diferencias culturales y a considerarlas como oportunidades de encuentro. Luego llegó el encuentro con la Psicología Comunitaria, que es, ante todo, una forma de ser y de habitar el mundo.

Es una perspectiva que abraza la complejidad, que cree en la posibilidad del cambio. Me enseñó que el cuidado y la atención no deben dirigirse solo al individuo, sino también -y, sobre todo- a los contextos de vida; que la salud se construye "juntos/as"; que el bienestar no es solo una condición física, sino un proceso que toma forma a partir de los vínculos. La psicología comunitaria ha sido, y sigue siendo para mí, una maestra silenciosa, un lente que me ha permitido unir el pensamiento y la acción, la teoría y la vida.

Después de la licenciatura, todo vino como una consecuencia «natural»: máster, cursos, escuela de especialización... Pero yo ya no era la misma. Cada etapa de mi trayectoria profesional y vital ha seguido ampliando mi mirada, multiplicando las preguntas y consolidando la certeza de que la investigación en este ámbito, para estar viva, debe ser ante todo profundamente humana. Así empecé el doctorado llevando conmigo todo esto. Pero aún no sabía hacia dónde me dirigía.

Al contrario de lo que se podría pensar, mi proyecto de investigación no nació de un plan definido: surgió espontáneamente, a partir de una cuestión real, una conversación con mi madre. Estábamos hablando de una noticia que habíamos leído en el periódico, sobre la cuestión multicultural en la alimentación de los comedores escolares de mi ciudad. Era el año 2020. Yo no sabía nada sobre ese tema, pero aquella discusión, tan cotidiana y sencilla, encendió algo en mí. Empecé a leer, a estudiar, a investigar. Me interesaba enormemente la relación entre la cultura y la comida, entre lo que comemos y quiénes somos. Y cuanto más profundizaba, más me daba cuenta de que la psicología había prestado sorprendentemente poca atención a estos temas. Por supuesto, había muchos estudios sobre los trastornos alimentarios y los componentes clínicos del comportamiento alimentario. Pero faltaba algo: una mirada que captara la dimensión social, identitaria y simbólica de la comida, su poder para dar forma a los vínculos, las pertenencias, los significados.

Esta insatisfacción, esta pequeña inquietud intelectual, se convirtió en mi mayor impulso. Ya no me bastaba con observar la comida como un objeto cotidiano, quería entenderla como una experiencia, como una práctica viva, como un lenguaje que construye identidad. Así que decidí intentar el doctorado, llevando conmigo esta idea aún muy frágil, recién nacida, pero que sentía profundamente mía.

Y así, me enamoré de la comida también «intelectualmente». Descubrí la existencia de los *Food Studies* y fue como abrir una puerta a un mundo que, en el fondo, llevaba tiempo buscando sin saberlo. Se trata de un campo de investigación en el que diferentes disciplinas reflexionan sobre el significado de la comida como objeto en diálogo con la sociedad, pero también como lente a través de la cual observar el mundo y sus fenómenos. Leía artículos, ensayos, historias de estudiosos que habían dedicado su vida a comprender la comida como lenguaje social, como espejo de culturas, recuerdos y pertenencias. Me fascinaba la idea de que la comida pudiera estudiarse no solo como objeto, sino como experiencia total, material, simbólica y corporal.

Todo esto me sigue pareciendo fascinante por su aparente simplicidad y su profundidad. Al fin y al cabo, todos comemos. Pero ¿cuánto nos paramos a pensar realmente en lo que este gesto cotidiano revela de nosotros? ¿En qué medida la forma en que cocinamos, compartimos y elegimos los alimentos habla sobre cómo configuramos quiénes somos y, paralelamente, de cómo nos expresamos

en el mundo? Además, ¿de qué manera la comida se convierte en un dispositivo relacional capaz de conectarnos con los demás y marcar diferencias, pertenencias y líneas de separación?

En aquellos años, Nueva York representaba un horizonte casi mítico, el lugar donde los *Food Studies* habían tomado forma, donde la investigación sobre la comida dialogaba naturalmente con las ciencias sociales. Nunca hubiera imaginado que realmente podría llegar allí. La experiencia como pasante en la Universidad de Nueva York (NYU) representó para mí un profundo cambio: allí encontré inspiración, pero sobre todo una comunidad de pensamiento.

Y luego llegó Chile y la cotutela con la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso en Viña del Mar. Si Nueva York representó el horizonte intelectual, Chile fue donde la investigación se convirtió en experiencia vivida. Allí, la investigación se escapó de la lectura de artículos y de los rankings de las revistas científicas y se convirtió en una práctica de vida. En Chile no fui solo una doctoranda que investigaba: fui una migrante, una persona que cruza fronteras, que prueba nuevos sabores y que aprende a moverse en una ciudad con un mapa diferente, hablando además un idioma diferente (un español ¡muy rápido!).

Lejos de casa, descubrí otra forma de pertenecer. Sin embargo, la comida, una vez más, fue el hilo conductor que lo unió todo. Me acompañó en los primeros momentos de desorientación: recuerdo mi primera compra, cuando nada me resultaba familiar, no reconocía los ingredientes y al final salí del supermercado con un solo paquete de ñoquis *Giovanni Rana* y un puré de tomate *Mutti*, comprados rigurosamente -a un precio más alto- en la sección de alimentos «internacionales» (curioso observar que, en mi categorización cognitiva, en ese momento estaban claramente en la sección de «alimentos locales»). Me permitió conocer gente: qué bonito fue preparar pasta fresca con quienes me acogieron y me permitieron seguir siendo, de alguna manera, «italiana» incluso a miles de kilómetros de casa. Y me enseñó a observar los lugares de esa nueva ciudad en la que me encontraba a través de sus sabores y olores, que luego se convirtieron en cuidado: cuánto echo de menos ahora el olor del pan y los huevos con palta de Bakery Lynch los fines de semana de trabajo, o el sabor del alfajor de la panadería Mas Q Delicias entre 10 Norte y 1 Oriente...

Cuando empecé este camino, decía que estudiar este tema era para mí una forma de ampliar los límites del conocimiento. Hoy, al final (¿o nuevo comienzo?) de este viaje, me parece que esos límites se han transformado y algo empieza a volver: cada elección que hago, cada gesto que realizo relacionado con la comida es un pequeño trabajo de frontera, un umbral entre lo que conozco y lo que aún me es ajeno. A través de la comida dejo entrar partes del mundo, acojo algo que era externo, transgrediendo la totalidad de quien era, y dejo que se convierta en parte de mi identidad, de quien aún no soy, pero en quien me estoy convirtiendo.

Este trabajo de doctorado ha representado precisamente eso: alimentarme de experiencias, lugares, personas, ideas; saborearlas, disfrutarlas, digerirlas, transformarlas y luego devolverlas. Una forma de expresar, a través del estudio y la investigación, lo que la comida siempre me ha enseñado: transformarse y construirse significa incorporar algo nuevo, y cada nuevo encuentro deja en la memoria un sabor que permanece.

El recorrido que he contado hasta ahora encuentra su aplicación en esta tesis, entendida como un proceso de investigación y producción de conocimiento que encuentra en este texto su principal materialización. El trabajo se orientó a explorar y analizar cómo la comida y las prácticas alimentarias contribuyen a la expresión y construcción continuas de la identidad en contextos migratorios, poniendo en diálogo experiencias, relaciones y contextos de vida. Al mismo tiempo, la tesis busca aportar a nivel metodológico, experimentando y ampliando herramientas de investigación en psicología capaces de captar la complejidad de las interrelaciones entre la comida, la migración y los procesos identitarios. Al igual que en un menú cuidadosamente pensado, esta tesis también se compone de diferentes platos, cada uno con su propio sabor y textura; sin embargo, juntos contribuyen a un mismo diseño global, convergiendo hacia el objetivo.

El Capítulo 1 constituye la base teórica de todo el trabajo. En él se profundiza en los principales ámbitos que guían la investigación: las migraciones contemporáneas, los procesos de aculturación y construcción de la identidad, y el papel de las prácticas alimentarias como ámbitos cotidianos a través de los cuales estos procesos cobran cuerpo. El capítulo se cierra con el párrafo descriptivo de la articulación global del trabajo. En el Capítulo 2 se presenta la revisión exploratoria de la literatura internacional sobre la relación entre la alimentación y la migración en las ciencias sociales. El Capítulo 3 abre la sección dedicada a los estudios empíricos: el estudio cualitativo realizado con mujeres italianas migrantes en Chile analiza cómo la alimentación y los lugares cotidianos contribuyen a la expresión y la construcción del yo en el contexto migratorio. En este capítulo también presentaré la propuesta metodológica del *Foodscape Walking*. El Capítulo 4 presenta un estudio de métodos mixtos con parejas migrantes con hijos nacidos en Italia, explorando cómo las prácticas alimentarias participan en los procesos de aculturación familiar y conducen a la propuesta de un modelo dinámico de identidad familiar migrante. El Capítulo 5 presenta un estudio de caso realizado en el restaurante social Roots (Modena, Italia), analizando la comida como dispositivo de construcción de identidad colectiva, empoderamiento y reconocimiento intercultural en un contexto que integra dimensiones gastronómicas, formativas y sociales. Por último, el Capítulo 6 recoge e integra los resultados de los diferentes estudios, ofreciendo una visión global del recorrido de la investigación y proponiendo una reflexión teórica sobre el constructo de la identidad alimentaria.

En su conjunto, la tesis se sitúa en el cruce entre los estudios psicológicos y el campo de los *Food Studies*, desarrollando un diálogo interdisciplinario que atraviesa todo el trabajo. Esta perspectiva entrelaza constantemente los instrumentos teóricos y prácticos que proporciona la psicología con la sensibilidad, las experiencias y los enfoques propios de los estudios alimentarios, que permiten captar la materialidad, la cotidianidad y la amplia dimensión sociocultural de la comida. Esta intersección permite a la psicología observar la comida como un terreno empírico y un campo epistémico autónomo, sensible a la expresión de los procesos identitarios y relacionales y, al mismo tiempo, posibilita a los estudios alimentarios captar las dinámicas psicológicas que atraviesan las prácticas alimentarias. En esta reciprocidad de diálogo, la alimentación favorece la aparición de un campo de estudio privilegiado para observar los procesos de expresión y construcción identitaria, de resiliencia y de transformación social que caracterizan las experiencias migratorias contemporáneas. Sin embargo, el significado de estos estudios no debe entenderse como algo estático o definitivo: aunque el recorrido pueda parecer ordenado y dividido en capítulos, lo que lo atraviesa es un movimiento continuo: un ir y venir entre fronteras, entre aperturas y resistencias. De hecho, las fronteras no siempre son sinónimo de muros: a veces funcionan como membranas porosas que permiten el paso

de algunas cosas, transforman otras y mantienen fuera otras más. Las tierras fronterizas que se derivan pueden ser lugares fértiles de mezcla, creatividad y encuentro. Espero que las páginas que siguen logren mostrar cómo la comida y las prácticas alimentarias ofrecen este terreno fronterizo para observar estas dinámicas, en el pasado, en el presente y en el futuro.

Índice de la tesis en su versión integral

PARTE PRIMERA 15
CAPÍTULO 1. MIGRACIONES, PROCESOS CULTURALES E IDENTITARIOS EN LAS PRÁCTICAS ALIMENTARIAS 19
Migraciones contemporáneas: un fenómeno global y multidimensional 19
Aculturación y cultura: un diálogo desde una perspectiva psicológica 25
La alimentación y las prácticas alimentarias como espacios de expresión y construcción cultural en la migración 29
Procesos de construcción identitaria y prácticas alimentarias 32
Recorrido y estructura del trabajo 41

CAPÍTULO 2. ALIMENTACIÓN Y PRÁCTICAS ALIMENTARIAS EN LOS PROCESOS MIGRATORIOS: UNA SCOPING REVIEW 53
Introducción 53
Metodología 54
Metodología PRISMA para revisiones de alcance (*scoping reviews*) 54
Estrategias de búsqueda y fuentes de información 54
Criterios de inclusión y exclusión 55
Procedimiento de extracción y síntesis de los datos 56
Síntesis y análisis de los datos 57
Resultados 58
Análisis a nivel individual 59
Análisis a nivel familiar 66
Análisis a nivel socio-comunitario 69
Discusión 74
Fortalezas y limitaciones 78
Conclusiones 78

PARTE SEGUNDA 81
CAPÍTULO 3. CAMINAR ENTRE LOS PAISAJES ALIMENTARIOS: UN ANÁLISIS DE LOS RECORRIDOS CULINARIOS DE MUJERES MIGRANTES ITALIANAS EN CHILE 85
Introducción 85
Metodología 88
Diseño del estudio 88
Contexto: Valparaíso y Viña del Mar 88
Participantes 90
Procedimiento 91
Consideraciones éticas 92
Análisis de los datos 93
Resultados y discusión 93
Italianidad en los espacios alimentarios urbanos 95
Identidad de género y prácticas alimentarias en los espacios urbanos 97
Espacios alimentarios que nutren 99
Conclusiones y desarrollos futuros 101

PROFUNDIZACIÓN METODOLÓGICA. EL FOODSCAPE WALKING COMO TÉCNICA DE INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA: EXPLORAR LA IDENTIDAD DE LAS PERSONAS MIGRANTES A TRAVÉS DE LAS PRÁCTICAS ALIMENTARIAS EN CONTEXTOS URBANOS 105
Introducción 105

Caminar como método de investigación: enfoques y técnicas en las ciencias sociales 107
Metodologías de caminata en el marco discursivo-dialógico (1) 108
Metodologías de caminata en el marco etnográfico (2) 109
Metodologías de caminata en el marco performativo (3) 111
Metodología: el protocolo del Foodscape Walking 112
Potencialidades y limitaciones 119
Conclusiones y desarrollos futuros 121

CAPÍTULO 4. FAMILIAS MIGRANTES A LA MESA: UN ANÁLISIS DE MÉTODOS MIXTOS DE LAS NARRATIVAS ALIMENTARIAS PARENTALES ANTES, DURANTE Y DESPUÉS DEL VIAJE 127
Introducción 127
Objetivos del estudio 132
Metodología del estudio global 133
Participantes 133
Procedimiento 135
Instrumentos 135
Enfoque metodológico del diseño del estudio 137
Análisis de los datos 140
Consideraciones éticas 144
Resultados y discusión 145
Resultados de la sección cualitativa (1) 145
Discusión y conclusiones de la sección cualitativa (1) 155
Resultados de la sección cuantitativa mediante el modelo APIM (2) 158
Discusión y conclusiones de la sección cuantitativa mediante el modelo APIM (2) 161
Resultados de la sección cuantitativa mediante el modelo PLS-PM (3) 163
Discusión y conclusiones de la sección cuantitativa mediante el modelo PLS-PM (3) 167
Conclusiones integradas 169

CAPÍTULO 5. *FOOD-ROOTS.* PRÁCTICAS DE CONSTRUCCIÓN IDENTITARIA Y COMUNITARIA A TRAVÉS DE LA ALIMENTACIÓN: UN ESTUDIO DE CASO 175
Introducción 175
Metodología 177
Contexto 177
Diseño del estudio 178
Recogida de datos, instrumentos y procedimiento 178
Participantes 182
Análisis de los datos 184
Consideraciones éticas 185
Resultados 185
Entrevistas y mapas ecológicos realizados con el equipo 185
Experiencia de photo-intervention con las personas migrantes en prácticas 193
World café y cartografía afectiva participativa 199
Devolución pública de los resultados: el Festival de las Migraciones en Roots 202
Discusión y conclusiones 206
Limitaciones y desarrollos futuros 209

PARTE TERCERA 212
CAPÍTULO 6. CONCLUSIONES 216
Conclusiones integradas 216
Implicaciones teóricas y prácticas 227

Limitaciones y perspectivas futuras 230

AGRADECIMIENTOS 232
APÉNDICES 236
A. Nivel de estudio individual 238
B. Nivel de estudio familiar 241
C. Nivel de estudio comunitario 247

BIBLIOGRAFÍA 250

CAPITOLO
1

MIGRACIONES, PROCESOS CULTURALES E IDENTITARIOS EN LAS PRÁCTICAS ALIMENTARIAS

Migraciones contemporáneas: un fenómeno global y multidimensional

Las migraciones contemporáneas se configuran como uno de los fenómenos globales más relevantes y complejos de las sociedades actuales, con un alcance que no es solo demográfico, sino profundamente social, cultural y político. Los datos internacionales muestran un crecimiento constante de la población migrante a nivel mundial y, en particular, en los contextos europeo e italiano, donde el hecho de superar el umbral del 10 % de la población con antecedentes migratorios marca un cambio crucial: la migración ya no puede interpretarse como un fenómeno transitorio, sino como un componente estructural de las sociedades contemporáneas.

Aunque se trata de un fenómeno antiguo, la migración ha sufrido profundas transformaciones a lo largo del tiempo en términos de intensidad, frecuencia y formas, así como en los enfoques teóricos adoptados para estudiarla. En las últimas décadas, un nuevo cambio de paradigma ha marcado el estudio de las migraciones: la atención se ha desplazado del concepto de migración al más amplio de movilidad. Este enfoque cuestiona la idea de la sedentaridad como norma y propone una lectura procesual del movimiento, entendido como una experiencia dinámica que se desarrolla a lo largo del tiempo. Desde esta perspectiva, la migración se interpreta como un proceso vivido, caracterizado por continuas adaptaciones, negociaciones y redefiniciones biográficas e identitarias. En este contexto, la definición de «migrante» varía en función de los marcos institucionales y teóricos de referencia. En esta tesis se adopta una definición amplia de migrante, entendido etimológicamente como un sujeto que atraviesa fronteras geográficas y socioculturales llevando consigo un microcosmos de relaciones, significados, recuerdos y prácticas. Esta perspectiva inclusiva no pretende homologar las experiencias migratorias, sino captar algunas líneas de sentido comunes que permiten reflexionar sobre los procesos simbólicos y relacionales activados por el movimiento.

En este marco, las prácticas cotidianas adquieren un papel central, ya que representan uno de los principales lugares a través de los cuales se vive, se incorpora y se da sentido a la movilidad. Por lo tanto, el multiculturalismo se cuestiona como experiencia cotidiana, que se desarrolla en las prácticas ordinarias a través de las cuales se definen las fronteras, las jerarquías y las formas de legitimidad cultural. Las prácticas alimentarias, en particular, constituyen un observatorio privilegiado para captar la dimensión procesual de la migración, permitiendo analizar cómo el movimiento entre diferentes contextos socioculturales se traduce en ajustes, hibridaciones y negociaciones en la vida cotidiana. Es precisamente a través de la comida que se establece lo que se considera normal, apropiado o deseable, haciendo visibles las dinámicas del multiculturalismo vivido.

Partiendo de esta conciencia, el trabajo se sitúa en el diálogo entre la psicología intercultural y la psicología cultural, proponiendo leer los procesos migratorios y de identidad a partir de las prácticas cotidianas, y en particular de las alimentarias.

Aculturación y cultura: un diálogo desde una perspectiva psicológica

Esta sección ha repasado las principales tradiciones psicológicas que han tratado de comprender lo que ocurre cuando individuos y grupos procedentes de sistemas culturales diferentes entran en relación, poniendo en diálogo la psicología transcultural y la psicología cultural. La psicología intercultural nace con el objetivo de analizar las similitudes y diferencias en el funcionamiento psicológico entre diferentes contextos culturales, concibiendo la cultura como una variable que influye en el comportamiento y permite una comparación orientada a la identificación de regularidades de carácter general. Dentro de esta tradición, el constructo de aculturación ha representado un eje central para interpretar los procesos de cambio que se derivan del contacto intercultural. A pesar de los avances, incluso las formulaciones más recientes en este campo tienden a concebir la cultura principalmente como un conjunto de rasgos, valores o prácticas que orientan los procesos de adaptación individual. Es en este punto donde el diálogo con la psicología cultural cobra importancia. De hecho, la psicología cultural propone una lectura de la cultura como un proceso dinámico, simbólico y relacional, co-construido en las prácticas cotidianas y en las interacciones. Desde esta perspectiva, el individuo y el contexto no son entidades separadas, sino que se constituyen mutuamente a través de continuos procesos de significación y negociación. Las prácticas cotidianas, incluidas las alimentarias, se convierten en lugares privilegiados en los que se hacen visibles los procesos de producción de sentido, de pertenencia y de transformación identitaria.

En el diálogo entre la psicología intercultural y la psicología cultural, esta tesis sitúa su propio marco teórico, proponiendo leer las prácticas alimentarias tanto como dominios específicos de aculturación y expresión identitaria, como ámbitos dinámicos de construcción y negociación de significados e identidades.

La alimentación y las prácticas alimentarias como espacios de expresión y construcción cultural en la migración

Esta sección ha profundizado en el papel de la alimentación y las prácticas alimentarias como ámbitos privilegiados en los que los procesos de aculturación y construcción cultural se hacen visibles en los contextos migratorios, situándose principalmente dentro del marco teórico de los *Food Studies*.

Comer es una práctica fundamental de la experiencia humana que, además de la dimensión biológica, adquiere un fuerte valor cultural, afectivo e identitario. La comida puede entenderse como un sistema de comunicación que incorpora normas, representaciones sociales, recuerdos y emociones, lo que convierte a la cocina en uno de los principales depósitos de las tradiciones y las identidades grupales. Como experiencia sensorial y material, la comida representa además uno de los primeros y más inmediatos lugares de contacto entre culturas diferentes, lo que resulta especialmente relevante en los procesos migratorios. De hecho, la experiencia migratoria conlleva profundas transformaciones en las prácticas cotidianas, que incluyen una dimensión corporal y sensorial de pérdida relacionada con alimentos, objetos y rituales familiares. En este contexto, la literatura habla de migración culinaria para describir la transferencia de platos, recetas y habilidades alimentarias de un contexto de vida a otro. Así, la comida se convierte en uno de los instrumentos más poderosos a través de los cuales los migrantes construyen y manifiestan su identidad en la vida cotidiana, al tiempo que sirve de fuente de consuelo, continuidad y memoria. Un concepto central en este ámbito es el de *aculturación alimentaria*, entendido como el proceso mediante el cual los individuos y los grupos modifican las prácticas, preferencias y significados asociados a la comida en respuesta a los cambios en los contextos de vida y las interacciones sociales. Sin embargo, gran parte de la literatura sobre la relación

entre la migración y la alimentación se ha centrado en una perspectiva predominantemente «sanitaria», centrada en los resultados nutricionales y los riesgos para la salud de las dietas posmigratorias. Aunque se reconoce el valor de estos estudios, se señalan sus limitaciones, subrayando que un enfoque exclusivamente sanitario tiende a reducir las prácticas alimentarias a indicadores de riesgo o protección, descuidando su dimensión simbólica, relacional e identitaria. Como alternativa, se propone una lectura psicosocial de las prácticas alimentarias, que las concibe tanto como ámbitos específicos de aculturación como prácticas cotidianas de negociación identitaria. A pesar del creciente interés por el tema, la literatura psicológica sigue siendo fragmentaria y poco sistemática en el análisis del papel de la alimentación en los procesos migratorios. En particular, en la psicología social y comunitaria, el diálogo entre los estudios sobre migración y las prácticas alimentarias representa un área de investigación prometedora, pero aún poco explorada.

Procesos de construcción identitaria y prácticas alimentarias

Esta sección introduce el concepto de identidad como eje teórico central de todo el trabajo, relacionándolo con las prácticas alimentarias y la experiencia migratoria. En los contextos migratorios, el encuentro con nuevos sistemas culturales hace que la cuestión de la identidad cobre especial relevancia, ya que lo que era familiar y se daba por sentado se pone en tela de juicio, lo que genera una tensión continua entre la continuidad y el cambio. Esta condición puede generar vulnerabilidad, pero también favorecer la construcción de configuraciones identitarias plurales, dinámicas y en transformación.

La sección repasa algunos puntos fundamentales de la evolución del concepto de identidad en la psicología. Un paso relevante lo representan los enfoques que han concebido la identidad como una configuración en tensión entre la estabilidad y el cambio, especialmente solicitada en las transiciones biográficas, entre las que se encuentra la experiencia migratoria. En este marco, de inspiración interaccionista y enfoques discursivos, el yo ya no se entiende como contenido interno, sino como producto de las relaciones, los discursos y las prácticas cotidianas. Las reflexiones posestructuralistas y feministas han radicalizado aún más esta visión, concibiendo la identidad como una construcción inestable, encarnada y en continuo devenir. Las nociones de subjetividad nómada y performatividad permiten interpretar los hábitos corporales y cotidianos -incluidos los alimentarios- como espacios en los que la identidad toma forma a través de la repetición de prácticas, gestos y rituales socialmente situados. Dentro de esta perspectiva, las prácticas alimentarias adquieren un papel central: las recetas, los platos «caseros» y los rituales de la comida pueden interpretarse como sedimentaciones de significado y soportes materiales de la memoria autobiográfica, a través de los cuales las personas mantienen y narran la continuidad identitaria, especialmente en contextos migratorios.

En diálogo con las contribuciones de Fischler, se introducen la paradoja del omnívoro y el principio de incorporación como claves interpretativas fundamentales. La paradoja del omnívoro pone de relieve la tensión constitutiva entre la apertura y la cautela hacia lo nuevo, reinterpretada aquí como una dimensión profundamente identitaria: elegir qué comer o rechazar se convierte en una forma concreta y cotidiana de definir quién se es y a qué sistemas de significado se pertenece. El concepto de neofobia alimentaria se replantea como una disposición situada y procesual que señala la forma en que el individuo negocia la relación con la alteridad, en particular en los contextos migratorios. El principio de incorporación, por su parte, permite interpretar el acto de comer como un gesto simbólico y corporal a través del cual lo externo se transforma y se convierte en parte del yo. En los contextos migratorios, incorporar o rechazar un alimento culturalmente diferente se convierte en una forma

concreta de negociación identitaria, un acto cotidiano a través del cual la alteridad puede ser aceptada, integrada o rechazada.
Cabe destacar una limitación importante de la literatura psicológica, que hasta ahora ha situado a la comida en un papel marginal, considerándola principalmente como un indicador de aculturación o como un objeto de interés clínico-nutricional. El presente trabajo, en cambio, propone cambiar la mirada hacia la comida como lenguaje social, práctica situada y espacio de negociación identitaria, desde el marco de la psicología social y comunitaria.

Recorrido y estructura del trabajo

A la luz de las premisas teóricas presentadas anteriormente y de la brecha evidenciada en la literatura psicológica, ahora es posible situar con mayor precisión la posición del presente trabajo. La presencia aún marginal de estudios en el panorama psicológico nacional e internacional que integran de manera explícita la identidad, la migración y las prácticas alimentarias representa el espacio desde el que parte esta tesis y al que pretende contribuir. Por lo tanto, el presente trabajo de investigación se propone analizar los procesos de construcción de la identidad en contextos migratorios a través de la lente que ofrecen los estudios alimentarios, adoptando una perspectiva psicológica capaz de aunar la dimensión individual de las experiencias migratorias y la colectiva, vinculada a los procesos sociales y comunitarios en los que se inscriben dichas experiencias. El objetivo se orienta, por tanto, en dos direcciones: por un lado, analizar cómo las experiencias individuales de las personas migrantes se expresan y transforman en las relaciones cotidianas con la comida; por otro lado, investigar también cómo estos procesos se modelan y, a su vez, modelan la configuración social y comunitaria de la identidad, en las relaciones con los contextos de vida, con los grupos de pertenencia y con las redes de significado en las que se inscribe la vida migratoria.
A partir de este marco se presenta ahora la estructura del trabajo, organizada para restituir de manera coherente las contribuciones teóricas, metodológicas y empíricas de este. Así, la estructura se organiza en base al modelo ecológico de Bronfenbrenner, tomado como referencia para leer de manera integrada a los diferentes niveles de análisis, en continuidad con el enfoque de la psicología comunitaria. Aplicando esta perspectiva al presente estudio, se puede observar cómo un cambio en el macrosistema (por ejemplo, la introducción de nuevas políticas alimentarias o modelos culturales globales relacionados con el consumo de alimentos) puede producir efectos en cascada en los niveles inferiores: en el ecosistema, influyendo, por ejemplo, en el funcionamiento de las instituciones y los servicios locales (como escuelas, organismos sociales o asociaciones comunitarias); en el mesosistema, redefiniendo las interacciones entre la familia, la escuela y la comunidad (por ejemplo, en las prácticas relacionadas con el comedor escolar o los hábitos alimentarios domésticos); y, por último, también en el nivel del microsistema, incidiendo en las prácticas, las representaciones y las elecciones alimentarias del propio individuo. En el caso particular de la alimentación y los sistemas alimentarios, conviene tener en cuenta que estos niveles, aunque distales, desempeñan un papel fundamental, ya que las decisiones y dinámicas que se producen lejos de los individuos pueden tener repercusiones significativas en sus elecciones y en las posibilidades de negociar significados y pertenencias en los nuevos contextos de vida.
La tesis ha adoptado un diseño de investigación secuencial y concurrente, estructurado en varias fases interconectadas. El recorrido sigue una lógica de profundización progresiva, en la que cada fase contribuye a ampliar e integrar la comprensión del fenómeno (véase la *Figura 1* para la representación gráfica del recorrido de la investigación).

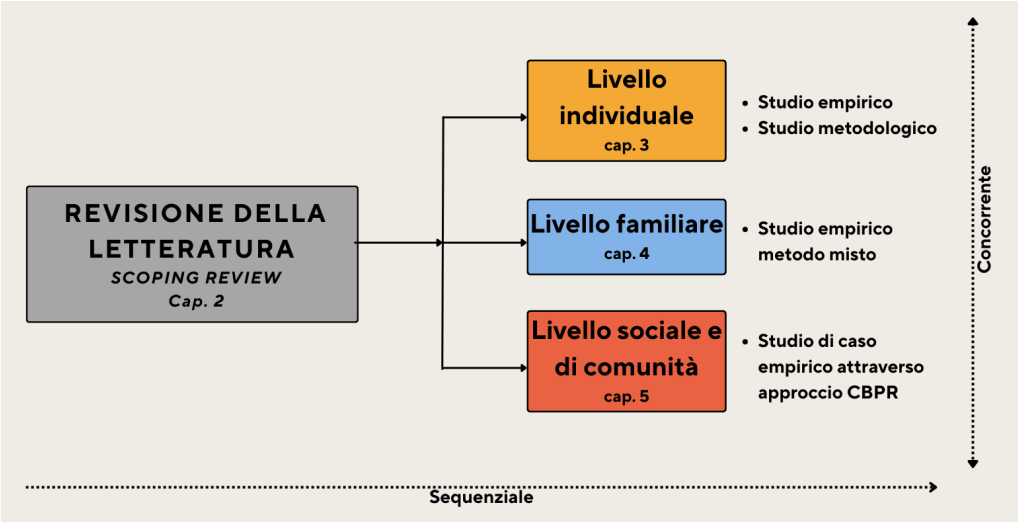


Figura 1 Esquema y estructura del trabajo de investigación global (figura original)

El *capítulo 2*, en continuidad y profundización de la presente introducción (cap. 1), presenta el trabajo realizado de revisión sistemática de *scoping* de la literatura en el ámbito de las ciencias sociales. La *scoping review* tuvo como objetivo ofrecer una síntesis estructurada y crítica de los conocimientos existentes sobre la relación entre migración y prácticas alimentarias, aclarar cómo se ha conceptualizado e investigado dicha intersección en la literatura, e identificar los principales factores que influyen en las prácticas alimentarias de los migrantes tal y como se viven y se narran. En consonancia con el diseño global de la investigación, se adoptó el modelo socioecológico como marco interpretativo para comprender cómo se configuran dichas prácticas en los diferentes niveles de la experiencia humana, desde el individuo hasta la familia y la comunidad. Así, la revisión de la literatura se llevó a cabo en una fase preliminar con respecto a la realización de los estudios empíricos, con el fin de construir un marco teórico de referencia sólido y actualizado e identificar las principales lagunas de conocimiento en las que basar el desarrollo de la investigación posterior.

La segunda parte del trabajo está dedicada a los estudios empíricos. Cada capítulo empírico profundizará en los constructos teóricos específicos que orientan el análisis del estudio correspondiente.

- *Capítulo 3: Nivel individual.* El capítulo se articula según una doble perspectiva: la presentación de un estudio empírico y la presentación de una técnica metodológica innovadora para el campo de la psicología. El estudio empírico presentado, realizado con mujeres italianas migrantes en Chile, analiza cómo la comida y los espacios cotidianos contribuyen a la construcción del yo en el contexto migratorio, introduciendo una perspectiva de género particularmente relevante para el análisis. En este contexto, se presenta la innovación metodológica realizada, a través de la técnica del *Foodscape Walking*: un enfoque cualitativo y multisensorial para explorar las prácticas alimentarias como forma de narración identitaria y de conexión corporal con los lugares.
- *Capítulo 4 - Nivel familiar*. Mediante un enfoque *mixto* de investigación, se aborda el objetivo de analizar cómo la comida y las prácticas alimentarias participan en los procesos de expresión y construcción de la identidad en los núcleos familiares migrantes. En particular, el estudio pretendió, por un lado, comprender, mediante un enfoque cualitativo, cómo las familias, consideradas como unidades relacionales, atribuyen significados compartidos a la comida y la utilizan como espacio de negociación de la identidad familiar; por otro lado, exploró

cuantitativamente el papel de la neofobia alimentaria y las dimensiones de la aculturación en los procesos de apertura o resistencia hacia nuevos alimentos.

- *Capítulo 5 – Nivel comunitario*. En este nivel se presentará un caso de estudio realizado en el restaurante social Roots, en la ciudad de Módena, región de Emilia-Romaña, Italia, y que constituye una experiencia que combina fines gastronómicos, educativos y de inclusión social. La investigación tuvo como objetivo analizar el papel que los espacios alimentarios comunitarios desempeñan en la vida de los migrantes y de la población local, explorando cómo este tipo de lugares favorecen la pertenencia, la participación y el reconocimiento, cómo se negocian las identidades personales y colectivas a través de la participación diaria en las prácticas alimentarias y, por último, cómo se producen significados compartidos en torno al papel de estos espacios en el tejido social más amplio.

Por último, el *capítulo 6* recoge, integra y pone en diálogo los resultados de los diferentes estudios, ofreciendo una visión general del recorrido de la investigación y proporcionando una lectura transversal de las principales evidencias surgidas. En este capítulo se elaboran las conclusiones generales de todo el trabajo y se propone una reflexión teórica sobre el constructo de Identidad Alimentaria, introducido como propuesta de síntesis conceptual de todo el trabajo, así como posible punto de partida y contribución original para futuros estudios.

Capítulo	Diseño del estudio	Participantes	Construcciones en análisis/Objetivo principal	Fuente/Herramientas
Capítulo 2 - **Estudio 1**	Revisión exploratoria realizada según el método PRISMA-ScR	76 artículos seleccionados de APA PsycINFO, Scopus, PubMed ed EBSCO PBSC	Mapear la literatura internacional sobre alimentación y migración, con especial atención a los vínculos entre prácticas alimentarias, identidad y procesos de aculturación.	Directrices PRISMA-ScR (Tricco et al., 2018; Arksey & O'Malley, 2005)
Capítulo 3 - **Estudio 2 e 3**	Estudio cualitativo	3 mujeres migrantes italianas residentes en Chile	Identidad alimentaria Metodología de caminata Lugares alimentarios Analizar las transformaciones identitarias individuales a través de las prácticas alimentarias y los lugares de la comida caminando	*Foodscape Walking* (Arcadu et al., 2025)
	Estudio metodológico: proponer una técnica innovadora para la psicología del Foodscape Walking			
Capítulo 4 - **Estudio 4** (qualitativo) **Estudio 5** (quantitativo) **Estudio 6** (quantitativo)	*Mixed-methods design* Estudio cualitativo	33 parejas de padres migrantes, no nacidos en Italia, con al menos un hijo nacido en Italia (50 % mujeres y 50 % hombres)	Identidad alimentaria familiar	Entrevistas semiestructuradas
	Estudio cuantitativo *Actor-Partner Interdependence Model* (APIM) Estudio cuantitativo *Partial Least Squares Path Modeling* (PLS-PM)		Aculturación Neofobia alimentaria	*Food Neophobia Scale* (FNS) validada en el contexto italiano para adultos (Guidetti et al., 2018); *Brief Socio-Cultural Adjustment Scale* (BSAS), la *Brief Psychological Adjustment Scale* (BPAS), la *Brief Perceived Cultural Distance Scale* (BPCDS) y la *Brief Acculturation Orientation Scale* (BAOS) (Demes & Geeraert, 2014)
Capítulo 5 - **Estudio 7**	Estudio de caso cualitativo con enfoque participativo CBPR	Unidad de análisis: restaurante social Roots, Módena, Italia. 35 participantes (miembros internos y externos)	Espacios alimentarios comunitarios como dispositivos de pertenencia, reconocimiento y empoderamiento en contextos migratorios.	Entrevistas semiestructuradas. Intervención fotográfica (Cantera, 2010). Mapas ecológicos (Pfefferbaum et al.; 2013). World Café y cartografía afectiva (Löhr, 2020). Jornadas de puertas abiertas a la comunidad.

Tabla 1: Información metodológica detallada relativa a cada estudio

CAPITOLO
2

CAPÍTULO 2. ALIMENTACIÓN Y PRÁCTICAS ALIMENTARIAS EN LOS PROCESOS MIGRATORIOS: UNA SCOPING REVIEW[1]

El presente capítulo se propone ofrecer una visión general sistemática de la bibliografía que ha investigado la intersección entre la migración y las prácticas alimentarias.
El análisis que se presenta se basa en una revisión exploratoria realizada según la metodología PRISMA-ScR (*Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses*) para estudios de *scoping* y ya publicada en la revista *Appetite*. Esto ha permitido recopilar y sintetizar de forma sistemática las contribuciones científicas producidas en los últimos años, ofreciendo un panorama articulado de las formas en que se ha conceptualizado e investigado la relación entre alimentación y migración en las ciencias sociales. En particular, el trabajo de revisión ha permitido distinguir tres niveles analíticos principales con características distintas: el individual, el familiar y el socio comunitario, lo que fundamenta la construcción de una visión de perspectiva multinivel, de acuerdo con el modelo socioecológico utilizado en todo el trabajo. Los objetivos específicos son: en primer lugar, proporcionar una síntesis estructurada y crítica de los conocimientos actuales a partir de la bibliografía actualizada sobre el tema; en segundo lugar, aclarar cómo se ha conceptualizado y estudiado esta relación; en tercer lugar, identificar los factores clave que influyen en las prácticas alimentarias de los migrantes en los distintos niveles. Para orientar el análisis, el estudio adoptó el modelo socioecológico como marco de referencia para comprender cómo se forman las prácticas alimentarias en los distintos niveles de la experiencia humana en el proceso migratorio. A partir de esta revisión sistemática se desarrollarán los siguientes estudios empíricos de la tesis, cada uno de los cuales se centra en uno de estos niveles, promoviendo su profundización teórica y empírica.

Resultados principales y discusión

El análisis de las fuentes seleccionadas confirma que la comida no es solo una necesidad biológica, sino un recurso psicosocial fundamental a través del cual los migrantes gestionan las transiciones y tensiones inherentes al proceso migratorio. Los resultados también ponen de relieve la complejidad y la naturaleza multifacética de las dinámicas que influyen en las experiencias alimentarias de los migrantes en los países de llegada a nivel individual, familiar o comunitario (Delormier et al., 2009; Palojoki y Tuomi-Gröhn, 2001).
En particular, a nivel individual, la revisión ilustra cómo las características sociodemográficas (por ejemplo, la edad, el sexo, la religión, los ingresos y la educación) modelan diferentes trayectorias de adaptación alimentaria. En lugar de sufrir un proceso lineal de asimilación, los migrantes suelen experimentar una negociación dinámica entre el mantenimiento de las tradiciones culinarias y la adopción de nuevas prácticas.
A nivel familiar, dentro del núcleo, la comida surge como un espacio de continuidad y renegociación. Desempeña un papel central en la transmisión de valores entre generaciones, en la reconfiguración

[1] Arcadu, M., Reyes-Espejo, M. I., Romoli, V., & Migliorini, L. (2025). Food and eating practices in migration processes: A scoping review. *Appetite, 215,* 108248. https://doi.org/10.1016/j.appet.2025.108248

de los roles de género y en la gestión de las relaciones de poder y cuidado dentro de las familias. Estas dinámicas, a menudo caracterizadas por la ambivalencia y la adaptación, también reflejan negociaciones identitarias más profundas que tienen lugar en el espacio íntimo de la familia.

A nivel sociocomunitario, los espacios relacionados con la comida, como los restaurantes, los jardines y los festivales culturales, se convierten en lugares de visibilidad, reconocimiento y, a veces, resistencia. Sin embargo, estos espacios pueden actuar tanto como facilitadores de la inclusión social como lugares potenciales de marginación, dependiendo de cómo se acojan e interpreten las prácticas de los migrantes en el contexto social y político más amplio. En este sentido, el nivel comunitario revela la ambivalencia de la comida como puente y frontera en el nuevo país de llegada.

Contrariamente a las hipótesis anteriores que sugerían un proceso inevitable de aculturación alimentaria a la dieta del país de acogida, los resultados de esta revisión indicaron una amplia gama de formas en que los inmigrantes adaptan sus prácticas alimentarias a un nuevo contexto. Al organizar estas ideas a través del modelo socioecológico, esta revisión muestra que las prácticas relacionadas con la alimentación deben situarse en marcos relacionales y estructurales más amplios.

Un aspecto crucial que surge de la literatura y que es transversal a todos los niveles es el papel de la autonomía y el empoderamiento en las elecciones alimentarias de los migrantes. La comida se convierte en un medio a través del cual los migrantes, individualmente o en contextos familiares o sociales, tratan de preservar su identidad cultural y ejercer un sentido de control sobre sus vidas, especialmente en un contexto de transición y adaptación. Por lo tanto, apoyar la capacidad de decisión de los migrantes y proporcionarles recursos adecuados es esencial para que puedan mantener sus tradiciones culinarias y ampliar sus realidades alimentarias.

Otro aspecto significativo de la resiliencia individual y colectiva de los migrantes son las estrategias innovadoras que adoptan para mantener sus tradiciones culinarias. Estas estrategias evolucionan a través de un proceso de reinterpretación y adaptación de las prácticas alimentarias, influenciado por la disponibilidad de ingredientes y las influencias culturales encontradas a lo largo del trayecto migratorio. Estudios recientes también han demostrado que los migrantes movilizan activamente estas prácticas no solo para preservar la continuidad cultural, sino también para salvaguardar el sentido de identidad en entornos desconocidos. Estrategias como la horticultura comunitaria, la participación en iniciativas de intercambio de alimentos e incluso el intercambio transnacional de productos alimenticios étnicos con familiares en el extranjero demuestran las formas creativas en que los migrantes activan un proceso de continuidad identitaria tras la migración, reconfigurando su sentido de pertenencia y de actuar a través de la comida.

CAPITOLO
3

CAPÍTULO 3. CAMINAR ENTRE LOS PAISAJES ALIMENTARIOS: UN ANÁLISIS DE LOS RECORRIDOS CULINARIOS DE MUJERES MIGRANTES ITALIANAS EN CHILE[2]

Este capítulo se centra en el **nivel individual** del análisis, tomando el género como lente privilegiada para explorar la relación entre la alimentación, la migración y la construcción de la identidad en contextos urbanos. A partir de los resultados de la revisión exploratoria, el capítulo investiga cómo se articulan estas dinámicas en las trayectorias cotidianas de las mujeres migrantes italianas en Chile, prestando especial atención a los lugares urbanos de alimentación. El capítulo se sitúa en el diálogo entre la psicología social y comunitaria, los estudios feministas sobre alimentación y los estudios urbanos, poniendo de relieve cómo las prácticas alimentarias están históricamente entrelazadas con los roles de género y el trabajo de cuidados, a menudo invisibilizado en el espacio público. En los recorridos migratorios, estas prácticas no se limitan a reproducir tradiciones, sino que se convierten en espacios dinámicos de negociación, en los que se entrelazan la continuidad y el cambio, la conservación y la transformación de los roles de género. La migración se interpreta, por tanto, como un contexto privilegiado para observar cómo la comida puede servir como recurso identitario, pero también como dispositivo de reelaboración y empoderamiento femenino.

Se presta especial atención al papel de la ciudad y, a través de una perspectiva urbana de género, el capítulo destaca dos dimensiones críticas: por un lado, las vulnerabilidades relacionadas con la movilidad y la seguridad; por otro, la persistente invisibilidad del trabajo de cuidados. Los lugares urbanos de la comida se conceptualizan como espacios materiales y simbólicos, escenarios sociales en los que la memoria, los afectos, las relaciones de poder y la identidad se renegocian continuamente.

Desde el punto de vista metodológico, el capítulo presenta un estudio cualitativo interpretativo. La investigación adopta un dispositivo metodológico innovador basado en el caminar, adaptando la técnica del walkscape al contexto psicológico. Caminar junto a las participantes permitió observar cómo los espacios urbanos son atravesados, habitados y significados a través de narrativas, gestos, emociones y silencios, valorando la dimensión encarnada y multimodal de la experiencia. El estudio contó con la participación de tres mujeres migrantes italianas residentes en Valparaíso y Viña del Mar, consideradas como casos de estudio analizados en profundidad, y para cada participante se recopilaron datos discursivos, visuales y observacionales (audio, vídeo, fotografías y diario de campo). El análisis, apoyado por el software NVivo, integra dimensiones verbales y no verbales, lo que permite una lectura densa y situada de las experiencias.

Los resultados de este estudio han permitido examinar las complejas interrelaciones entre identidad, lugares urbanos, género y prácticas alimentarias de las mujeres italianas residentes en Chile. La elección de lugares vinculados a Italia refleja un intento de preservar las tradiciones culinarias de origen, pero al mismo tiempo va acompañada de un proceso de negociación de los roles de género asociados a la comida. De hecho, las participantes parecen describir un movimiento constante de búsqueda de equilibrio entre el respeto por las tradiciones alimentarias y el cuestionamiento de los modelos culturales de género relacionados con ellas. Otro resultado se refiere a la dimensión

[2] Arcadu, M., Reyes-Espejo, M. I., Cazorla-Becerra, K., & Migliorini, L. (2025). Walking through foodscapes: Analyzing the culinary pathways of Italian migrant women in Chile. *City, Culture and Society*. (*Manuscript under review).*

simbólica de los lugares alimentarios elegidos, que aquí hemos definido como lugares que nutren. Estos espacios son portadores de significados profundos y se configuran como recursos capaces de nutrir, a través de la comida, tanto las necesidades materiales como las dimensiones simbólicas relacionadas con las relaciones y la construcción de la identidad en la vida cotidiana.

El uso del caminar como técnica de investigación permitió comprender cómo los lugares urbanos adquieren significado a través de las prácticas alimentarias, entendidas como procesos dinámicos mediante los cuales se evocan recuerdos, se renegocian experiencias y se construye la identidad en contextos migratorios. En particular, la técnica del Foodscape Walking posibilitó explorar la interrelación entre identidad, migración y alimentación en el espacio público, ampliando el análisis más allá del ámbito doméstico y adoptando un paradigma relacional que integra participantes, investigadora, paisaje urbano, materialidad e historia. Desde el punto de vista metodológico, el estudio se caracteriza por el trabajo de un equipo interdisciplinario y multicultural y por la elaboración de un protocolo específico que favorece la replicabilidad del método. No obstante, al tratarse de un estudio exploratorio, presenta limitaciones vinculadas al reducido número de casos y a la especificidad del contexto urbano analizado, lo que restringe la generalización y transferibilidad de los resultados. Se subraya así la necesidad de futuras investigaciones que amplíen la diversidad de participantes, contextos y trayectorias migratorias, incorporando distintas identidades de género y profundizando en variables como la edad y el ciclo de vida.

PROFUNDIZACIÓN METODOLÓGICA. EL FOODSCAPE WALKING COMO TÉCNICA DE INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA: EXPLORAR LA IDENTIDAD DE LAS PERSONAS MIGRANTES A TRAVÉS DE LAS PRÁCTICAS ALIMENTARIAS EN CONTEXTOS URBANOS[3]

Esta sección ha presentado un análisis metodológico dedicado a la técnica del *Foodscape Walking*, desarrollada y formalizada como herramienta de investigación cualitativa en psicología para explorar los procesos de construcción de la identidad en contextos migratorios a través de la comida y las prácticas alimentarias urbanas. El objetivo del capítulo es reconstruir el recorrido teórico, epistemológico y aplicativo que ha llevado a la definición del Foodscape Walking como protocolo estructurado, recientemente publicado en el ámbito internacional, situándolo en el diálogo entre la psicología cultural, los estudios sobre migración y los estudios sobre alimentación.

Partiendo de la evolución de las metodologías cualitativas en psicología y del creciente interés por los enfoques corporales, situados y basados en el movimiento, el capítulo enmarca el caminar como una práctica de investigación capaz de captar la dimensión relacional, sensorial y espacial de la experiencia: se propone una revisión crítica de las principales metodologías de caminar, organizadas en tres grandes enfoques: discursivo-dialógico, etnográfico y performativo. Dentro de este marco, el *Foodscape Walking* se posiciona como una propuesta metodológica original que integra elementos discursivos y etnográficos, distinguiéndose por la centralidad explícita que atribuye a la comida y a los paisajes alimentarios. No es el caminar en sí mismo lo que caracteriza la técnica, sino el caminar orientado a la comida, entendida como ancla material, simbólica y relacional de la experiencia migratoria.

Desde el punto de vista teórico y epistemológico, el *Foodscape Walking* se basa en una perspectiva psicosocial y dialoga con aportaciones procedentes de los nuevos materialismos y del realismo

[3] Arcadu, M., Reyes Espejo, M. I., Cazorla Becerra, K. V., & Migliorini, L. (2025). *Foodscape Walking* as a research technique in psychology: exploring migrant identity through food practices in urban contexts. *Qualitative Research in Psychology*, 1–25. https://doi.org/10.1080/14780887.2025.2577474

agencial, que permiten concebir la comida, los espacios, los cuerpos y las narrativas como elementos inseparables de un único campo relacional. A continuación, el capítulo describe de forma sistemática el protocolo operativo del *Foodscape Walking*, articulado en fases sucesivas: preparación, primer contacto con el participante, paseo (dividido en momentos de inicio, exploración y cierre), redacción del diario de campo, transcripción y análisis de los materiales. Se presta especial atención a la dimensión ética, a la flexibilidad del dispositivo y al papel activo del participante, que guía el recorrido y contribuye a la co-construcción de los datos. En conjunto, el *Foodscape Walking* se perfila como una técnica capaz de hacer visibles procesos identitarios complejos que difícilmente pueden captarse mediante metodologías sedentarias. Por último, el capítulo analiza el potencial y los límites de la técnica, destacando su contribución teórica, metodológica y ética, pero también los retos relacionados con la accesibilidad, la gestión de datos y las condiciones contextuales. Las conclusiones abren la puerta a posibles desarrollos futuros, subrayando la transferibilidad del Foodscape Walking a otros ámbitos de la investigación psicológica y social -incluidos los contextos clínicos, sanitarios y laborales- y su valor como herramienta interdisciplinar.

CAPITOLO
4

CAPÍTULO 4. FAMILIAS MIGRANTES A LA MESA: UN ANÁLISIS MIXED METHOD DE LAS NARRATIVAS ALIMENTARIAS DE LOS PADRES ANTES, DURANTE Y DESPUÉS DEL VIAJE[4]

El capítulo, centrado en el **nivel familiar**, analiza el papel de las prácticas alimentarias en la construcción y reorganización de la identidad familiar en contextos migratorios, adoptando un diseño de métodos mixtos que integra un componente cualitativo y otro cuantitativo. Partiendo de una concepción de la identidad familiar como una configuración dinámica de prácticas, narrativas y relaciones, el capítulo explora cómo la comida constituye un espacio privilegiado de continuidad, negociación y transformación identitaria a lo largo de las diferentes fases del proceso migratorio (antes, durante y después del viaje).

La investigación involucra a 33 parejas de padres migrantes residentes en el norte de Italia, con al menos un hijo nacido en Italia. El componente cualitativo se basa en entrevistas semiestructuradas a las parejas, analizadas mediante un enfoque inspirado en la teoría fundamentada y el análisis temático reflexivo, con el objetivo de comprender cómo las familias atribuyen significado a las prácticas alimentarias cotidianas y rituales en el proceso de redefinición de la identidad familiar en la migración.

El componente cuantitativo profundiza en el papel de constructos psicológicos específicos relacionados con los procesos de aculturación y las orientaciones de apertura o cierre hacia alimentos desconocidos. En particular, se analizan la neofobia alimentaria y las dimensiones de la aculturación (adaptación sociocultural, adaptación psicológica, distancia cultural percibida y orientación hacia la aculturación), mediante el uso de instrumentos psicométricos validados en el contexto italiano. El análisis cuantitativo se articula en dos niveles complementarios: por un lado, la aplicación del modelo Actor-Partner Interdependence Model (APIM) con datos diádicos permite explorar las interdependencias entre los miembros de la pareja parental, poniendo de relieve cómo las características de cada progenitor influyen tanto en sus propias actitudes como en las de su pareja; por otro lado, el uso del Partial Least Squares Path Modeling (PLS-PM) permite modelar la aculturación como un constructo multidimensional y analizar su relación sistémica con la neofobia alimentaria, teniendo en cuenta también la heterogeneidad de la muestra a través del algoritmo PATHMOX. La integración de métodos cualitativos y cuantitativos permite obtener una comprensión profunda y multinivel del fenómeno, contribuyendo a ampliar el debate psicológico sobre la identidad familiar, la aculturación y el papel de la alimentación en los contextos migratorios.

Resultados principales

[4] Arcadu, M., Parasecoli, F., & Migliorini, L. (2025). Food practices and migrant families: A dynamic model of psychosocial family identity configuration. *Journal of Consumer Culture (manuscript under review).*
Arcadu, M., Cáceres Serrano, P., Reyes Espejo, M. I., & Migliorini, L. (2025). Acculturation processes and food neophobia: A quantitative analysis in migrant families *(manuscript under review).*
Arcadu, M., Cataldo, R., & Migliorini, L. (2025). Modeling food neophobia and acculturation in migrant families through PLS path modeling.
Journal of International Migration and Integration (manuscript under review)

Los resultados cualitativos muestran que la comida funciona simultáneamente como un ancla de continuidad y como un espacio de renegociación, tanto dentro del núcleo familiar como en la relación con el contexto social. Dentro de la familia, las prácticas alimentarias cotidianas -en particular, las comidas compartidas, la preparación de recetas tradicionales y el uso de objetos y técnicas culinarias específicas- se revelan como instrumentos fundamentales para preservar la cohesión, la memoria biográfica y la continuidad intergeneracional. Paralelamente, la comida también se configura como un ámbito de transformación interna. La ausencia de ingredientes, el cambio de horarios, la adopción de nuevos utensilios y el aprendizaje de gestos diferentes requieren un trabajo continuo de adaptación y negociación identitaria. En este contexto surgen prácticas de hibridación culinaria, que pueden adoptar formas creativas de contaminación o, por el contrario, estrategias de separación simbólica destinadas a preservar la «pureza» de las recetas tradicionales. Otro aspecto importante son las negociaciones relacionadas con la presencia de los hijos, que actúan como poderosos agentes de cambio. Si dirigimos la mirada hacia el contexto social, la comida emerge como un instrumento para mantener la pertenencia cultural (a través de redes de abastecimiento, tiendas étnicas, fiestas y restaurantes tradicionales) y, al mismo tiempo, como mediador relacional en los contactos con la comunidad local. A partir de estos resultados, se propone un modelo dinámico de configuración de la identidad alimentaria familiar migrante, articulado en torno a dos ejes: intra/extra-familiar y conservación/transformación. El modelo presenta la identidad como un proceso situado, relacional y en continua evolución, evitando lecturas estáticas o tipológicas.

El análisis cuantitativo diádico, realizado mediante el modelo Actor-Partner Interdependence Model (APIM), ha puesto de manifiesto la naturaleza interdependiente de la neofobia alimentaria dentro de las parejas de padres. Sin embargo, contrariamente a las hipótesis iniciales, las dimensiones de la aculturación no son predictores significativos de los niveles de neofobia, ni a nivel de efectos del actor ni de efectos de la pareja. Por el contrario, emergen con claridad algunos factores sociodemográficos y normativos. En particular, el origen geográfico y la presencia de prescripciones o restricciones alimentarias (religiosas, éticas o médicas) se asocian de manera significativa con los niveles de neofobia. Un resultado interesante se refiere a la edad de la pareja: el grupo intermedio (39-42 años) se asocia con niveles más bajos de neofobia en la díada, lo que sugiere que algunas fases del ciclo de vida familiar pueden favorecer una mayor flexibilidad y capacidad de mediación en las prácticas alimentarias. En general, el modelo APIM indica que la neofobia alimentaria, a nivel de pareja, está más relacionada con dimensiones biográficas, normativas y relacionales que con indicadores directos de aculturación, y que estas actitudes se construyen dentro de dinámicas de interdependencia familiar.

El análisis PLS-PM permitió explorar el fenómeno a nivel sistémico, modelando las relaciones entre la neofobia alimentaria y la aculturación como constructos latentes. Los resultados muestran un efecto negativo fuerte y muy significativo de la neofobia sobre la aculturación global: los niveles más altos de neofobia se asocian con niveles más bajos de adaptación cultural. Estos resultados sugieren que la apertura o el cierre alimentario representan una dimensión concreta, cotidiana y encarnada de la aculturación, capaz de reflejar actitudes más amplias hacia el encuentro cultural. El análisis de segmentación PATHMOX también puso de manifiesto la heterogeneidad de la muestra. El origen cultural emerge como variable discriminante primaria, mientras que la edad y los años de residencia en Italia modulan aún más la relación entre la neofobia y la aculturación. Estos resultados, en consonancia con los anteriores, muestran que la relación entre la alimentación y la aculturación no es uniforme, sino que varía en función de las trayectorias biográficas y los contextos de procedencia, lo que refuerza la necesidad de modelos sensibles a la heterogeneidad.

CAPITOLO
5

CAPÍTULO 5. *FOOD-ROOTS* PRÁCTICAS DE CONSTRUCCIÓN DE IDENTIDAD Y CREACIÓN DE COMUNIDADES A TRAVÉS DE LA COMIDA: UN ANÁLISIS DE CASO[5]

Este estudio se sitúa a **nivel comunitario** y analiza el papel de la comida y las prácticas alimentarias como dispositivos sociomateriales, relacionales y simbólicos capaces de activar procesos de pertenencia, reconocimiento y empoderamiento en contextos migratorios. En continuidad con los capítulos anteriores, la comida se entiende aquí no solo como un elemento de preservación cultural, sino como un proyecto común (common project) a través del cual los migrantes y las comunidades locales construyen conjuntamente significados, relaciones y formas de participación. El caso de estudio se refiere a Roots, un restaurante social situado en Módena, promovido por una organización del tercer sector y orientado a la integración sociolaboral de mujeres migrantes en situación de vulnerabilidad. Roots se configura como un espacio híbrido que entrelaza la restauración, la formación, el empoderamiento femenino y las prácticas comunitarias, actuando como un contexto habilitador en línea con los principios de la psicología comunitaria.

El estudio adopta un diseño cualitativo de tipo case study, integrado por un enfoque de investigación participativa basada en la comunidad (CBPR). La investigación se llevó a cabo entre octubre de 2024 y junio de 2025 y contó con la participación de un total de 35 participantes directos, además de un número mayor de ciudadanos en las actividades públicas. La recopilación de datos incluyó una triangulación metodológica articulada en cinco técnicas: entrevistas semiestructuradas con miembros del personal; mapas ecológicos con figuras clave de la organización; dos itinerarios de fotointervención con becarias activas y exbecarias; un World Café; una cartografía afectiva participativa de los lugares alimentarios urbanos.

El análisis de los datos se llevó a cabo mediante un enfoque cualitativo integrado que combina el análisis temático y el análisis temático-narrativo, con el apoyo del software NVivo y acompañado de momentos de restitución y validación dialógica con los participantes, en consonancia con el enfoque participativo de la investigación.

Resultados principales

Los resultados muestran que la comida en Roots cumple cuatro funciones principales.

En primer lugar, emerge como elemento central de la identidad del proyecto, capaz de actuar como lenguaje compartido que relaciona historias, culturas y subjetividades diferentes, facilitando la comunicación incluso más allá de las barreras lingüísticas. En segundo lugar, la comida funciona como herramienta operativa y reguladora de la vida comunitaria: a través de las prácticas cotidianas de cocina y servicio se construyen reglas compartidas, se gestionan los conflictos interculturales y se mantiene la orientación hacia el objetivo colectivo del proyecto. En tercer lugar, la comida sirve de puente entre el restaurante y la ciudad, activando las relaciones con el territorio, transformando las representaciones sociales sobre la migración y ofreciendo a la comunidad local un espacio concreto de encuentro y diálogo intercultural. Por último, la comida surge como un espacio de agencia y

[5] Arcadu, M., Tubertini, E., Reyes Espejo, M. I., & Migliorini, L. (2025). Identity Construction and Community Building Practices Through Food: A Case Study. *Behavioral Sciences*, *15*(12), 1675. https://doi.org/10.3390/bs15121675

empoderamiento, en particular para las mujeres migrantes en prácticas, que a través de las prácticas alimentarias pueden reafirmar su identidad, valorizar conocimientos a menudo invisibilizados y reconfigurarse como sujetos competentes y socialmente reconocidos. La fotointervención ha puesto de manifiesto cómo la participación en el proyecto favorece los procesos de crecimiento personal, la cohesión entre iguales y la construcción de nuevas narrativas identitarias. La recurrencia de la metáfora del árbol en los productos finales de los grupos refleja simbólicamente una identidad migrante entendida como simultáneamente arraigada y en transformación. El World Café y la cartografía afectiva han ampliado el análisis al contexto urbano, mostrando cómo los lugares de alimentación pueden actuar como micro infraestructuras de ciudadanía, capaces de alimentar las relaciones, reducir el aislamiento y hacer accesibles nuevas posibilidades de participación.

En general, el estudio ha demostrado cómo iniciativas como Roots funcionan como dispositivos comunitarios transformadores, en los que la comida se convierte en una práctica cotidiana de cuidado, reconocimiento y construcción de comunidad. Al mismo tiempo, el estudio subraya la necesidad de apoyo institucional y organizativo para garantizar la sostenibilidad de estas experiencias, de modo que no se queden en iniciativas temporales, sino que puedan tener un impacto estructural en el tejido social y urbano.

CAPITOLO
6

CAPÍTULO 6. CONCLUSIONES INTEGRADAS[6]

Esta tesis doctoral nace de la intención de construir un diálogo sistemático entre la psicología y los estudios sobre la alimentación, devolviendo a la comida una centralidad epistémica a menudo descuidada en las ciencias psicológicas. Superando la concepción de la comida como mero comportamiento cotidiano u objeto clínico, el trabajo la ha considerado como un fenómeno complejo, encarnado y relacional, capaz de generar conocimiento sobre los procesos identitarios, las relaciones sociales y las formas de habitar el mundo, en particular en los contextos migratorios. A través de un diseño multinivel, los resultados muestran cómo la comida no se limita a reflejar la identidad de los sujetos, sino que participa activamente en su construcción y expresión, haciendo que los yos sean reconocibles, habitables y narrables en el tiempo. La pregunta «*Si somos lo que comemos, ¿quiénes somos?*» se reformula así en clave procesual: no se trata de definir quiénes somos en función de lo que comemos, sino de comprender cómo, a través de las prácticas alimentarias, construimos continuamente nuestra forma de ser, de pertenecer y de negociar el cambio. En su conjunto, los resultados muestran cómo la comida actúa como un tejido vivo que conecta tiempos, lugares y relaciones, permitiendo mantener la continuidad biográfica incluso en la transformación. Comer en la migración surge como un acto cotidiano de posicionamiento identitario: cada comida implica una elección sobre quién se quiere ser, qué vínculos se quieren preservar y cuáles se quieren transformar.
A partir de este recorrido empírico y teórico, la tesis ha propuesto el concepto de Identidad Alimentaria, entendida como un proceso dinámico, relacional y situado a través del cual las personas construyen, expresan y transforman el yo en las interacciones con la comida. La identidad alimentaria no es una característica estable ni una esencia individual, sino un constructo hipotético que se desarrolla en la intersección entre la subjetividad, las relaciones y los contextos atravesados por normas y relaciones de poder.
El constructo se articula a lo largo de cuatro ejes analíticos interconectados: 1. *Multidimensionalidad*, que integra aspectos cognitivos, emocionales, corporales, simbólicos y sociales; 2. *Procesualidad*, que devuelve la identidad como algo en continuo devenir; 3. *Dialogicidad*, que considera la comida como un lenguaje interactivo; 4. *Contextualidad*, que arraiga las prácticas alimentarias en contextos materiales y sociales no neutros.
La identidad alimentaria nunca fija quiénes somos, sino que hace que la identidad sea habitable, ofreciendo una continuidad narrativa y afectiva que coexiste con su naturaleza procesual y transformadora, abriendo nuevas perspectivas teóricas, metodológicas y aplicativas para la investigación psicológica.
Las reflexiones desarrolladas en este trabajo ponen de relieve un conjunto de implicaciones teóricas, metodológicas y aplicativas que atraviesan los distintos niveles de análisis considerados. A nivel teórico, la revisión de la literatura subraya la necesidad de reconocer el dominio alimentario como un

[6] La presente sección integra y reelabora algunos aportes teóricos ya discutidos en:
Arcadu, M., Zanolin, G., & Migliorini, L. (2025). Food Identity and Migrations: Dynamic Processes and Local Communities. *Il Capitale Culturale. Studies on the Value of Cultural Heritage*, (31), 461–482. https://doi.org/10.13138/2039-2362/3533

espacio central de encuentro cultural, superando enfoques normativos que separan salud y cultura. Los estudios empíricos muestran, a nivel individual, familiar y comunitario, cómo las prácticas alimentarias operan como dispositivos de expresión y construcción identitaria, mediación relacional y participación social. Desde el punto de vista metodológico, la formalización del *Foodscape Walking* constituye una contribución innovadora para la investigación cualitativa en psicología, al incorporar una perspectiva espacial, sensorial y situada. En conjunto, los resultados confluyen en la propuesta del constructo de identidad alimentaria que permite reposicionar el alimento como un eje central en la psicología, abriendo nuevas vías de investigación e intervención psicosocial orientadas a una concepción ecológica de la salud y el bienestar.

En cuanto a los límites y las perspectivas futuras, la naturaleza cualitativa y situada de los estudios, si bien ha permitido una comprensión densa y contextual de los fenómenos, por otro lado, limita la generalización de los resultados. En el futuro, será importante desarrollar diseños comparativos, mixtos y longitudinales, capaces de explorar la evolución de la identidad alimentaria a lo largo del tiempo y en diferentes contextos. Otros avances se refieren a la operacionalización empírica del constructo de identidad alimentaria, mediante el diseño de nuevos instrumentos cuantitativos y aplicaciones interdisciplinarias, sin agotar su potencial interpretativo.

Desde una perspectiva más amplia, este trabajo invita a reflexionar sobre el futuro de la psicología como ciencia interdisciplinaria, situada y capaz de habitar los umbrales entre los conocimientos. La alimentación surge aquí no solo como objeto de estudio, sino como campo de experiencia viva, a través del cual la psicología puede contribuir a la producción de conocimientos y prácticas orientadas a la salud, la inclusión y la cohesión de las comunidades, respondiendo a los retos sociales y culturales contemporáneos.

Manoscritto di tesi

Prefazione

Ci sono domande che ci accompagnano a lungo, senza che ce ne accorgiamo davvero.
Una di queste per me riguarda ciò che mangiamo, o meglio, ciò che il cibo dice di noi, dei nostri legami e delle storie che portiamo nel corpo e nei sensi prima ancora che nella memoria. Donna R. Gabaccia negli anni 2000 l'ha formulata così: *"If we are what we eat, who are we?"*. È una domanda solo in apparenza semplice, che negli anni ha continuato a tornare, discreta ma persistente. Questo interrogativo, che intreccia particolarmente cibo e identità in un'unica traiettoria, ha iniziato a dialogare silenziosamente con il mio percorso personale, forse ben prima di diventare oggetto di questa ricerca.
Ho sempre amato il cibo e tutto ciò che ruota intorno ad esso. Ricordo con nitidezza i pranzi o le cene di famiglia, le riunioni attorno alla tavola, i gesti che si ripetevano con naturalezza e che, solo col tempo, ho imparato a riconoscere come rituali di cura. A casa, il momento del pasto era sempre *algo para disfrutar*: un tempo sospeso, un piccolo spazio di serenità condivisa, dove la vita quotidiana trovava un ritmo più lento e gli affetti si intrecciavano, circondati da buoni profumi, colori e consistenze. Ricordo le parole che scorrevano durante questi eventi: c'erano discorsi leggeri, impegnati, risate fino ad avere le lacrime, scambi di opinione su notizie d'attualità o su discorsi di quelli da perdercisi dentro, ripassi per le verifiche del giorno successivo, commenti alle sfortune del giorno o canzoni d'auguri intonate per le celebrazioni (rigorose e puntuali ogni anno).
Da bambina, ma anche oggi lo posso affermare con certezza, il cibo era per me un linguaggio rassicurante, una forma di presenza. Ricordo in particolare il latte tiepido che mia mamma o il mio babbo mi preparavano la sera, dopo cena prima di dormire. Mi veniva servito in un bicchiere di plastica rosso con un piccolo manico. Quel bicchiere lo conservo e lo utilizzo ancora oggi: è un oggetto semplice, che custodisce la mia storia; ogni volta che lo vedo o nel suo uso, mi riporta a casa, mi fa ricordare chi sono e da dove vengo. Forse è anche proprio a partire da questi ricordi che sento che il cibo non sia solo un bisogno o un piacere, ma soprattutto una forma di relazione, un modo di appartenere e di riconoscersi; per essere curiosi, scoprire e incontrarsi. E se oggi guardo indietro verso il percorso e le scelte che ho fatto, riconosco coerentemente come questi aspetti siano sempre stati parte di me, e continuino a definire il modo in cui mi avvicino agli altri, e al mondo.
Poi ho scelto di studiare Psicologia. È stato un innamoramento, uno di quelli che non si dimenticano. Se oggi sono la persona e la ricercatrice che sono, lo devo anche a lei che mi ha insegnato a guardare il mondo con occhi nuovi. Mi ha accompagnata, mi ha dato parole per comprendere e poter dire ciò che prima sentivo solo in modo intuitivo, mi ha insegnato a rispettare l'Altro con le sue storie, le sue forme di vita, i suoi silenzi.

Ricordo con chiarezza uno dei primi esami di *Psicologia Sociale*, all'Università di Padova. Era un corso molto teorico, ma per me è stato come aprire una finestra su un paesaggio vastissimo. Ho imparato a pensare in termini di sistemi, di intrecci, di influenze reciproche. Ho iniziato a riconoscere la potenza delle differenze culturali, e a considerarle occasioni di incontro. Poi è arrivato l'incontro con la *Psicologia di Comunità* che è, prima di tutto, un modo di essere e abitare il mondo. È una prospettiva che abbraccia la complessità, che crede nella possibilità del cambiamento, che guarda alle persone non come "casi", ma come risorse. Mi ha insegnato che la cura e l'attenzione non devono essere solo rivolte all' individuo, ma anche e soprattutto verso i contesti di vita; che la salute si costruisce insieme; che il benessere non è solo una condizione fisica, ma un processo che prende forma a partire dai legami. La psicologia di comunità è stata, e continua ad essere per me, una maestra silenziosa, una lente che mi ha permesso di unire pensiero e azione, teoria e vita.

Dopo la laurea, tutto è venuto come una "naturale" conseguenza: master, corsi, scuola di specializzazione... Ma non ero più la stessa. Ogni tappa del mio percorso professionale e di vita ha continuato allargando lo sguardo, moltiplicando le domande e consolidando la certezza che la ricerca in questo ambito, per essere viva, deve essere innanzitutto profondamente umana. Ho così iniziato il dottorato portando con me tutto questo. Ma ancora non sapevo verso dove viaggiavo.

Al contrario di quanto si possa pensare, il mio progetto di ricerca non è nato da un piano definito: è nato per caso, spontaneamente da una questione reale, una conversazione con mia mamma. Stavamo parlando di una notizia letta sul giornale, riguardante la questione alimentare multiculturale nelle mense scolastiche della mia città. Era il 2020. Io, allora, non sapevo nulla di quell'argomento, ma quella discussione, così quotidiana e semplice, ha acceso qualcosa. Ho iniziato a leggere, a studiare, a cercare. Mi incuriosiva la relazione tra cultura e cibo, tra ciò che mangiamo e chi siamo. E più approfondivo, più mi accorgevo che la psicologia aveva dedicato sorprendentemente poca attenzione a questi temi. C'erano, certo, moltissimi studi sui disturbi alimentari e sulle componenti cliniche del comportamento alimentare. Ma mancava qualcosa: uno sguardo che cogliesse la dimensione sociale, identitaria e simbolica del cibo, la sua potenza costitutiva nel dar forma ai legami, alle appartenenze, ai significati.

Questa insoddisfazione, questa piccola inquietudine intellettuale, è diventata la mia spinta più grande. Non mi bastava più osservare il cibo come oggetto quotidiano, volevo comprenderlo come esperienza, come pratica viva, come linguaggio che costruisce identità. Così ho deciso di tentare il dottorato, portando con me questa idea ancora molto fragile, appena nata, ma che sentivo mia nel profondo.

E così, del cibo, me ne sono innamorata anche "intellettualmente". Ho scoperto l'esistenza dei *Food Studies* ed è stato come aprire una porta su un mondo che, in fondo, cercavo da tempo senza saperlo. Si tratta di un campo di ricerca in cui diverse discipline riflettono sul significato del cibo come oggetto

in dialogo con la società ma anche come lente attraverso cui osservare il mondo e i suoi fenomeni. Leggevo articoli, saggi, storie di studiosi che avevano dedicato la loro vita a comprendere il cibo come linguaggio sociale, come specchio di culture, memorie e appartenenze. Mi affascinava l'idea che il cibo potesse essere studiato non solo come oggetto, ma come esperienza totale, materiale, simbolica e corporea.

Trovo ancora tutto ciò affascinante nella sua apparente semplicità e nella sua profondità disarmante. Dopotutto, tutti mangiamo. Ma quanto ci soffermiamo davvero a pensare a ciò che questo gesto quotidiano rivela di noi? Quanto il modo in cui cuciniamo, condividiamo e scegliamo il cibo racconta di come configuriamo chi siamo e parallelamente di come ci esprimiamo nel mondo? In che modo il cibo, inoltre, diventa un dispositivo relazionale capace di connetterci agli altri e di segnare differenze, appartenenze e linee di separazione?

In quegli anni, New York rappresentava un orizzonte quasi mitico, il luogo dove i *Food Studies* avevano preso forma, dove la ricerca sul cibo dialogava naturalmente con le scienze sociali. Non avrei mai immaginato di poterci arrivare davvero. L'esperienza di visiting alla New York University ha rappresentato per me una svolta profonda: lì ho trovato ispirazione ma soprattutto una comunità di pensiero.

E poi è arrivato il Cile e la cotutela con la Pontificia Universidad Catolica de Valparaiso a Viña del Mar. Se New York ha rappresentato l'orizzonte intellettuale, il Cile è stato quello in cui la ricerca è diventata esperienza vissuta. Lì la ricerca è evasa dalla lettura di articoli e dai ranking delle riviste scientifiche ed è diventata pratica di vita. In Cile non sono stata solo una dottoranda che fa ricerca: sono stata una migrante, una persona che attraversa confini, che assaggia sapori nuovi e che impara a muoversi in una città con una mappa diversa, parlando anche una lingua diversa (…velocissima!).

Lontana da casa, ho scoperto un altro modo di appartenere. Il cibo però, ancora una volta, è stato il filo che ha legato tutto. Mi ha accompagnata nei primi tempi di spaesamento: ricordo la mia prima spesa, quando nulla mi sembrava familiare, non riconoscevo gli ingredienti, e alla fine sono uscita dal supermercato con un solo pacco di gnocchi Giovanni Rana e una passata di pomodoro Mutti, rigorosamente acquistati, a prezzo maggiorato, nella sezione dei cibi "internazionali" (curioso osservare che nella mia categorizzazione cognitiva essi fossero, al tempo, chiaramente nella sezione "cibi locali"). Mi ha fatto incontrare persone: quanto è stato bello preparare la pasta fresca con chi mi ha accolta e mi ha permesso di rimanere, in qualche modo, "italiana" anche a migliaia di chilometri da casa. E mi ha insegnato a osservare i luoghi di quella nuova città in cui capitavo attraverso i suoi sapori e odori che sono poi diventati conforto: quanto mi manca ora l'odore del pane e delle uova con *palta* di Bakery Lynch nei fine settimana di lavoro, o il sapore dell'*alfajor* della panadería Mas Q Delicias tra 10 Norte e 1 Oriente…

Quando ho iniziato questo percorso, dicevo che studiare questo tema era per me un modo di ampliare i confini della conoscenza. Oggi, al termine (o nuovo inizio?) di questo viaggio, mi sembra che quei confini si siano trasformati, e qualcosa inizi a tornare: ogni scelta che faccio, ogni gesto che compio legato al cibo è un piccolo lavoro di confine, una soglia tra ciò che conosco e ciò che mi è ancora estraneo. Attraverso il cibo lascio entrare porzioni di mondo, accolgo qualcosa che era esterno, trasgredendo l'interezza di chi ero, e lo lascio diventare parte della mia identità, di chi non sono ancora ma di chi sto diventando.



Figura 2. ERRE and Margarita Garcia Asperas, Re/flecting the Border, 2017. Opera performativa che prevede una lunga tavola affacciata su uno specchio collocato lungo il confine USA–Messico, la cui riflessione crea l'illusione di un pasto condiviso tra le due frontiere.

Questo lavoro di dottorato ha rappresentato proprio questo: nutrirmi di esperienze, di luoghi, di persone, di idee; assaporarle, gustarle, digerirle, trasformarle, e poi restituirle. Un modo per dire, attraverso lo studio e la ricerca, ciò che il cibo mi ha insegnato da sempre: trasformare e costruirsi significa incorporare qualcosa di nuovo, e ogni nuovo incontro lascia nella memoria un sapore che resta.

Il percorso che ho raccontato fin qui trova la sua applicazione in questa tesi. Il lavoro si propone di esplorare e analizzare come il cibo e le pratiche alimentari contribuiscano alla continua espressione e alla costruzione dell'identità nei contesti migratori, mettendo in dialogo esperienze, relazioni e contesti di vita. Al contempo, la tesi intende offrire un contributo sul piano metodologico, sperimentando e ampliando strumenti di ricerca in psicologia capaci di cogliere la complessità dell'intreccio tra cibo, migrazione e processi identitari. Come in un menù accuratamente pensato, anche questa tesi si compone di portate diverse, ciascuna con un proprio sapore e una propria consistenza; insieme, però, contribuiscono a un medesimo disegno complessivo, convergendo verso l'obiettivo.

Il Capitolo 1 costituisce la base teorica dell'intero lavoro. In esso vengono approfonditi i principali ambiti che guidano la ricerca: le migrazioni contemporanee, i processi di acculturazione e di costruzione identitaria, e il ruolo delle pratiche alimentari come domini quotidiani attraverso cui questi processi prendono corpo. Il capitolo si chiude con il paragrafo descrittivo dell'articolazione complessiva dell'elaborato. Nel Capitolo 2, viene presentata la *scoping review* della letteratura internazionale sul rapporto tra cibo e migrazione nelle scienze sociali. Il Capitolo 3 apre la sezione dedicata agli studi empirici: lo studio qualitativo condotto con donne italiane migranti in Cile analizza come il cibo e i luoghi del quotidiano contribuiscano all'espressione e alla costruzione di Sé nel contesto migratorio. In questo capitolo presenterò inoltre la proposta metodologica del *Foodscape Walking* . Il Capitolo 4 presenta uno studio mixed-methods con coppie migranti con figli nati in Italia, esplorando come le pratiche alimentari partecipino ai processi di acculturazione familiare e conducano alla proposta di un modello dinamico di identità familiare migrante. Il Capitolo 5 presenta un caso di studio condotto presso il ristorante sociale Roots, analizzando il cibo come dispositivo di costruzione identitaria collettiva, empowerment e riconoscimento interculturale in un contesto che integra dimensioni gastronomiche, formative e sociali. Infine, il Capitolo 6 raccoglie e integra i risultati dei diversi studi, offrendo una visione complessiva del percorso di ricerca e proponendo una riflessione teorica sul costrutto di Identità Alimentare.

Nel suo insieme, la tesi si colloca al crocevia tra gli studi psicologici e il campo dei *Food Studies*, sviluppando un dialogo interdisciplinare che attraversa l'intero lavoro. Questa prospettiva intreccia costantemente gli strumenti teorici e pratici forniti della psicologia – utili a leggere processi, relazioni

e dinamiche identitarie – con le sensibilità, esperienze e gli approcci propri degli studi alimentari, che permettono di cogliere la materialità, la quotidianità e la dimensione socioculturale ampia del cibo. Tale intersezione permette alla psicologia di osservare il cibo come terreno empirico e campo epistemico autonomo, sensibile all'espressione dei processi identitari e relazionali, e consente al contempo ai *Food Studies* di cogliere le dinamiche psicologiche che attraversano le pratiche alimentari. In questa reciprocità di dialogo, il cibo favorisce l'emergere di un campo privilegiato di studio per osservare i processi di espressione e costruzione identitaria, di resilienza e di trasformazione sociale che caratterizzano le esperienze migratorie contemporanee. Il significato di questi studi, tuttavia, non è da intendersi come qualcosa di statico o definitivo: anche se il percorso può apparire ordinato e scandito in capitoli, ciò che lo attraversa è un movimento continuo: un andare e venire tra confini, tra aperture e resistenze. I confini, infatti, non sono sempre sinonimi di muri: a volte funzionano come membrane permettendo il passaggio di alcune cose, trasformandone altre, e tenendone fuori altre ancora. Le terre di confine che ne derivano possono essere luoghi fertili di mescolanza, di creatività e di incontro.

Spero che le pagine che seguiranno riusciranno a mostrare come il cibo e le pratiche alimentari offrano questo terreno di confine per osservare queste dinamiche, nel passato, nel presente e nel futuro.

Indice

PARTE PRIMA 15

CAPITOLO 1. MIGRAZIONI, PROCESSI CULTURALI E IDENTITARI NELLE PRATICHE ALIMENTARI 19

Migrazioni contemporanee: un fenomeno globale e multidimensionale 19
Acculturazione e Cultura: un dialogo in prospettiva psicologica 25
Cibo e pratiche alimentari come spazi di espressione e costruzione culturale in migrazione 29
Processi di costruzione identitaria e pratiche alimentari 32
Percorso e articolazione dell'elaborato 41

CAPITOLO 2. CIBO E PRATICHE ALIMENTARI NEI PROCESSI MIGRATORI: UNA SCOPING REVIEW 53

Introduzione 53
Metodologia 54
Metodologia PRISMA per le revisioni di scoping 54
Strategie di ricerca e fonti informative 54
Criteri di inclusione ed esclusione 55
Procedura di estrazione e sintesi dei dati 56
Sintesi dei dati e analisi 57
Risultati 58
Analisi a livello individuale 59
Analisi a livello familiare 66
Analisi a livello socio-comunitario 69
Discussione 74
Punti di forza e limiti 78
Conclusioni 78

PARTE SECONDA 81

CAPITOLO 3. CAMMINARE TRA I PAESAGGI ALIMENTARI: UN'ANALISI DEI PERCORSI CULINARI DELLE DONNE MIGRANTI ITALIANE IN CILE 85

Introduzione 85
Metodologia 88
Disegno dello studio 88

Contesto: Valparaíso e Viña del Mar 88
Partecipanti 90
Procedura 91
Considerazioni etiche 92
Analisi dei dati 93
Risultati e Discussione 93
Italianità nei luoghi alimentari urbani 95
Identità di genere e pratiche alimentari nei luoghi urbani 97
Luoghi alimentari che nutrono 99
Conclusioni e sviluppi futuri 101
APPROFONDIMENTO METODOLOGICO. Il *Foodscape Walking* come tecnica di ricerca in psicologia: esplorare l'identità dei migranti attraverso le pratiche alimentari nei contesti urbani 105
Introduzione 105
Camminare come metodo di ricerca: approcci e tecniche nelle scienze sociali 107
Metodologie di camminata nel quadro discorsivo-dialogico (1) 108
Metodologie di camminata con un quadro etnografico (2) 109
Metodologie di camminata nel quadro performativo (3) 111
Metodologia: il protocollo di *Foodscape Walking* 112
Potenzialità e limiti 119
Conclusioni e sviluppi futuri 122
CAPITOLO 4. FAMIGLIE MIGRANTI A TAVOLA: UN'ANALISI MIXED METHOD DELLE NARRAZIONI ALIMENTARI GENITORIALI PRIMA, DURANTE E DOPO IL VIAGGIO 127
Introduzione 127
Obiettivi dello studio 132
Metodologia dello studio complessivo 133
Partecipanti 134
Procedura 135
Strumenti 135
Approccio metodologico del disegno dello studio 137
Analisi dei dati 140
Considerazioni etiche 144
Risultati e discussione 145
Risultati per la sezione qualitativa (1) 145

Discussione e conclusioni per la sezione qualitativa (1) 155
Risultati per la sezione quantitativa con utilizzo modello APIM (2) 158
Discussione e conclusioni per la sezione quantitativa con utilizzo modello APIM (2) 161
Risultati per la sezione quantitativa con utilizzo modello PLS-PM (3) 163
Discussione e conclusioni per la sezione quantitativa con utilizzo modello PLS-PM (3) 167
Conclusioni integrate 169

CAPITOLO 5. *FOOD-ROOTS* PRATICHE DI COSTRUZIONE IDENTITARIA E COMMUNITY BUILDING ATTRAVERSO IL CIBO: UN'ANALISI DI CASO 175

Introduzione 175
Metodologia 177
Contesto 177
Disegno dello studio 178
Raccolta dati, strumenti e procedura 178
Partecipanti 182
Analisi dei dati 184
Considerazioni etiche 185
Risultati 185
Interviste e mappe ecologiche condotte con lo staff 185
Esperienza di photo-intervention con le tirocinanti migranti 193
World cafè e cartografia affettiva partecipativa 199
Restituzione pubblica dei risultati: il Festival delle Migrazioni a Roots 202
Discussioni e conclusione 206
Limiti e sviluppi futuri 209

PARTE TERZA 211

CAPITOLO 6. CONCLUSIONI 215

Conclusioni integrate 215
Implicazioni teoriche e pratiche 226
Limiti e prospettive future 229

RINGRAZIAMENTI 231

APPENDICI 235

A. Livello di studio individuale 237
B. Livello di studio familiare 240

C. Livello di studio comunitario 246

BIBLIOGRAFIA 249

Parte prima

Contesto teorico e revisione della letteratura



Migrazioni, processi culturali e identitari nelle pratiche alimentari

Capitolo 1. Migrazioni, processi culturali e identitari nelle pratiche alimentari

Migrazioni contemporanee: un fenomeno globale e multidimensionale

La migrazione rappresenta oggi uno dei fenomeni globali più rilevanti e complessi, al centro di dibattiti politici, sociali e culturali che attraversano le società contemporanee. Secondo *l'International Migration Stock della Population Division* delle Nazioni Unite, nel 2015 c'erano nel mondo 243 milioni e 700 mila migranti, pari al 3,3 % della popolazione mondiale (con un'impennata del 41% rispetto al 2000). Secondo i dati aggiornati delle Nazioni Unite, nel 2020 il numero di migranti internazionali ha superato i 280 milioni, pari a circa il 3,6% della popolazione mondiale (McAuliffe & Triandafyllidou, 2021). Nello stesso anno, nell'Unione Europea c'erano circa 1,9 milioni di migranti provenienti da paesi extra UE (EUROSTAT, 2022). L'Italia, dove sono state condotte in prevalenza le ricerche per questo lavoro di tesi, è uno tra i paesi europei con la più alta percentuale di persone con un background migratorio, e si situava a quota 8,3% della popolazione nel 2016 (ISTAT, 2020) e nel 2023 tale dato è cresciuto a quota 10,6% (ISTAT, 2023). Il superamento della soglia del 10% non ha solo un significato demografico, ma segna anche un punto di svolta sociale e politico, in cui la migrazione smette di essere un fenomeno transitorio per consolidarsi come componente strutturale della società. La letteratura comparata mostra che, nei paesi in cui la popolazione migrante raggiunge proporzioni a due cifre, i principali conflitti associati alla migrazione si spostano da un piano di tipo economico a dispute simboliche relative all'identità, all'appartenenza e alla cittadinanza (Brubaker, 2017; De Has et al., 2020; OECD, 2023). Questi dati mettono chiaramente in luce la portata significativa del fenomeno migratorio, non solo per la sua portata demografica, ma anche per le profonde implicazioni che esso assume rispetto agli individui migranti, rispetto ai paesi di origine, di transito e di arrivo, oltre che per le trasformazioni profonde che vengono messe in moto a livello di tessuto sociale e culturale. In questo contesto, affrontare la migrazione dal punto di vista delle pratiche alimentari permette di collocare questi processi a livello della vita quotidiana e pratica, mostrando come la mobilità umana si inscriva proprio anche in abitudini, significati e relazioni di ogni giorno.

La storia dell'uomo è da sempre storia di migrazioni caratterizzata da costanti spostamenti di singoli individui o di gruppi e popoli che si sono mossi da una regione all'altra della Terra. Le migrazioni costituiscono un fenomeno antico, ma le loro caratteristiche in termini di intensità, frequenza e forme si sono trasformate profondamente nel corso tempo. Gli inizi dello studio delle migrazioni umane come fenomeno sono ancorati alla sociologia dell'inizio del XX secolo e, successivamente, questo campo è emerso con le proprie fonti di letteratura a partire dagli anni '60, concentrandosi principalmente sugli studi anglo-americani; negli anni '90 poi, il maggiore sviluppo degli studi sulla

migrazione si è verificato attraverso un percorso che ne ha portato l'espansione internazionale (Pisarevskaya et al., 2020). Come sottolinea ampiamente la letteratura, ci si muove per molti e svariati motivi: l'uomo contemporaneo (che si trova nelle condizioni di poterlo fare) si muove per lavoro, turismo, affari, affetti, per costruire una vita migliore, allontanarsi da condizioni sfavorevoli o anche per puro piacere. Seguendo il sociologo Allievi (2018), possiamo ricondurre le ragioni degli spostamenti fondamentalmente a due tipologie di fattori: i cosiddetti fattori di spinta (*push factors*) e i fattori di attrazione (*pull factors*). La migrazione può essere infatti determinata sia da fattori di spinta, come guerre, persecuzioni, povertà, disuguaglianze, cambiamenti climatici ecc., sia da fattori di attrazione legati ad esempio a migliori opportunità economiche, lavorative, formative o a un immaginario di maggiore libertà e qualità della vita.

Negli ultimi decenni, inoltre, l'evoluzione dello studio del fenomeno migratorio è coincisa con un ulteriore cambiamento di paradigma: l'attenzione si è spostata dalla geografia della migrazione al più ampio concetto di mobilità. A partire dagli anni Duemila, le scienze sociali hanno promosso un approccio che considera le migrazioni come una specifica declinazione dei processi di mobilità, mettendo quindi in discussione l'idea che lo stile di vita di tipo sedentario rappresenti la norma e la mobilità un'eccezione. Questo cambiamento ha progressivamente orientato la ricerca dal tentativo di definire *che cosa* costituisca la migrazione – concentrandosi su fattori, cause e implicazioni del muoversi, in una prospettiva prevalentemente strutturale e statica – verso la comprensione di *come* tale processo si sviluppi. L'attenzione si è così spostata sui passaggi, sulle trasformazioni e sulle esperienze che compongono la migrazione, privilegiando una lettura processuale, esperienziale e vissuta. Analizzare come tale processo avvenga consente quindi di restituire la complessità propriamente vissuta della migrazione, intendendola non solamente come evento o condizione di una biografia di vita, ma come processo dinamico che implica continui adattamenti biografici, negoziazioni e ridefinizioni di Sé e del proprio posto nel mondo (Birman & Bray, 2017).

È proprio a partire da questa prospettiva in continuo movimento che diviene pertanto oggi necessario interrogarsi nuovamente su che cosa significhi essere migrante, e in che modo tale condizione si manifesti, si costruisca e si rinnovi attraverso l'espressione, le pratiche e le relazioni quotidiane tra individui. In questo quadro, le pratiche quotidiane assumono un ruolo centrale, poiché rappresentano uno dei principali luoghi attraverso cui la mobilità viene vissuta, incorporata e resa significativa. Le pratiche alimentari, in particolare, costituiscono un osservatorio per cogliere la dimensione processuale della migrazione, in quanto permettono di analizzare come il movimento tra contesti diversi si traduca in continui aggiustamenti, ibridazioni e negoziazioni culturali nella vita di tutti i giorni.

La definizione di migrante varia a seconda degli organismi internazionali e del quadro concettuale adottato. Secondo le Nazioni Unite, un migrante internazionale è una *persona che si sposta dal proprio luogo di residenza abituale verso un altro Paese e vi risiede per un periodo pari o superiore a dodici mesi* (Kofman et al., 2000). Questa definizione, ripresa anche dall'Unione Europea e da Eurostat, è funzionale alla raccolta di dati comparabili a livello statistico. Un approccio più ampio è quello proposto dall'Organizzazione Internazionale per le Migrazioni, che definisce migrante *qualsiasi persona che si sposta o si è spostata attraverso un confine internazionale o all'interno di un Paese, indipendentemente dallo status giuridico, dal carattere volontario o forzato dello spostamento, dalle motivazioni che lo determinano e dalla durata della permanenza*. Tale prospettiva intende mettere in evidenza la complessità e la pluralità delle esperienze migratorie, riconoscendo che la migrazione tratta di un insieme di traiettorie, temporanee o durature, che implicano il confronto con nuovi territori, sistemi di significato, usi e costumi differenti. Le divergenze tra le definizioni disponibili rimandano a differenti criteri di delimitazione del fenomeno migratorio e le mobilità contemporanee includono una pluralità di profili (ad es. studenti internazionali o lavoratori temporanei) che eccedono le categorie tradizionali. La definizione di migrante, pertanto, riflette più ampie dimensioni politiche, giuridiche e di relazioni sociali che incidono sulle vite delle persone e sulle modalità con cui i Paesi gestiscono il fenomeno della mobilità umana. In una prospettiva ecologica (Birman & Bray, 2017; Ward & Geeraert, 2016), interrogarsi su chi siano i migranti implica considerare non solo le loro esperienze, ma anche il modo in cui le società di accoglienza definiscono lo status di migrante e il concetto di minoranza etnica (Patel et al., 2017).

È utile a questo punto del percorso specificare che, nelle riflessioni presenti in questo lavoro, il termine migrante sarà utilizzato con un'accezione volutamente ampia, che si rifà al significato etimologico del verbo latino *migrare*[7], ossia "*lasciare il luogo di origine per stanziarsi, anche solo temporaneamente, altrove*". In questa prospettiva, migrante è dunque colui che ha compiuto un movimento da un territorio ad un altro, temporaneo o permanente, da un contesto geografico e socioculturale verso un altro, indipendentemente dalle motivazioni, dalla durata, dalle condizioni giuridiche e dal carattere volontario o forzato dello spostamento. Questa scelta consente di includere una pluralità di esperienze migratorie contemporanee, evitando di ridurre il fenomeno a categorie rigide o esclusivamente statistiche. Parlare di migrante in questa tesi significa quindi riferirsi a soggetti e collettività che vivono il cambiamento legato allo spostamento non solo come trasferimento geografico, ma soprattutto come processo psicosociale, relazionale e culturale. L'attenzione è rivolta

[7] Da https://www.treccani.it/vocabolario/ricerca/migrante/ Definizione di *migrare*: v. intr. [dal lat. migrare] (aus. essere). – Lasciare il luogo di origine per stanziarsi, anche solo temporaneamente, altrove. È più generico di emigrare (di cui non ha i sign. specifici), e si dice sia di masse umane e di gruppi etnici che si spostano in cerca di nuove sedi, sia di animali e particolarmente di uccelli, sia anche di altre cose. Definizione di *migrante*: agg. e s. m. e f. [part. pres. di migrare]. – 1. a. agg. Detto di una grande quantità di persone, che emigra o si sposta cercando nuove sedi: popoli, gruppi etnici migranti.

all'analisi di come tali processi si costruiscano e si manifestino attraverso pratiche quotidiane, e in particolare attraverso le pratiche alimentari. Il migrante qui inteso è una persona che viaggia insieme al suo microcosmo di riferimento, un bagaglio culturale ed emotivo, un capitale umano e una rete di relazioni che si sposta nello spazio e nel tempo, mettendo in moto un processo che collega e separa luoghi (il luogo di partenza e quello di arrivo, ma anche i luoghi attraversati) e sistemi sociali differenti. Allo stesso tempo migrante è anche colui che incontra nuovi microcosmi che inevitabilmente si pongono in dialogo con lui.

Pur adottando una definizione ampia e inclusiva, questa prospettiva non intende omologare le esperienze migratorie né negarne le profonde differenze. Al contrario, l'obiettivo è cogliere, al di là delle specificità legate ai contesti o alle condizioni giuridiche, alcune linee di senso che permettano di riflettere sui processi simbolici, relazionali e culturali attivati dal movimento stesso, nella loro espressione concreta attraverso le pratiche alimentari.

Riprendendo la riflessione condotta in precedenza, dai dati presentati possiamo quindi concludere che il network postmoderno è continuo, non più circoscrivibile a movimenti unidirezionali: è da intendersi come impianto di reti sempre più articolate, un sistema complesso circolare di snodi e di incontri (si veda *Figura 3*).



Figura 3. Moving Together, Biennale di Venezia, 2021 (foto personale dell'autrice): Si prevede che nei prossimi trent'anni fino a 150 milioni di persone saranno costrette a trasferirsi a causa di calamità naturali accelerate dai cambiamenti climatici. "Moving Together" presenta progetti e ricerche su come le comunità possano muoversi insieme – in modo pacifico, equo e produttivo, attraverso l'autogoverno – e sull'azione della progettazione e della pianificazione in questo processo. https://lcau.mit.edu/news/moving-together-biennale-architettura-2021

Il crescente incontro con la diversità presenta numerose sfide da affrontare sia per gli individui con background migratorio che per quelli senza (Verkuyten & Yogeeswaran, 2020): i primi in questo caso

possono essere intesi come il gruppo “minoritario”, composto da individui nati in un paese diverso o con almeno un genitore nato all'estero, mentre i secondi rappresentano il gruppo che può essere descritto come “maggioritario”, ovvero composto da individui nati nel paese di residenza insieme ai loro genitori. Le sfide riguardano diversi piani: da quello individuale, che implica l’elaborazione di nuove appartenenze e l’adattamento a contesti plurali, a quello relazionale, segnato dal rischio di pregiudizi, discriminazioni e tensioni intergruppi, nonché relativo alla gestione delle interazioni quotidiane tra individui; fino a quello istituzionale e politico, che richiede di ripensare i modelli di inclusione, le politiche di cittadinanza e le forme di convivenza in società sempre più eterogenee (Gattino et al., 2021; Chryssochoou, 2006; Appadurai, 1996). Oggi chi migra rappresenta colui che contribuisce attivamente e quotidianamente alla costruzione della realtà condivisa con chi “era già” nel territorio, nonché colui che esprime le sue peculiarità culturali. Le comunità si reinventano ed esprimono interagendo costantemente, in una visione globale della migrazione che riconosce come il movimento delle persone generi trasformazioni tanto nei contesti di origine quanto in quelli di arrivo (Lazarus et al., 2017; Verri, 2006).

A questo proposito, riflettere attorno al concetto di *multiculturalismo* si rivela oggi particolarmente rilevante. L’espressione, introdotta per la prima volta nella Carta dei diritti e delle libertà canadese del 1982 (Ceffa, 2017), fa riferimento a un approccio alla gestione delle differenze culturali orientato a riconoscere, tutelare e valorizzare le identità dei gruppi minoritari. In una prospettiva multiculturalista e critica, è importante quindi compiere un movimento di problematizzazione rispetto al ruolo della cultura maggioritaria nei processi di integrazione. Diversi autori hanno sottolineato che le società europee tendono a costruire la loro identità nazionale da una posizione di bianchezza non esplicita, che opera come norma invisibile di appartenenza (Ahmed, 2007; Frankenberg, 1993; Giuliani & Lombardi-Diop, 2013). In questo contesto, la considerazione dei migranti non implica quindi solamente la garanzia di accesso ai diritti formali, ma anche l'accoglienza - esplicita o implicita - di repertori culturali considerati legittimi, attribuendo quindi pari legittimità alle diverse espressioni culturali presenti nello stesso contesto sociale e garantendo alle persone la possibilità di crescere e svilupparsi all’interno della cultura che sentono come propria. È proprio a questo livello che il multiculturalismo si gioca concretamente: non solo nelle politiche o nei discorsi ufficiali, ma nelle pratiche ordinarie attraverso cui si stabilisce ciò che è considerato “normale”, “appropriato” o “desiderabile” all’interno di un determinato contesto sociale. Le pratiche alimentari, fulcro di questo lavoro, costituiscono uno di questi spazi privilegiati, in quanto ambiti solo apparentemente quotidiani e privati in cui, tuttavia, si riproducono gerarchie simboliche e confini culturali. Attraverso il cibo si definisce infatti quali forme di alimentazione vengono riconosciute come legittime, sane o civili e

quali, al contrario, vengono marcate come “altre”, rendendo il cibo un osservatorio particolarmente fecondo per analizzare le dinamiche del multiculturalismo vissuto.

Il riferimento al *multiculturalismo quotidiano* (*everyday multiculturalism*, Wise & Velayutham, 2009) consente di spostare ulteriormente lo sguardo dalle menzionate astrazioni delle politiche o dei modelli normativi di convivenza verso il piano concreto delle pratiche, degli incontri e delle interazioni che si danno nella vita di tutti i giorni. È in questo livello micro e situato che le differenze culturali vengono espresse, esperite, costruite e negoziate: non come entità fisse, ma come processi dinamici che si esprimono e costruiscono nel corso delle relazioni. Assumere questa prospettiva permette di superare le dicotomie semplicistiche che contrappongono concetti quali differenza ed eguaglianza, identità e alterità, e di riconoscere come la differenza stessa costituisca un elemento dinamico e fondativo delle relazioni sociali quotidiane (Colombo & Semi, 2007). Così allora la differenza può divenire una risorsa per lo sviluppo di comunità culturalmente competenti (Love & Levy, 2019). Essa non si limita a categorie visibili o immediatamente riconoscibili, come il colore della pelle, la lingua o altro, ma si esprime anche attraverso una molteplicità di ambiti della vita quotidiana degli individui, dai gesti e dai rituali fino alle pratiche materiali e sensoriali. Le differenze alimentari, in particolare, oggetto del presente lavoro, rappresentano lo spazio privilegiato in cui le appartenenze culturali si esprimono, si manifestano ma anche contemporaneamente si negoziano e si trasformano, rendendo visibili le dinamiche di incontro e di distinzione che attraversano le esperienze migratorie.

Per concludere, da questa panoramica introduttiva emerge con chiarezza come la mobilità delle persone non produca soltanto effetti a livello globale, incidendo su politiche, discorsi pubblici e riflessioni teoriche, ma si traduca anche nella costruzione di spazi inediti e plurali che si manifestano nella quotidianità concreta di chi la abita. Questi spazi prendono forma nelle pratiche di tutti i giorni e riguardano molteplici dimensioni, culturali, religiose, relazionali, linguistiche, così come gli usi, i costumi e le abitudini alimentari, che vengono continuamente reinterpretate e vissute da persone diverse in modi differenti. In questa direzione, il presente lavoro si colloca esplicitamente all’interno della prospettiva della psicologia di comunità, assunta come cornice teorica ed epistemologica di riferimento. Tale approccio consente di leggere i processi migratori come dinamiche relazionali e situate, che prendono forma nell’interazione tra soggetti, contesti e sistemi di significato. In particolare, la prospettiva dialogica propria della psicologia di comunità orienta lo sguardo verso le pratiche quotidiane come luoghi privilegiati di espressione e costruzione condivisa della realtà, in cui appartenenze e differenze vengono continuamente negoziate. In questo senso, il cibo e le pratiche alimentari vengono assunti come spazi relazionali e comunitari in cui tali processi si rendono visibili. Questa cornice teorica attraversa in modo trasversale l’intero lavoro e orienta sia le scelte metodologiche sia le modalità di analisi e interpretazione dei dati. Essa verrà ulteriormente esplicitata

e articolata nei paragrafi successivi, in dialogo con le altre tradizioni teoriche di riferimento. Per leggere i processi migratori da una prospettiva psicologica, questo lavoro utilizza e si colloca nel dialogo tra due tradizioni di studi principali, che verranno approfondite nel prossimo paragrafo: la psicologia cross-culturale, orientata all'analisi comparativa tra contesti culturali, e la psicologia culturale che interpreta la cultura come un processo situato e co-costruito nelle pratiche quotidiane. Negli studi sulla migrazione, queste prospettive offrono chiavi di lettura complementari per comprendere i processi identitari e le esperienze vissute.

Acculturazione e Cultura: un dialogo in prospettiva psicologica

In continuità con quanto detto, risulta ora utile ripercorrere le principali tradizioni psicologiche che, seppur con prospettive differenti, hanno cercato di far luce su ciò che accade quando individui e gruppi provenienti da sistemi culturali diversi entrano in relazione.

Una delle cornici più consolidate è quella della psicologia cross-culturale, che nasce con l'obiettivo di esplorare come i processi psicologici si esprimano attraverso contesti culturali differenti e quali regolarità, variazioni o specificità emergano dall'incontro tra culture. Tuttavia, è proprio nel dialogo con la psicologia culturale che tali processi possono essere interpretati nella loro dimensione situata, relazionale e simbolica. La psicologia culturale, dal suo canto, invita a considerare la cultura come un sistema dinamico di significati co-costruiti nelle pratiche quotidiane. In questo paragrafo vengono dunque presentate queste due tradizioni, ricostruendone gli assunti principali e mostrando come il loro dialogo possa offrire una lettura articolata dei processi di acculturazione e della costruzione identitaria nei contesti migratori connessa alle pratiche alimentari.

La psicologia cross-culturale si propone di analizzare il comportamento umano attraverso un confronto sistematico tra differenti contesti culturali. Essa viene definita come "*lo studio delle somiglianze e delle differenze nel funzionamento psicologico individuale in gruppi culturali ed etnici diversi; delle relazioni tra variabili psicologiche e variabili socio-culturali, ecologiche e biologiche; e dei cambiamenti a cui queste variabili sono soggette*" (Berry et al., 2002, p. 3). Questo orientamento muove dall'assunto che la cultura possa essere considerata una variabile distinta e influente rispetto al comportamento, rendendo possibile una comparazione che mira a individuare modelli di funzionamento di ordine generale, validi oltre i confini dei singoli contesti culturali (Lonner, 2013).

Uno dei temi centrali sviluppati nell'ambito della psicologia cross-culturale è rappresentato dal costrutto di acculturazione, frequentemente richiamato anche in relazione alle pratiche alimentari come ambito sensibile ai processi di cambiamento culturale. Nel tempo, tale termine ha attraversato un'evoluzione significativa. Nel dibattito psicologico, i processi di incontro tra gruppi diversi sono

stati infatti ampiamente analizzati attraverso il paradigma dell'acculturazione, intendendolo come quel cambiamento culturale che deriva dal contatto continuo e prolungato tra gruppi di individui appartenenti a sistemi culturali differenti (Berry, 1995). I primi studi sul tema dell'acculturazione risalgono alla sociologia del XX secolo e si collocano nel solco delle teorie classiche dell'assimilazione. Tali approcci interpretavano il cambiamento culturale come un processo lineare e unidirezionale, in cui i soli migranti erano chiamati ad abbandonare progressivamente la propria cultura di origine per conformarsi ai valori e alle pratiche della società ospitante (Gordon, 1964). Questo paradigma si fondava su un modello di tipo unidimensionale, in cui il mantenimento della cultura di origine e l'adozione di quella del paese ospitante erano considerati come poli opposti di un continuum, l'uno escludente l'altro (Rossi, 2011). Un importante avanzamento teorico si deve a Berry (1980; 1997), studioso che ha introdotto negli studi relativi all'acculturazione una prospettiva di tipo bidimensionale. Secondo questo modello, le scelte dei migranti derivano dall'incrocio di due assi indipendenti: da un lato, l'importanza attribuita al mantenimento delle proprie tradizioni e identità culturali; dall'altro, il grado di disponibilità al contatto e all'interazione con la società ospitante. L'incrocio di queste due dimensioni genera quattro possibili strategie di acculturazione: l'integrazione (quando si cerca di mantenere la propria cultura d'origine e, al tempo stesso, di stabilire relazioni significative con il contesto ricevente), l'assimilazione (quando si rinuncia alle proprie origini a favore della cultura maggioritaria), la separazione (quando si mantiene la propria identità evitando il contatto con la società ospitante) e la marginalizzazione (quando né il mantenimento né il contatto sono perseguiti). Il modello di Berry ha permesso di superare la rigidità dei paradigmi precedenti ma è stato anche criticato per la sua eccessiva schematicità e per una visione ancora troppo centrata sulla scelta individuale. Bourhis e colleghi (1997) su questa linea hanno proposto il noto Modello di Acculturazione Interattiva (IAM, *Interactive Acculturation Model*). In questa proposta, l'acculturazione è intesa come un processo relazionale che coinvolge simultaneamente il gruppo minoritario ma anche la società ospitante. L'esito dipende quindi dal grado di corrispondenza tra le strategie scelte dai migranti e quelle auspicate o praticate dalla popolazione autoctona. Questo modello è riuscito nel suo intento di mettere in luce il fatto che le strategie acculturative si costruiscono all'interno di relazioni in contesti specifici e che non esiste uno stile di acculturazione ottimale in assoluto (Birman et al., 2005; Salo & Birman, 2015; Birman & Bray, 2017). Un ulteriore avanzamento su questa linea di evoluzione teorica si ha con il *Relative Acculturation Extended Model* (RAEM) di Navas e colleghi (2007), che amplia ulteriormente l'analisi proponendo un approccio situato e multidimensionale, attento ai diversi domini della vita quotidiana nei quali i processi di acculturazione si articolano concretamente. Il presupposto si basa sulla constatazione che una stessa persona potrebbe adottare strategie diverse a seconda del contesto e dell'ambito di riferimento (Rojas

et al., 2014): ad esempio, integrarsi sul piano lavorativo, mantenere pratiche tradizionali nella sfera alimentare o sperimentare forme di separazione o di marginalità in altri ambiti. Il RAEM evidenzia dunque che il costrutto di acculturazione è sempre legato alle opportunità e ai vincoli offerti dai diversi ambienti di vita delle persone. L'attenzione ai domini specifici permette di cogliere la concretezza con cui i processi acculturativi si articolano nella quotidianità, riprendendo il già citato costrutto di multiculturalismo quotidiano, offrendo la possibilità di illuminarne manifestazioni e trasformazioni in ambiti diversi (Van De Vijver & Phalet, 2004). Tra questi, il dominio alimentare, oggetto del presente lavoro, rappresenta proprio lo spazio scelto per osservare come la cultura si traduca in pratiche, significati e negoziazioni che rendono visibili le dinamiche di incontro e di scambio tra individui e contesti. Ripercorrendo l'evoluzione teorica degli studi sull'acculturazione, si osserva certamente un progressivo ampliamento nella comprensione della complessità del contatto interculturale, tuttavia, anche nelle sue formulazioni più recenti, persiste una concezione della cultura intesa principalmente come un insieme di tratti, valori o pratiche che orientano il comportamento e i percorsi di adattamento degli individui.

Attraverso il dialogo tra psicologia cross-culturale, orientata all'analisi dell'incontro tra sistemi culturali, e psicologia culturale, attenta ai significati vissuti e costruiti nelle pratiche quotidiane, la ricerca si collocherà entro una cornice integrata che concepisce la cultura al contempo come contesto condiviso in cui si manifestano memorie e abitudini, e come processo dinamico di continua costruzione.

La prospettiva proposta dalla psicologia culturale propone una lettura del rapporto tra individuo e mondo focalizzata su come avvenga la costruzione congiunta di significati e pratiche, attraverso cui, entrambi i membri dell'interazione, prendono forma. Negli ultimi decenni, la psicologia si è spesso orientata verso modelli di ricerca centrati sul significato, sviluppando con sempre maggiore slancio approcci di tipo culturale e discorsivi (Mininni, 2013). Fondata sul principio che cultura, pensiero e comportamento siano intrinsecamente connessi e co-costruiti (Inghilleri, 2021), la psicologia culturale nasce dal dialogo tra psicologia e antropologia e si differenzia dalla precedente proposta, in quanto intende la cultura come ambiente simbolico materiale, relazionale e discorsivo, all'interno del quale l'individuo e le relazioni si formano e prendono forma attraverso gli inesauribili processi interattivi (Mannarini et al., 2021). L'attenzione si focalizza allora sulla descrizione dei processi attraverso i quali l'individuo diventa artefice del proprio mondo, impegnato in un costante lavoro di significazione e negoziazione con il contesto (Harrè & Gillett, 1994). In Italia, l'opportunità di una psicologia culturale ha trovato ampia risonanza nel testo di Giuseppe Mantovani *L'elefante invisibile* (1998), che invita a riflettere sulla cultura come su una dimensione costitutiva seppur spesso invisibile dell'esperienza umana. Michael Cole (1996) uno dei padri della moderna psicologia culturale

definisce il contesto come ciò che "tiene insieme", ovvero un tessuto di significati, intenzioni, regole e strumenti che orientano l'azione e attraverso i quali le persone costruiscono la propria esperienza. L'individuo non appare dunque come un soggetto passivo immerso in un ambiente che in qualche modo lo predetermina, ma è un attore competente e responsabile che si distingue per *agency* (Mantovani, 2007), ovvero partecipa attivamente alla creazione dei contesti sociali e culturali in cui è inserito (Salvini, 1998), oltre che per la capacità di significare ciò di cui fa esperienza, agendo poi di conseguenza. Nell'ottica della psicologia culturale allora, le pratiche e i significati di un gruppo possono essere compresi solo in un contesto specifico, all'interno dei sistemi di attività, delle pratiche e delle interazioni quotidiane in cui si realizzano (Engeström & Sannino, 2021). Il processo di significazione rispetto a ciò che accade rappresenta il cuore della riflessione per la psicologia culturale: esso è continuo, dialogico e negoziato, e costituisce il modo attraverso cui le persone interpretano la realtà, costruiscono la propria identità e definiscono la relazione con l'altro (Bruner, 1990; Zucchermaglio, 2002; Benhabib, 2002; Valsiner, 2007). In tal senso, pertanto, la psicologia culturale permette di comprendere come ogni fenomeno, incluso quello relativo alle pratiche alimentari, vada analizzato non solamente in termini di adattamento/differenziazione rispetto ad un sistema incontrato a seguito del viaggio, ma anche come processo dialogico di produzione di senso, in cui più universi simbolici coesistono e si ridefiniscono reciprocamente, interagendo. In questo senso, il dialogo tra psicologia cross-culturale e psicologia culturale costituisce l'orizzonte interpretativo entro cui si colloca l'intero lavoro, consentendo di mantenere simultaneamente presente la dimensione dell'incontro tra sistemi culturali e quella dei processi di costruzione di senso che prendono forma nelle interazioni e nelle pratiche quotidiane.

Alla luce degli elementi teorici presentati, le pratiche alimentari possono essere lette quindi sia come domini specifici di acculturazione con specificità proprie secondo la cultura di riferimento, sia al contempo come campi di esperienza umana dove agiscono ininterrotti processi di costruzione, negoziazione e trasformazione. In tal senso, i domini acculturativi di cui sopra possono essere letti al tempo stesso sia come ambiti esperienziali di apertura o chiusura tra culture, sia come arene dinamiche e sfumate di produzione di senso e identità. È proprio in questo intreccio che trova fondamento l'impianto teorico di questa tesi, orientato a restituire la complessità con cui le identità si riorganizzano nei percorsi migratori, specificamente, attraverso l'ambito alimentare.

Cibo e pratiche alimentari come spazi di espressione e costruzione culturale in migrazione[8]

Dopo aver delineato il quadro teorico entro cui si collocano i processi di acculturazione e la prospettiva della psicologia culturale, è ora possibile mettere a fuoco uno degli ambiti nei quali tali dinamiche si rendono visibili: il cibo e le pratiche alimentari.

Per affrontare il rapporto tra cibo, cultura e migrazione, tema di questo paragrafo, questa sezione si appoggerà in maniera prevalente ai contributi derivanti dalla letteratura dei *Food Studies*, un ambito interdisciplinare di studio che permette di leggere il cibo come oggetto e dispositivo autonomo di incontro culturale (Bentley et al., 2024). Tra i molteplici ambiti in cui la cultura si manifesta e prende forma, infatti, il cibo rappresenta una delle sue manifestazioni più evidenti oltre che tangibili. Le pratiche alimentari, intese come modalità quotidiane di esperienza e di azione, sono state ampiamente esplorate dal campo dei *Food Studies* come spazi in cui individui e gruppi costruiscono legami, narrano appartenenze e negoziano differenze (Mintz & Du Bois, 2002; De Solier, 2013).

Prima di procedere è utile chiarire per quale ragione, tra gli svariati ambiti in cui la cultura si manifesta, proprio il cibo e le pratiche alimentari meritano uno spazio di analisi e di approfondimento dedicato. L'obiettivo sarà quello di restituire la profondità con cui il cibo si configura come spazio privilegiato di espressione e significazione, affinché tali elementi possano poi essere letti e ripensati anche all'interno della riflessione psicologica, che finora ha raramente attribuito alle pratiche alimentari un'attenzione sistematica (Livert, 2023; Smith, 2002).

È utile partire dal riconoscere che mangiare rappresenta sicuramente una delle attività umane fondamentali. Il cibo rappresenta un bisogno primario e fisiologico per l'essere umano, discriminante tra vita e morte: esso è certamente in primo luogo nutrimento, ma è anche tradizionalmente inteso come strumento culturale, veicolo di memoria, legato a emozioni e relazioni, che accompagna e modella il processo di costruzione e definizione identitaria degli individui (Gerber & Folta, 2022). Questo poiché parlare di cibo e alimentazione significa anche riferirsi a rappresentazioni sociali, norme e costumi (Fischler, 1988; 2011), riferendosi ad essi come ad un «*sistema di comunicazione, corpo di immagini, protocollo di usi, di situazioni e di comportamenti*» (Barthes, 1961, p. 33). Se il cibo può essere considerato al pari di un'esperienza culturale, allora la cucina è primariamente depositaria delle tradizioni e dell'identità di gruppo, nonché uno dei primi modi per entrare in contatto con culture diverse (Bascuñan-Wiley & Brockway, 2023) perché «*più ancora della parola, il cibo si*

[8] Una parte delle riflessioni presentate in questo paragrafo riprende e rielabora contenuti già sviluppati in Arcadu, M. (2023). Cibo, religione e conflitti. La mensa scolastica come luogo d'incontro. *Mondi Migranti, 3*, 233–252. https://doi.org/10.3280/MM2023-003013

presta a mediare fra culture diverse, aprendo i sistemi di cucina a ogni sorta di invenzioni, incroci e contaminazioni» (Montanari, 2002, p. 7).

In questa riflessione, l'esperienza migratoria comporta importanti cambiamenti nei contesti e nelle pratiche di vita quotidiana degli individui. Da un punto di vista individuale, la migrazione rappresenta un'esperienza sensoriale e corporea di perdita (Bartholini & Pascoal, 2021) all'interno della quale rientrano a pieno titolo cibi, piatti, oggetti e pietanze tradizionali. La letteratura di settore si riferisce specificatamente alla migrazione culinaria intendendo con essa il fenomeno di trasferimento di piatti e ricette da un contesto all'altro di vita insieme alla persona migrante (De Haas, 2021). Il cibo pertanto rappresenta uno degli elementi culturali più immediati a cui tutti, privatamente e/o pubblicamente, partecipano e costituisce uno degli strumenti più potenti per il processo di costruzione e manifestazione identitaria quotidiana a seguito della migrazione (Ray, 2004). Come anticipato però, questa prospettiva, seppur discussa in altri ambiti, è stata meno approfondita dalla psicologia, nonostante il potenziale teorico-analitico che tale disciplina potrebbe avere relativamente ai processi identitari.

Un ulteriore concetto chiave diffuso in letteratura, declinato ora all'ambito specifico, è quello di acculturazione alimentare. L'acculturazione alimentare viene intesa come il processo attraverso il quale individui o gruppi acquisiscono e modificano le loro pratiche alimentari, le preferenze, le abitudini e i significati culturali associati al cibo in risposta ai cambiamenti dei contesti di vita, alle interazioni sociali e ai contatti culturali (Satia-Abouta et al., 2002; Batis et al., 2011). Ciò può includere l'adozione di nuovi alimenti o ingredienti nelle pratiche alimentari, nonché alterazioni delle competenze e dei significati associati a tali pratiche. L'acculturazione alimentare inoltre è modellata da una serie di fattori socioculturali ed ecologici interconnessi: questi includono, ad esempio, il luogo di residenza all'interno del paese ospitante, l'esposizione alle norme culturali dominanti e agli ambienti alimentari, i livelli di coesione sociale e inclusione e la disponibilità di risorse alimentari etniche (Elshahat & Moffat, 2020). Numerosi studi sottolineano in questo senso come il cibo e le pratiche relative al suo consumo illuminino versanti specifici dei percorsi migratori, rivelando il rapporto che i migranti conservano con la loro comunità di origine e che costruiscono con la comunità di accoglienza (Elshahat et al., 2023; Ranta & Nancheva, 2019; Rabikowska, 2010). Nella vita in terra straniera, la letteratura sottolinea come i cibi tradizionali possono essere considerati cibi di conforto, ovvero generativi di effetti sul benessere e la qualità di vita (Lin et al., 2020; Crenn, 2020; Janowski, 2012). Il cibo tradizionale, i piatti e i rituali alimentari riflettono e preservano l'identità e gli elementi culturali, fornendo un punto di riferimento stabile in un contesto di vita straniero e incerto (Parasecoli, 2014; Abbots, 2016). Il cibo evoca in questo senso emozioni e ricordi del passato mediati dal gusto e dal modo di mangiare (Sutton, 2021) e, nel contesto delle migrazioni su larga scala, tali

esperienze favoriscono un senso di appartenenza e familiarità (Sammells, 2016; Gabaccia, 2000; Vengadasamy et al., 2025).

Nel tempo, una parte consistente della letteratura ha analizzato il rapporto tra migrazione e cambiamento delle pratiche alimentari prevalentemente in una prospettiva che definiamo in questa sede di tipo "sanitario" (Arcadu et al., 2025), concentrandosi sugli esiti nutrizionali delle diete post-migratorie e sui potenziali rischi per la salute (Ayala et al., 2008; Bowen et al., 2011; Holmboe-Ottesen & Wandel, 2012). In questo quadro, la migrazione viene spesso considerata come un fattore di cambiamento dei modelli alimentari (Elshahat et al., 2023), talvolta associato a miglioramenti nutrizionali, ma più frequentemente collegato all'insorgenza di squilibri dietetici, aumento di peso e rischio di patologie croniche (Alidu & Grunfeld, 2018). Questi studi hanno avuto il merito di portare l'attenzione sul cibo come ambito rilevante per la salute dei migranti e per la definizione di politiche alimentari nei paesi di accoglienza. Tuttavia, tale approccio tende a ridurre le pratiche alimentari a indicatori di rischio o protezione, trascurandone la dimensione simbolica, relazionale e culturale e il ruolo che esse svolgono nei processi di costruzione identitaria e di negoziazione dell'appartenenza nel contesto migratorio.

Al di là degli importanti aspetti nutrizionali, le pratiche alimentari a seguito della migrazione comprendono quindi dimensioni che eccedono una lettura esclusivamente sanitaria (Beagan & Chapman, 2012; Kwon, 2015), aprendo a una prospettiva che può essere qui definita di tipo "psicosociale". In questa cornice, il cibo non rappresenta soltanto un comportamento individuale o una scelta di consumo, ma si configura sia come dominio specifico di acculturazione sia come pratica quotidiana di negoziazione identitaria. Nel contesto migratorio, cucinare, mangiare e condividere il cibo diventano azioni quotidiane attraverso cui gli individui negoziano continuità e cambiamento, prossimità e distanza rispetto alle culture di origine e di accoglienza. Attraverso il cibo si tracciano confini, si producono distinzioni e si ridefiniscono appartenenze, rendendo le pratiche alimentari uno spazio privilegiato per osservare come l'incontro venga vissuto, incorporato e significato nella vita di tutti i giorni (Livert, 2023).

Tuttavia, la letteratura psicologica su questo versante risulta ancora frammentaria e caratterizzata da una forte eterogeneità di approcci teorici e metodologici (Arcadu et al., 2025). In particolare, gli studi si sono concentrati prevalentemente su preferenze individuali, scelte di consumo e consapevolezza nutrizionale, lasciando in secondo piano l'analisi delle dimensioni culturali, relazionali e strutturali che attraversano le pratiche alimentari in migrazione (Lee et al., 2021; Zou et al., 2022). Nel campo della psicologia sociale e di comunità, inoltre, le ricerche che mettono in dialogo in modo sistematico gli studi sulle migrazioni e quelli sulle pratiche alimentari restano ancora limitate, delineando un'area

di indagine promettente ma tuttora poco esplorata (Berhe et al., 2024; Soltani, 2021; Onyango et al., 2025; Lillekroken et al., 2024).

A conclusione di questo percorso teorico, emerge con chiarezza come il legame tra cibo, alimentazione e cultura sia profondamente intrecciato ai modi in cui gli individui e i gruppi attribuiscono senso alla propria esperienza di vita (Montanari, 2006). Il cibo non si limita a riflettere appartenenze culturali già date, ma partecipa attivamente alla loro produzione e trasformazione, attraverso pratiche quotidiane quali la scelta degli alimenti, la preparazione dei pasti e la condivisione della tavola (commensalità). Nel contesto migratorio, tali pratiche assumono una rilevanza ancora maggiore: è proprio anche attraverso il cibo e le pratiche alimentari che gli individui sono chiamati a negoziare, nel quotidiano, il proprio rapporto con i luoghi di origine e con i contesti di arrivo. In questa prospettiva, le pratiche alimentari possono essere intese come spazi di costruzione identitaria, all'interno dei quali il Sé viene continuamente definito, messo alla prova e rinegoziato in relazione agli altri, alle materialità e al contesto. Parlare di cibo, migrazione e cultura significa dunque anche interrogarsi sui processi attraverso cui gli individui e i gruppi esprimono e costruiscono continuamente le loro identità. È a partire da questa consapevolezza che si rende ora necessario approfondire proprio il costrutto di identità, centrale in questo lavoro per comprendere come, attraverso il cibo e le pratiche alimentari, l'esperienza migratoria venga vissuta, interpretata e trasformata.

Processi di costruzione identitaria e pratiche alimentari

Dopo aver considerato il modo in cui la cultura prende forma nelle pratiche quotidiane e, in particolare, in quelle alimentari, è ora necessario soffermarsi su un ulteriore costrutto che costituisce il filo rosso dell'intero lavoro: l'identità. Un filo che talvolta emerge in modo esplicito attraverso gli studi empirici, mentre in altri resta più implicito, attraversando però costantemente le esperienze in esame. In questo paragrafo, verranno dapprima ripercorsi i principali snodi teorici che hanno caratterizzato questo costrutto per delineare il quadro concettuale entro cui si colloca la riflessione. Successivamente, verrà proposta una prima lettura della possibile relazione tra i contributi psicologici sull'identità e quanto discusso nel paragrafo precedente a partire dai *Food Studies*, con il proposito di iniziare a mettere in dialogo i due campi e mostrando come questi, pur distinti, offrano prospettive complementari per interrogare il ruolo che il cibo può assumere nei processi identitari, soprattutto in contesti migratori, dove appartenenze, riferimenti e significati si ridefiniscono costantemente.

Lo sviluppo del costrutto di identità nel corso del tempo nelle scienze psicologiche: una panoramica

Affrontare il tema della migrazione umana significa confrontarsi con un fenomeno che rende particolarmente saliente la questione dell'identità[9]. L'incontro con nuovi contesti culturali mette in discussione la continuità con cui ciascun individuo interpreta Sé stesso e il proprio mondo di riferimento (Villano, 2016): ciò che era dato per scontato diventa relativo, ciò che era familiare si confronta con alternative altrettanto plausibili. La vita quotidiana di chi vive tra più sistemi culturali è segnata da una costante negoziazione tra continuità e cambiamento, tra i legami con la cultura di origine e le richieste del contesto di arrivo (Colombo, 2007). Questa condizione può comportare vulnerabilità e momenti di messa in discussione del proprio senso di Sé (Wiley et al., 2019), ma allo stesso tempo apre spazi di possibilità per lo sviluppo di configurazioni identitarie plurali e dinamiche (Love & Levy, 2019).

Comprendere tali dinamiche richiede di chiarire cosa si intenda per identità e come la psicologia abbia progressivamente concettualizzato i suoi processi di continuità e trasformazione. La ricostruzione che segue non ha finalità ricognitive ed esaustive in senso storico, ma mira a selezionare alcuni snodi teorici utili a leggere le pratiche alimentari come luoghi privilegiati di continuità e trasformazione identitaria nei contesti migratori.

Nella tradizione psicologica classica, il costrutto di identità è stato a lungo associato all'idea di coerenza e continuità nel tempo. Il termine "*identico*", infatti, deriva dal latino *idem-identitatem*, "medesimezza, non sostituibilità, unicità", e rimanda dunque all'idea di permanenza nel tempo nonostante il cambiamento. Il concetto di identità, così come si è sviluppato nel pensiero psicologico, trova una delle sue prime e più influenti formulazioni nella distinzione proposta da William James (1890) tra *I* e *Me*, due istanze inscindibili che compongono la nozione di Sé. L'*I* rappresenta la parte attiva del Sé, il soggetto che conosce e riflette; il *Me* costituisce invece l'oggetto della riflessione propria e altrui, il prodotto dell'attività dell'*I*, insieme degli attributi, delle immagini e dei ruoli sui quali l'individuo costruisce la rappresentazione di Sé stesso. Questa distinzione inaugura una prospettiva che riconosce, fin dalle origini, la natura relazionale dell'identità, intesa come punto di incontro tra esperienza soggettiva e mondo sociale.

A partire da questa eredità, la psicologia ha sviluppato una pluralità di approcci che, pur con differenze significative, hanno condiviso l'idea del Sé come ponte tra interiorità e contesto e come spazio dinamico di connessione tra la vita psichica individuale e i contesti sociali e culturali che ne definiscono le possibilità di significato (Mancini, 2010). Alcune prospettive hanno privilegiato una

[9] Nel presente lavoro, il concetto di identità è adottato all'interno di una prospettiva processuale e relazionale, in dialogo con la nozione di Sé. Tale scelta consente di mettere in luce i processi di costruzione di senso che si sviluppano nel tempo attraverso le pratiche quotidiane, tenendo insieme elementi di continuità e trasformazione senza ricorrere a una concezione essenzialista o statica dell'identità.

lettura intrapersonale e cognitiva dell'identità, concependola come sistema dinamico di rappresentazioni e conoscenze di Sé, organizzate in strutture cognitive più o meno complesse e gerarchiche in funzione delle esperienze e dei contesti di vita (Neisser, 1988; Markus & Nurius, 1986). Altre hanno posto maggiore enfasi sulle appartenenze sociali e sui processi di categorizzazione, mostrando come il senso di Sé si strutturi anche in relazione ai gruppi di riferimento e ai confini simbolici tra "noi" e "gli altri" (Tajfel, 1981; Hogg & Turner, 1987). Nei contesti migratori, tali confini simbolici trovano spesso espressione concreta nel campo relativo alle pratiche alimentari, dove il riferimento a una "cucina italiana" o a un cibo percepito come "altro" contribuisce a delimitare appartenenze, differenze e forme di riconoscimento/disconoscimento. Il Sé diventa in questi primi approcci delineati il risultato di un processo di interazione continua tra individuo e ambiente sociale, nel quale le caratteristiche del contesto rendono di volta in volta più salienti aspetti condivisi o, al contrario, dimensioni di specificità e differenziazione. In entrambe queste tradizioni, tuttavia, l'identità tende a rimanere concettualizzata prevalentemente come contenuto o rappresentazione mentale interna, seppur sensibile al contesto.

Un passaggio rilevante è rappresentato dagli approcci che hanno iniziato a concepire l'identità come configurazione dinamica, influenzata dalle forze che agiscono nello spazio di vita (campo) dell'individuo (Lewin, 1935) e dai compiti personali e sociali che esso è chiamato ad affrontare nel corso della vita (Erikson, 1968; Breakwell, 1986). Nel complesso, questo secondo gruppo di approcci ha contribuito a definire la configurazione identitaria come un processo in tensione tra stabilità e cambiamento, particolarmente sollecitato in momenti di transizione biografica, come ad esempio può essere l'esperienza migratoria.

L'attenzione rivolta ai fattori relazionali e contestuali ha però progressivamente acquisito centralità, aprendo la strada a prospettive che concepiscono l'identità come processo in relazione, continuamente costruito e negoziato nei contesti sociali e culturali di appartenenza. Gli orientamenti che si collocano in questa direzione privilegiano l'attenzione alle manifestazioni identitarie intendendola come vero e proprio prodotto delle interazioni e dei discorsi che si sviluppano tra gli attori sociali. Il Sé, in questa prospettiva, non risiede più all'interno della mente del soggetto, ma prende forma nello stesso processo interattivo tra gli agenti. La matrice epistemologica e metodologica comune a tali approcci rimanda all'interazionismo simbolico di George Herbert Mead (1934) e alle successive declinazioni socio-costruttiviste e discorsive (Gergen, 1985; 1991). In prospettiva interazionista, il termine *identità* fa riferimento a un costrutto dinamico che si configura all'intersezione di processi cognitivi, emotivi e sociali. Tali processi organizzano l'autoconsapevolezza e l'autoregolazione dell'individuo, integrando in modo coerente l'informazione interna ed esterna che lo riguarda e orientando l'azione, la coscienza e il comportamento (Faccio, 2007; Salvini, 2006). Attraverso questi processi, l'individuo

costruisce un senso di continuità del proprio essere e dei propri vissuti corporei, senso che si traduce in una memoria autobiografica e in una storia di Sé dotata di coerenza retrospettiva e di proiezione futura, nonostante la variabilità delle situazioni. In questa prospettiva, le pratiche alimentari, come le ricette, i piatti "di casa" e i rituali o pratiche ricorrendti del mangiare, possono essere lette come sedimentazioni di significato e supporti materiali della memoria autobiografica, attraverso cui le persone mantengono e raccontano continuità di Sé nel tempo.

L'autoconsapevolezza e l'autoregolazione, variabili da individuo a individuo, possono articolarsi allora in più dimensioni dell'identità personale: in primo luogo, il *concetto di Sé (1)*, dimensione intrapersonale e diacronica, che rappresenta la teoria generale che la persona elabora su se stessa; in secondo luogo, la *rappresentazione di Sé (2)*, dimensione interpersonale e situazionale, che costituisce la componente operativa che guida l'interpretazione degli eventi e l'assunzione dei ruoli sociali; segue *l'identità tipizzata (3)*, che riguarda l'aspetto intra- e intergruppo, che si organizza attorno a processi di auto categorizzazione di natura prototipica e stereotipica in base all'appartenenza a gruppi o classi sociali; infine, la *matrice dei ruoli (4)* che racchiude le concettualizzazioni e i repertori di comportamento condivisi nel contesto di appartenenza, delineando i confini entro cui l'individuo agisce e si definisce.

Mead concepisce il Sé come un processo che si sviluppa nel corso dell'interazione con gli altri significativi, attraverso l'interiorizzazione delle risposte socialmente condivise che i propri atteggiamenti suscitano negli altri. La conoscenza di Sé nasce dunque allora dalla capacità di assumere il punto di vista altrui e di reagire ad esso in modo riflessivo. Riprendendo la distinzione jamesiana tra *Io* e *Me*, Mead la reinterpreta come un dialogo interno tra due poli complementari: il *Me*, che rappresenta l'insieme delle norme, aspettative e atteggiamenti presenti nella comunità e socialmente interiorizzati, e l'*Io*, delineato dalla risposta creativa e imprevedibile dell'individuo a tali attese, costruita di volta in volta a seconda dei contesti abitati. In questo dialogo continuo, l'identità emerge quindi come processo dinamico di integrazione tra la conformità con ciò di cui l'individuo ha esperienza e memoria, e l'innovazione creativa che avviene come sintesi tra appartenenza e possibilità di trasformazione.

Una prospettiva da menzionare, affine e utile per ampliare lo sguardo d'analisi è quella proposta da Erving Goffman (1959), che concepisce il Sé come una rappresentazione drammaturgica messa in scena in ogni interazione sociale che l'individuo abita. L'identità, in questa cornice, è rappresentata dall'utile metafora della performance, un effetto drammaturgico che emerge da una scena rappresentata e dall'incontro tra attori, pubblico e contesto. La prospettiva goffmaniana arricchisce ulteriormente la comprensione dell'identità mettendone in luce la natura situata e relazionale, ma anche il suo radicamento in copioni sociali preesistenti. Come in una rappresentazione teatrale, gli

individui si muovono all'interno di ruoli, aspettative reciproche e regole condivise che delimitano ciò che è appropriato, possibile o legittimo fare in una determinata "scena" sociale. L'identità, dunque, è anche ciò che viene co-costruito attraverso l'adesione, la negoziazione o la deviazione da questi copioni culturali e normativi più ampi. Tutte queste letture hanno contribuito a spostare l'attenzione dall'identità come coerenza interna mentale del soggetto, ad un'identità intesa come processo in movimento, radicato nei corpi, nelle relazioni e nei contesti culturali.

In questa direzione sono da menzionare anche contributi più recenti di matrice post-strutturalista e femminista, che permettono di problematizzare ulteriormente l'identità, concependola ancor più come costrutto instabile, situato e incarnato, che si produce e si riproduce attraverso l'azione. La nozione di *identità nomadi* proposta da Braidotti (1994, 2011), ad esempio, consente di pensare la soggettività come un divenire che si costruisce nel transito, nell'attraversamento di confini e nella combinazione di riferimenti culturali molteplici. Questo punto di vista appare particolarmente pertinente per analizzare l'esperienza migratoria e le pratiche quotidiane che la accompagnano, in quanto consente di leggere il corpo e le sue abitudini — come quelle alimentari — come spazi dedicati nei quali l'identità prende forma in modo situato e incarnato.

Accanto a questa prospettiva, il contemporaneo pensiero di Judith Butler (1990; 2004) propone di intendere l'identità come il risultato di continue pratiche performative attraverso le quali i soggetti danno forma a ciò che sono nel divenire del tempo. L'identità emerge quindi proprio attraverso la ripetizione di atti, gesti, rituali e pratiche che sono socialmente situate e che possono tanto consolidare quanto trasformare i confini del Sé. In questa chiave e declinandolo all'argomento di interesse, anche il modo di mangiare, gli orari dei pasti, le forme della commensalità, i gesti a tavola, le regole implicite che organizzano il pasto, possono essere letti come copioni performativi attraverso cui l'identità viene resa riconoscibile, legittima e condivisibile nello spazio sociale. La ripetizione delle pratiche va quindi qui intesa come strategia quotidiana attraverso cui i soggetti mantengono un senso di riconoscibilità e continuità di Sé, pur all'interno di contesti di costante cambiamento.

È entro questo modo di intendere l'identità, non come entità fissa o essenzializzata ma come processo relazionale, performativo e in continuo movimento, che si colloca la presente ricerca. Nei percorsi migratori, ciò che gli individui portano con sé e che percepiscono come sedimentazioni di significato stabili e consolidate (abitudini, memorie, norme, pratiche ricorrenti, riferimenti culturali ecc.) entra in dialogo con nuovi contesti, pratiche e differenze, questionando tali riferimenti, rendendo visibile la relatività del proprio punto di vista e aprendo sempre nuovi scenari di ridefinizione del Sé.

Il paragrafo successivo sarà dedicato proprio a questo passaggio: proporre una prima lettura del rapporto tra identità e sfera alimentare, inaugurando il preliminare dialogo tra letteratura psicologica

sull'identità e i contributi dei *Food Studies*, declinando tale dialogo in particolare rispetto all'ambito migratorio.

Nutrire l'identità: il cibo come forma di produzione identitaria

Dopo aver esaminato da un lato la ricchezza di significati che il cibo assume all'interno dei processi culturali e, dall'altro le principali prospettive psicologiche che hanno contribuito a delineare il costrutto di identità, diventa ora possibile interrogare più direttamente il nesso tra questi due ambiti. Mettere in relazione il modo in cui le persone si riconoscono e parlano di sé con le pratiche alimentari che attuano significa percorrere il tentativo di delineare uno spazio in cui dimensioni personali e sociali-collettive si intrecciano, dando forma a configurazioni identitarie che si esprimono attraverso i cibi scelti, preparati, mangiati e condivisi. Il presente paragrafo è dedicato proprio a tematizzare in che modo il cibo possa essere a ragione considerato una forma di produzione identitaria.

Le pratiche alimentari di una società partecipano alla costruzione della sua specificità culturale, delle relazioni gerarchiche e delle forme di organizzazione interna, contribuendo al contempo a rafforzare il senso di coesione del gruppo e i confini simbolici rispetto a chi adotta pratiche alimentari differenti (Ray, 2004; Lupton, 1996). Allo stesso modo, il cibo svolge un ruolo centrale anche nella costruzione dell'identità dei singoli individui. Le preferenze e le scelte alimentari contribuiscono così anche a tracciare il confine tra "noi" e "gli altri", dando forma a distinzioni che vanno oltre la sfera gastronomica e si estendono a quella simbolica e identitaria. La celebre affermazione di Brillat-Savarin "*Dimmi cosa mangi e ti dirò chi sei*" (1825, p. 15) sintetizza efficacemente in questo senso la centralità del cibo quale mediatore della costruzione di Sé, sia personale che sociale.

Il legame tra cibo e identità, utilizzando ciò che è stato mostrato brillantemente dall'antropologo francese Claude Fischler nel suo fondamentale *Food, self and identity* (1988), si radica nella natura multidimensionale della relazione umana con l'alimentazione, che è al tempo stesso biologico-fisiologica, simbolica, individuale e collettiva. Per comprendere in che modo il cibo si intrecci ai processi identitari, Fischler introduce due principi fondamentali, che rappresentano due punti chiave per il procedere con la presente analisi e per cogliere l'intersezione tra psicologia e studi alimentari: il paradosso dell'onnivoro e il principio di incorporazione. Il primo, il paradosso dell'onnivoro, descrive la tensione costitutiva che attraversa il rapporto tra l'essere umano e il suo cibo: in quanto onnivoro, egli gode della libertà di esplorare una grande varietà di alimenti, ma questa stessa libertà lo espone al rischio potenziale di incorporare ciò che potrebbe nuocergli. Tale condizione genera un duplice movimento verso il cibo e l'alimentazione, quello della *neofilia*, intesa come curiosità e desiderio di novità, e quello della *neofobia*, cioè la paura e la diffidenza verso l'ignoto alimentare.

L'essere umano si muoverebbe dunque costantemente in uno spazio di equilibrio alimentare instabile che spazia tra l'apertura e la cautela, l'innovazione e la conservazione, l'esplorazione e la difesa. Fischler (1988), riprendendo Rozin (1976), riconosce in questa tensione una dimensione profondamente volta alla costruzione identitaria dell'essere umano: ciò che si sceglie di mangiare, o al contrario rifiutare, diventa una delle modalità attraverso cui definiamo noi stessi, distinguendo ciò che ci è familiare da ciò che è altro. Mangiare o non mangiare qualcosa (meglio scegliere di mangiare o non mangiare qualcosa) diventa così una modalità concreta, quotidiana e incarnata di scelta di chi si vuole essere. Il rifiuto o l'opposta accettazione del nuovo alimento non rispondono quindi solo a una logica biologica o di sopravvivenza (appunto perché siamo onnivori), ma riflettono la continua scelta di appartenere o meno a un determinato sistema di valori, abitudini e significati condivisi. L'ansia alimentare che ne potrebbe derivare, espressione della tensione tra neofilia e neofobia, viene socialmente regolata attraverso norme, classificazioni e pratiche culinarie che organizzano il rapporto con il cibo, riducendo l'incertezza e inscrivendo l'esperienza alimentare entro un ordine culturale condiviso (Douglas, 1975). In questa prospettiva quindi, la neofobia alimentare non rappresenta semplicemente un tratto individuale (come tradizionalmente intesa dalla psicologia), ma può essere intesa come un indicatore psicologico e culturale della relazione identitaria e apertura rispetto all'alterità. Essa rende conto del grado di apertura o chiusura verso ciò che è percepito come nuovo o estraneo, e si configura come un dispositivo attraverso il quale l'individuo negozia la propria appartenenza e i propri confini.

È in questa prospettiva che, nel presente lavoro, il costrutto di neofobia alimentare viene ripensato a partire dal paradosso dell'onnivoro e in dialogo con la sua formulazione originaria, in relazione ai processi di acculturazione. Piuttosto che essere considerata esclusivamente come un tratto individuale relativamente stabile, la neofobia alimentare viene qui intesa come una disposizione situata e processuale, che si attiva in modo differenziale nei contesti di incontro con sistemi alimentari altri. Nei contesti migratori, infatti, il confronto con nuovi significati attribuiti al cibo, con norme culturali differenti su ciò che è appropriato mangiare e con modalità diverse di preparazione e consumo può riattivare la tensione tra apertura e cautela, dando luogo a dinamiche di rifiuto o selezione che incidono non solo sulle pratiche alimentari, ma anche sui processi di ridefinizione del sé e dell'identità.

Il secondo, il principio di incorporazione, rimanda al significato generativo dell'atto del mangiare. Mangiare non significa soltanto assimilare un alimento: è un gesto attraverso cui ciò che è esterno viene assunto, trasformato e reso parte di Sé. Con l'incorporazione, il confine tra il mondo e il soggetto si fa poroso: il cibo attraversa il limite che separa l'"altro" dal "proprio" e diventa materia stessa dell'identità, contribuendo a definire chi si è e come ci si percepisce. Fischler sottolinea come

ogni atto alimentare comporti una duplice trasformazione per l'individuo: materiale, perché il cibo modifica realmente il corpo biologico, e allo stesso tempo simbolica, perché ciò che si introduce nel corpo agisce sul senso di Sé e sulla definizione del gruppo di appartenenza. In questa prospettiva, l'incorporazione si configura come atto di confine, che implica l'assunzione o il rifiuto di elementi provenienti dall'esterno. È un gesto che regola le relazioni tra Sé e altro da Sé, tra interno ed esterno, e che per questo assume una valenza identitaria e culturale. Declinando più propriamente tali riflessioni ai contesti migratori, dove gli individui e i gruppi si trovano immersi in un continuo confronto tra sistemi di significato differenti, e dialogando con quanto espresso in precedenza, il principio di incorporazione permette di leggere il cibo come luogo privilegiato anche del contatto culturale. Attraverso il gusto, l'olfatto, i colori e le pratiche di preparazione, le persone entrano in relazione con l'altro, riconoscendolo, rifiutandolo o integrandolo. Incorporare un cibo culturalmente diverso può significare incorporare una parte della cultura altrui, coniugare con il Sè una porzione della sua alterità e renderla, almeno in parte, familiare poiché incorporata. Allo stesso modo, il rifiuto o il disgusto verso un alimento nuovo o culturalmente distante può essere interpretato come una forma di protezione identitaria, una risposta al rischio di contaminazione simbolica che l'atto alimentare comporta (Douglas, 1975). Si pensi, ad esempio, a ciò che accade quando, in una situazione interculturale, una persona decide di assaggiare un piatto per lei sconosciuto, ad esempio una spezia particolarmente intensa, una consistenza inattesa, o un alimento preparato secondo un rituale diverso dal proprio. In quel gesto, solo in apparenza semplice e scontato, prende forma un atto potente e profondo, forse anche "rivoluzionario", di apertura: il corpo diventa metafora dell'incontro con l'altro rendendo tangibile la possibilità di accogliere ciò che è nuovo e negoziare i propri riferimenti alimentari e identitari-culturali. Attraverso quell'assaggio (si legga in continuità a quanto detto in precedenza, "quell'incorporazione"), l'alterità viene accolta e interiorizzata, trasformandosi in esperienza vissuta (o meglio, "assaggiata"). Al contrario, il rifiuto di quel cibo diventa una barriera simbolica che protegge la presunta, e solo percepita, solida continuità del Sé e la coerenza con il proprio sistema di appartenenze.

Dovrebbe apparire ora chiaro come l'atto di scegliere di incorporare, o di non incorporare un determinato cibo, rappresenterebbe quindi una delle modalità possibili per continuare a dire chi siamo ma anche chi non siamo, una forma corporea e affettiva di costruzione e comunicazione identitaria, verso Sé stessi e gli altri. A questo punto dell'argomentazione, dovrebbe risultare chiaro anche come il principio di incorporazione alimentare bene si intrecci con i processi psicologici attivati dall'incontro tra culture, offrendo una chiave di lettura per comprendere le dinamiche che caratterizzano l'esperienza migratoria e le conseguenti ridefinizioni identitarie. L'incorporazione alimentare diventa un'utile metafora a carattere concreto e materiale dell'incontro culturale, un

dispositivo d'uso quotidiano attraverso cui le identità si ridefiniscono continuamente nella dialettica tra familiarità e alterità. Seguendo nell'argomentazione, sarebbe quindi plausibile poter leggere il fatto di assaggiare un alimento appartenente ad una tradizione culturale diversa dalle proprie origini, come esperienza sensoriale concreta che apre alla possibilità di un riconoscimento reciproco: i sapori, gli odori e le materialità dei piatti permettono di esplorare l'alterità in termini corporei, tangibili, prossimi e quotidiani. Il cibo è allora quel linguaggio condiviso attraverso cui l'incontro culturale può avvenire non solamente a livello cognitivo o rappresentazionale, ma a livello affettivo, sensoriale e incarnato. Pertanto, si spera a questo punto della trattazione di aver delineato chiaramente come anche il semplice atto alimentare e la relazione con il cibo siano gesti potenti di produzione identitaria, attraverso i quali gli esseri umani presentano sé stessi e descrivono gli altri in base a ciò che mangiano o non mangiano (Douglas, 1972; Lévi-Strauss, 1966), e come tali processi assumano una rilevanza ancora maggiore nei percorsi migratori, dove l'incontro con nuovi sistemi alimentari e nuovi significati del cibo richiede continue negoziazioni di appartenenze e definizioni di sé.

Alla luce delle considerazioni sviluppate finora, emerge con chiarezza un limite significativo nella letteratura psicologica: pur avendo affrontato in modo esteso e articolato i temi dell'identità e della migrazione, la psicologia ha dedicato finora un'attenzione relativamente marginale al nesso tra identità, pratiche alimentari ed esperienza migratoria (Ingold, 2004; Livert, 2023). Nonostante la riconosciuta centralità del cibo nei processi di costruzione culturale e identitaria all'interno di discipline come l'antropologia e i *Food Studies*, l'ambito psicologico ha tendenzialmente considerato il cibo entro cornici più ristrette, trattandolo soprattutto come un indicatore o dominio specifico dell'acculturazione, piuttosto che come un fenomeno simbolico e relazionale meritevole di una tematizzazione autonoma (Smith, 2002). In particolare, gli psicologi hanno sì riconosciuto il ruolo del cibo nei processi di adattamento interculturale, ma lo hanno prevalentemente collocato all'interno dei modelli di acculturazione, soprattutto come esempio di pratica culturale soggetta a cambiamento, mantenimento o integrazione nei contesti migratori. Questo approccio, pur utile e fondativo, ha tuttavia finito per appiattire la complessità psicosociale del cibo, relegandolo spesso a un semplice indicatore di orientamento acculturativo, e lasciando in ombra la sua capacità di agire come spazio. proprio di produzione di significati, luogo di relazione, dispositivo di appartenenza e vettore di trasformazione identitaria. Parallelamente invece, è da riconoscere come la ricerca psicologica abbia dedicato maggiore attenzione agli aspetti fisiologici-nutrizionali o ai disturbi del comportamento alimentare, privilegiando quindi un approccio clinico centrato sul sintomo e sul trattamento terapeutico. Molto meno esplorati risultano i significati sociali, simbolici e comunitari che il cibo assume nella vita quotidiana (Tempia Valenta et al., 2024). Rari sono inoltre gli studi che, in chiave psicosociale, hanno considerato il cibo come dispositivo attivo di costruzione identitaria, come

terreno di coesione e trasformazione collettiva o come spazio privilegiato per osservare i processi di negoziazione interculturale nei contesti migratori (Reddy & Dam, 2020; Hardcastle et al., 2015; Aktaş-Polat & Polat, 2020; Poeggel, 2022). Questa collocazione ancillare del cibo nel discorso psicologico, inteso quindi più come esempio che come oggetto stesso di indagine, ha contribuito a mantenere la dimensione alimentare ai margini delle riflessioni psico-sociali.

È proprio qui invece che il presente lavoro si colloca e, attraverso l'approccio della psicologia sociale e di comunità, si propone di spostare lo sguardo dal cibo come oggetto biologico o semplice indicatore culturale al cibo come linguaggio sociale, come pratica situata e come spazio di negoziazione identitaria. Si cercherà di mettere in luce come il cibo possa fornire strumenti teorici e metodologici unici per esplorare quel legame tra cibo, identità e migrazione che finora è stato considerato principalmente "di sfondo" e non ancora tematizzato nella sua piena portata.

Percorso e articolazione dell'elaborato

Alla luce delle premesse teoriche sopra presentate e del divario evidenziato nella letteratura in ambito psicologico, diventa ora possibile collocare con maggiore precisione la posizione del presente elaborato. L'ancora marginale presenza di studi nel panorama psicologico nazionale e internazionale che integrano in modo esplicito identità, migrazione e pratiche alimentari, rappresenta lo spazio da cui questa tesi prende le mosse e a cui intende contribuire.

Il presente lavoro di ricerca si propone pertanto l'obiettivo di analizzare i processi di costruzione identitaria in contesti migratori attraverso la lente offerta dagli studi alimentari, assumendo una prospettiva psicologica capace di tenere insieme la dimensione individuale dei vissuti migratori e quella collettiva, legata ai processi sociali e comunitari in cui tali vissuti sono inscritti. L'obiettivo orienta quindi verso due direzioni: da un lato analizzare come i vissuti individuali delle persone migranti si esprimano e si trasformino nelle relazioni quotidiane con il cibo; dall'altro indagare anche come tali processi si modellino e modellino a loro volta la configurazione sociale e comunitaria dell'identità, nei rapporti con i contesti di vita, con i gruppi di appartenenza e con le reti di significato in cui la vita migratoria è inserita.

È a partire da questa cornice che viene ora presentata la struttura dell'elaborato, organizzata per restituire in modo coerente i contributi teorici, metodologici ed empirici del lavoro.

La struttura sarà organizzata ispirandosi al modello ecologico di Bronfenbrenner (1979; 1986), assunto come riferimento per leggere in maniera integrata i diversi livelli di analisi, in continuità con l'approccio della psicologia di comunità. La teoria ecologica di Bronfenbrenner rappresenta uno dei modelli più influenti nello studio dello sviluppo umano e offre una prospettiva complessa e interconnessa di come gli individui procedano lungo tutto l'arco della loro vita all'interno di una rete

dinamica di influenze (Trickett, 2009). L'idea di base del modello è assumere che la crescita e lo sviluppo identitario di un individuo non avviene mai in isolamento, ma è il risultato dell'interazione costante e dinamica tra il soggetto e i molteplici sistemi ambientali che lo circondano e di cui fa parte. Tali sistemi attorno all'individuo comprendono il *microsistema*, ovvero l'insieme degli ambienti più prossimi all'individuo, come la famiglia, il gruppo dei pari e i contesti quotidiani di interazione; il *mesosistema*, che riguarda le connessioni e le relazioni reciproche tra questi ambienti; *l'esosistema*, che include i contesti sociali e di comunità, che, anche se meno prossimali e talvolta non a contatto diretto con l'individuo, influenzano in modo significativo la sua vita; e infine il *macrosistema*, costituito dai valori culturali, dalle norme, dalle politiche e dai modelli sociali più ampi che orientano i significati e le pratiche condivise. Una delle caratteristiche fondamentali della teoria ecologica, inoltre, è la sua natura dinamica laddove i vari sistemi non funzionano in isolamento, ma si influenzano reciprocamente costantemente.

Applicando questa prospettiva al presente studio, si può osservare quindi come un cambiamento nel macrosistema (ad esempio l'introduzione di nuove politiche alimentari o di modelli culturali globali legati al consumo di cibo) possa produrre effetti a cascata sui livelli sottostanti: sull'esosistema, influenzando ad esempio il funzionamento delle istituzioni e dei servizi locali (come scuole, enti sociali o associazioni comunitarie); sul mesosistema, ridefinendo le interazioni tra famiglia, scuola e comunità (ad esempio nelle pratiche legate alla mensa scolastica o alle abitudini alimentari domestiche); e infine anche a livello del microsistema, incidendo sulle pratiche, le rappresentazioni e le scelte alimentari dell'individuo stesso. La dinamicità del modello aiuta pertanto a comprendere come i percorsi di vita delle persone, e dunque anche la loro formazione identitaria, siano il risultato di un'interazione complessa e continua tra gli individui e il loro contesto di riferimento. Quest'ultimo comprende non solo le relazioni prossimali, come la famiglia, le reti affettive e i gruppi di appartenenza, ma, seppur non oggetto specifico del presente lavoro, anche livelli più ampi e spesso meno visibili, quali le strutture sociali, economiche e politiche che regolano l'accesso alle risorse, modellano le opportunità e orientano le pratiche quotidiane. Nel caso particolare dell'alimentazione e dei sistemi di approvvigionamento, è bene tenere presente che tali livelli seppur distali assumono un ruolo fondamentale, perché decisioni e dinamiche che si producono lontano dagli individui possono esercitare ricadute significative sulle loro scelte e sulle possibilità di negoziare significati e appartenenze nei nuovi contesti di vita. In questo quadro, dunque, pur riconoscendo la centralità del macrosistema nella configurazione delle pratiche alimentari e dei processi identitari, il presente lavoro si colloca in modo intenzionale prevalentemente sui livelli micro e mesosistemico, privilegiando un'analisi delle dimensioni relazionali e situate della vita quotidiana degli individui. Tale scelta riflette sicuramente un posizionamento teorico-disciplinare radicato nella psicologia di comunità, che

orienta lo sguardo verso i processi di significazione e negoziazione che prendono forma nelle pratiche concrete. Al tempo stesso, si riconosce come una più esplicita integrazione del livello macrosistemico rappresenti un'importante direzione di approfondimento, in dialogo con il campo interdisciplinare dei Food Studies. In questa prospettiva, il presente lavoro si configura anche come passaggio all'interno di un percorso di ricerca più ampio, nel quale tali dimensioni verranno ulteriormente sviluppate e articolate.

Proseguendo su questa linea, la psicologia di comunità quindi assume un ruolo fondamentale di cerniera tra lo studio dei processi individuali e quello delle dinamiche contestuali, poiché si interessa sia dei processi individuali e comportamentali implicati nell'adattamento biopsicosociale degli individui, sia delle interazioni e influenze reciproche tra i diversi livelli ecologici (in questo caso individuo, famiglia, quartiere-istituzioni) (Schwartz et al., 2022). Maritza Montero (2002), tra le principali fondatrici della psicologia di comunità latino-americana, descrive la psicologia di comunità come un ambito di studio e di pratica in cui l'individuo contribuisce a costruire la realtà sociale che, a sua volta, lo modella, lo informa e lo trasforma attraverso le interazioni. In questo senso e in continuità con il modello ecologico, l'individuo e il contesto diventano elementi inseparabili nell'analisi di un fenomeno. Dal punto di vista psicosociale, la psicologia di comunità considera l'individuo come un soggetto attivo, impegnato in un continuo rapporto di interazione con il proprio contesto.

Lo studio particolare del fenomeno migratorio, inoltre, ha conosciuto un notevole sviluppo negli ultimi decenni all'interno della psicologia di comunità (Perkins et al., 2011). La ricerca in questo ambito si è concentrata sull'analisi dei processi ecologici, dei contesti storici e delle disuguaglianze di potere che caratterizzano i percorsi di acculturazione. La psicologia di comunità offre così un contributo fondamentale per la l'analisi e la comprensione delle esperienze migratorie, poiché capace, attraverso i suoi strumenti, di spostare l'attenzione dalle presunte carenze individuali di chi si trova ad abitare un nuovo contesto, a quelle che sono invece le opportunità e le risorse che emergono a partire dai contesti di interazione e di scambio con la comunità locale. La psicologia di comunità è capace di introdurre una prospettiva fondata sui principi di giustizia sociale e di empowerment, mirando a sviluppare strategie di intervento e di ricerca partecipata che restituiscano voce e potere ai soggetti migranti e valorizzino la loro capacità di agire come protagonisti nelle società di arrivo (Birman & Bray, 2017).

Lo studio delle pratiche alimentari acquisisce quindi un significato particolarmente rilevante: analizzare il rapporto tra cibo, identità e migrazione consente infatti di esplorare un ambito concreto e quotidiano in cui le persone migranti negoziano appartenenze e costruiscono spazi di agency nel quale la psicologia di comunità, con la sua attenzione ai processi di partecipazione, alle condizioni

strutturali e alle dimensioni simboliche della vita collettiva, può dunque offrire un orientamento prezioso per leggere le pratiche alimentari come luoghi in cui si intrecciano disuguaglianze, risorse e possibilità trasformative, contribuendo a restituire complessità e dignità ai percorsi migratori. Riprendendo quanto detto precedentemente e alla luce del prisma fornito dalla psicologia di comunità la migrazione viene allora intesa come un'esperienza di transizione ecologica complessa che comporta mutamenti simultanei nei ruoli, nei contesti di appartenenza e nelle reti relazionali (Esses et al., 2017). La prospettiva della psicologia di comunità sul fenomeno migratorio è utile proprio per tentare di andare oltre una visione puramente individualistica del fenomeno (Saegert & Carpiano, 2017; Peterson & Zimmerman, 2004). Una transizione ecologica si verifica infatti quando la posizione di un individuo all'interno del proprio ambiente ecologico subisce una trasformazione, dovuta a un cambiamento di ruolo, a una modifica delle circostanze ambientali o, più frequentemente, a una combinazione di entrambi (Bronfenbrenner, 1986). I processi migratori rappresentano una forma paradigmatica di tale transizione, poiché comportano mutamenti profondi sia a livello sociale, incidendo sulle comunità di origine e di accoglienza, sia a livello individuale, richiedendo a chi migra di ridefinire le proprie appartenenze e di rimodellare la propria identità.

Alla luce di ciò, la presente tesi analizzerà attraverso gli studi empirici presentati come le pratiche alimentari operino nei diversi livelli ecologici contribuendo a esprimere e costruire i processi identitari nelle esperienze migratorie, mostrando il ruolo del cibo come dispositivo relazionale e culturale capace di connettere dimensioni personali e collettive dell'esistenza.

Sulla base di questi presupposti, segue ora la presentazione della struttura dell'elaborato e dei suoi principali contributi teorici, metodologici ed empirici.

Schema della presente tesi

La tesi ha adottato un disegno di ricerca di tipo sequenziale e concorrente, strutturato in più fasi interconnesse. Il percorso segue una logica di approfondimento progressivo, in cui ogni fase contribuisce ad ampliare e integrare la comprensione del fenomeno (si veda *Figura 4* per la rappresentazione grafica del percorso di ricerca).

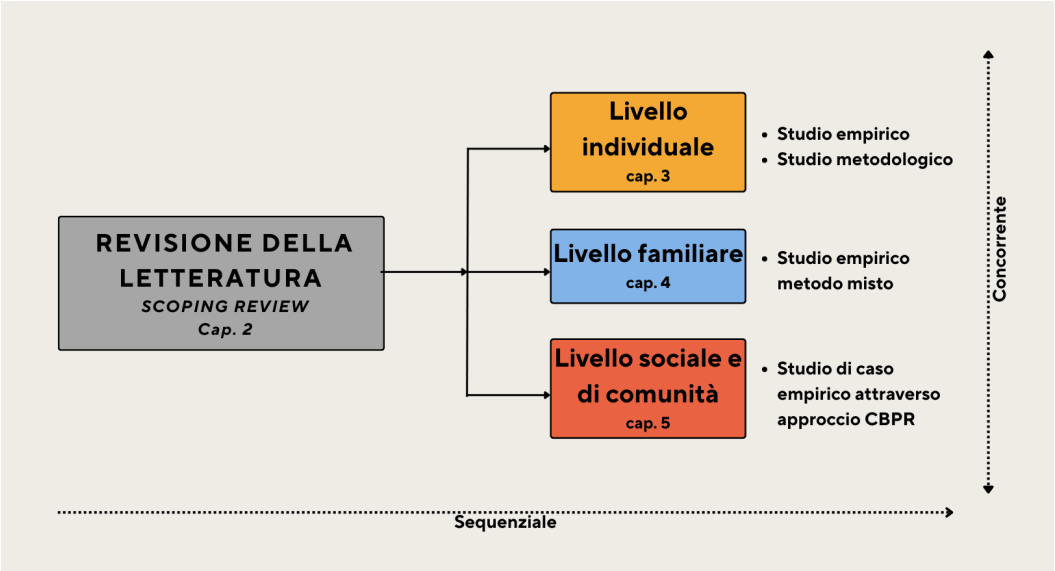


Figura 4 Schema e struttura del lavoro complessivo di ricerca

Il *Capitolo 2*, in continuità e approfondimento della presente introduzione (cap. 1), presenta il lavoro condotto di revisione sistematica di *scoping* della letteratura in ambito delle scienze sociali. La *scoping review* ha avuto l'obiettivo di offrire una sintesi strutturata e critica delle conoscenze esistenti sul rapporto tra migrazione e pratiche alimentari, chiarire come tale intersezione sia stata concettualizzata e indagata nella letteratura, e individuare i principali fattori che influenzano le pratiche alimentari dei migranti così come vissute e narrate, adottando in coerenza all'intero disegno di ricerca il modello socio-ecologico come cornice interpretativa per comprendere come tali pratiche si configurino ai diversi livelli dell'esperienza umana — dall'individuo, alla famiglia, fino alla comunità. La revisione della letteratura è stata condotta in una fase preliminare rispetto alla realizzazione degli studi empirici, per permettere di costruire un solido quadro teorico di riferimento aggiornato e individuare le principali lacune conoscitive su cui fondare lo sviluppo della ricerca successiva.

La seconda parte dell'elaborato è dedicata agli studi empirici, sviluppati in modo concorrente e articolati su tre livelli di analisi, ciascuno corrispondente a uno dei domini del modello socioecologico: individuale, familiare e comunitario. Ciascun capitolo empirico approfondirà i costrutti teorici specifici che orientano l'analisi del relativo studio. I costrutti specifici relativi ciascuno studio sono stati anticipati, seppur non in maniera estesa, nella presente introduzione generale, ma verranno poi ripresi e discussi all'interno dei capitoli in cui assumono pertinenza analitica e interpretativa. Il percorso sarà così articolato:

- *Capitolo 3 – Livello individuale.* Il capitolo si articola secondo una duplice prospettiva: presentazione di uno studio empirico e presentazione di una tecnica metodologica innovativa per il campo della psicologia. Lo studio empirico presentato, condotto con donne italiane migranti in Cile, analizza come il cibo e gli spazi del quotidiano contribuiscano alla costruzione del Sé in contesto migratorio introducendo una prospettiva di genere particolarmente pertinente all'analisi. Viene poi presentata la proposta metodologica innovativa della tecnica del *Foodscape Walking,* un approccio qualitativo e multisensoriale per esplorare le pratiche alimentari come forma di narrazione identitaria e di connessione corporea con i luoghi. L'obiettivo di questo primo livello empirico è dunque da un lato esplorare e descrivere come donne italiane migrate in Cile attribuiscano significato ai luoghi alimentari per loro significativi e in che modo tali spazi divengano scenari nei quali si negoziano e si riconfigurano identità, memorie culturali e relazioni sociali nel contesto della migrazione; dall'altro un ulteriore obiettivo è stato quello di sviluppare e proporre una nuova tecnica di indagine psicologica, la *Foodscape Walking* , ossia una "camminata alimentare" come dispositivo metodologico che ridona al cibo la sua centralità e capacità epistemica per esplorare in modo situato le identità migranti e le trasformazioni che esse attraversano nei contesti urbani e culturali di arrivo.
- *Capitolo 4 – Livello familiare*. Attraverso un approccio *mixed method*, a questo livello, l'obiettivo che ci si pone è quello di analizzare come il cibo e le pratiche alimentari partecipino ai processi di costruzione identitaria in nuclei familiari migranti. In particolare, lo studio mira da un lato a comprendere, attraverso un approccio qualitativo, come le famiglie, considerate come unità relazionali, attribuiscano significati condivisi al cibo e lo utilizzino come spazio di negoziazione dell'identità familiare; dall'altro, intende esplorare quantitativamente il ruolo della neofobia alimentare e delle dimensioni dell'acculturazione nei processi di apertura o resistenza verso nuovi cibi, leggendole come componenti psicologiche attive e coinvolte nella costruzione identitaria familiare. L'integrazione di metodi qualitativi e quantitativi consentirà dunque di proporre, al contempo, un modello di lettura delle pratiche alimentari come dispositivi identitari e un'analisi empirica delle dinamiche psicologiche che attraversano le famiglie migranti.
- *Capitolo 5 – Livello comunitario*. Verrà presentato a questo livello un caso di studio condotto presso il ristorante sociale Roots, nella città di Modena regione Emilia-Romagna, realtà che unisce finalità gastronomiche, educative e di inclusione sociale. La ricerca ha avuto l'obiettivo di analizzare il ruolo che gli spazi alimentari comunitari assumono nella vita dei migranti e della popolazione locale, esplorando se e come tale tipologia di luoghi favorisca appartenenza,

partecipazione e riconoscimento, come le identità personali e collettive vengano negoziate attraverso il coinvolgimento quotidiano nelle pratiche del cibo e infine come si producano significati condivisi attorno al ruolo di questi spazi nel tessuto sociale più ampio. Attraverso il caso di studio e mediante un approccio partecipativo basato sulla comunità (CBPR), lo studio ha adottato una prospettiva multilivello che connette le pratiche quotidiane dei partecipanti, le dinamiche relazionali e organizzative del ristorante, e i più ampi processi di costruzione identitaria, appartenenza ed empowerment comunitario.

Infine, il *Capitolo 6* raccoglie, integra e mette in dialogo i risultati dei diversi studi, offrendo una visione d'insieme del percorso di ricerca e restituendo una lettura trasversale delle principali evidenze emerse. In questo capitolo vengono elaborate le conclusioni generali dell'intero lavoro e viene proposta una riflessione teorica sul costrutto di Identità Alimentare, introdotto come proposta di sintesi concettuale dell'intero lavoro, oltre che come possibile spunto e contributo originale per studi futuri.

Per una visione d'insieme dei livelli di analisi degli studi empirici si veda la figura 5, che ne rappresenta la struttura generale. La tabella 2 riporta invece le informazioni di dettaglio metodologico specifiche per ciascuno studio.

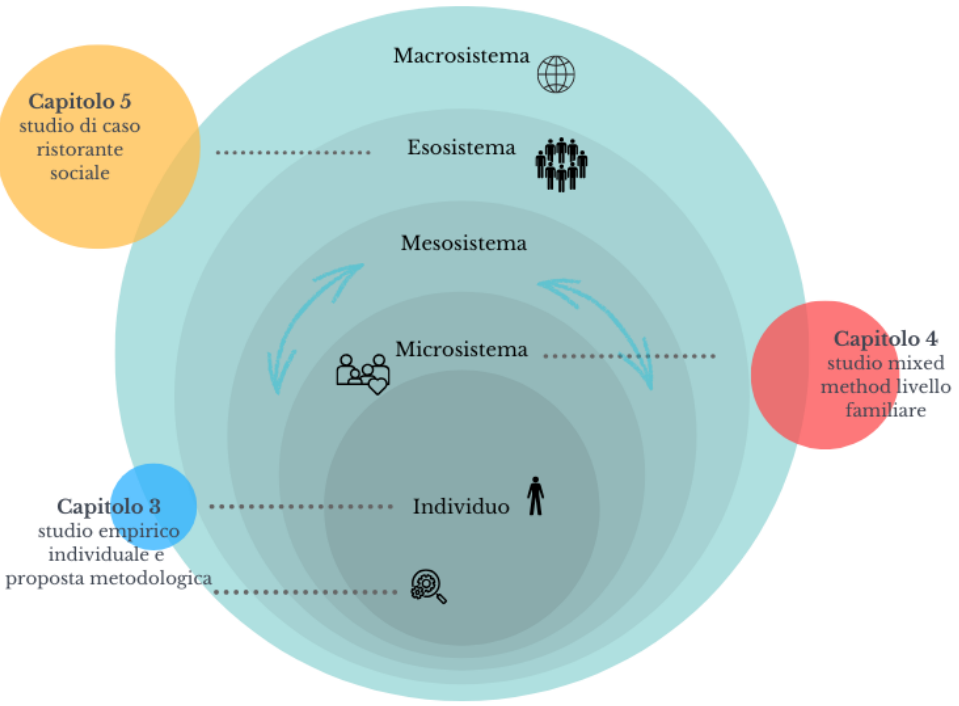


Figura 5 Visione d'insieme dei diversi contesti considerati in ciascuno studi

Capitolo	Disegno dello studio	Partecipanti	Costrutti in analisi/Obiettivo principale	Fonte/Strumenti
Capitolo 2 - **Studio 1**	*Scoping review* condotta secondo il metodo PRISMA-ScR	76 articoli selezionati da APA PsycINFO, Scopus, PubMed ed EBSCO PBSC	Mappare la letteratura internazionale su cibo e migrazione, con particolare attenzione ai nessi tra pratiche alimentari, identità e processi di acculturazione	Linee guida PRISMA-ScR (Tricco et al., 2018; Arksey & O'Malley, 2005)
Capitolo 3 - **Studio 2 e 3**	Studio qualitativo	3 donne italiane migranti residenti in Cile	Identità alimentare *Walking methodology* Luoghi alimentari Analizzare le trasformazioni identitarie individuali attraverso le pratiche alimentari e i luoghi del cibo camminando	*Foodscape Walking* (Arcadu et al., 2025)
	Studio metodologico: proporre una tecnica innovativa per la psicologia di *Foodscape Walking*			
Capitolo 4 - **Studio 4** (qualitativo) **Studio 5** (quantitativo) **Studio 6** (quantitativo)	*Mixed-methods design* -Studio qualitativo	33 coppie di genitori migranti, non nati in Italia con almeno un figlio, figli nati in Italia (50% donne e 50% uomini)	Identità alimentare familiare	Interviste semistrutturate
	-Studio quantitativo *Actor-Partner Interdependence Model* (APIM) -Studio quantitativo *Partial Least*		Acculturazione Neofobia alimentare	*Food Neophobia Scale* (FNS) validata nel contesto italiano per gli adulti (Guidetti et al., 2018); *Brief Socio-Cultural Adjustment Scale* (BSAS), la *Brief Psychological Adjustment Scale* (BPAS), la *Brief Perceived Cultural Distance Scale* (BPCDS) e la *Brief Acculturation*

	Squares Path Modeling (PLS-PM)			*Orientation Scale* (BAOS) (Demes & Geeraert, 2014)
Capitolo 5 - **Studio 7**	Studio di caso qualitativo con approccio partecipativo CBPR	Unità di analisi: ristorante sociale Roots, Modena, Italia. 35 partecipanti (membri interni ed esterni)	Analisi di come gli spazi alimentari comunitari favoriscano appartenenza, riconoscimento ed empowerment nei percorsi migratori, attraverso l'analisi multilivello delle pratiche quotidiane, delle dinamiche del ristorante sociale e dei processi identitari e relazionali che vi si generano	Interviste semistrutturate Photo-intervention (Cantera, 2010) Mappe ecologiche (Pfefferbaum et al.; 2013) World Café e Cartografia affettiva (Löhr, 2020) Giornate aperte alla comunità

Tabella 2: Informazioni di dettaglio metodologico relative a ciascuno studio.



Cibo e pratiche alimentari nei processi migratori: una *scoping review*

Arcadu, M., Reyes-Espejo, M. I., Romoli, V., & Migliorini, L. (2025). Food and eating practices in migration processes: A scoping review. *Appetite, 215,* 108248. https://doi.org/10.1016/j.appet.2025.108248

Capitolo 2. Cibo e pratiche alimentari nei processi migratori: una *scoping review*

Introduzione

Dopo aver delineato i principali riferimenti teorici e costrutti relativi ai processi migratori e al ruolo del cibo come costrutto identitario e culturale, il presente capitolo si propone di offrire una panoramica sistematica della letteratura che ha indagato l'intersezione tra migrazione e pratiche alimentari. Se il *Capitolo 1* ha avuto l'obiettivo di costruire la cornice concettuale entro cui si colloca la ricerca, il focus qui si sposta sulla ricostruzione critica e sistematica dello stato dell'arte della letteratura, al fine di mettere in luce i principali orientamenti teorici e metodologici, le ricorrenze tematiche e le lacune ancora esistenti nello studio di tale fenomeno.

L'analisi che sarà presentata si basa su una revisione esplorativa condotta secondo la metodologia PRISMA-ScR (*Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses*) per gli studi di *scoping* e già pubblicata sulla rivista *Appetite*[10]. Essa ha consentito di raccogliere e sintetizzare in modo sistematico i contributi scientifici prodotti negli ultimi anni, restituendo un quadro articolato delle modalità attraverso cui la relazione tra alimentazione e migrazione è stata concettualizzata e indagata all'interno delle scienze sociali. In particolare, il lavoro di revisione ha permesso di distinguere tre livelli analitici principali e con caratteristiche distinte – quello individuale, quello familiare e quello socio-comunitario – permettendo così di costruire una visione di prospettiva multilivello, in accordo con il modello socio ecologico utilizzato per tutto il lavoro.

I risultati della revisione mostrano come la letteratura, pur riconoscendo l'importanza del cibo quale elemento identitario e relazionale, abbia spesso privilegiato un approccio centrato sugli aspetti nutrizionali e comportamentali, ponendo meno attenzione alle dimensioni culturali, psicosociali e simboliche che caratterizzano le pratiche alimentari in migrazione. Inoltre, emerge una marcata frammentazione disciplinare, con studi condotti in ambiti diversi dalla nutrizione, all'antropologia, alla sociologia, alla psicologia che raramente dialogano tra loro, limitando la possibilità di costruire quadri interpretativi integrati per l'implementazione di progetti.

È a partire da tali lacune che prende forma il progetto di ricerca presentato in questa sezione dell'elaborato di tesi: l'intenzione dello studio è stata quella di mappare e sintetizzare in forma sistematica la letteratura esistente sul rapporto tra cibo e migrazione dalla prospettiva delle scienze sociali, ponendo un'attenzione particolare alle dimensioni individuali, relazionali e psicosociali delle

[10] Arcadu, M., Reyes-Espejo, M. I., Romoli, V., & Migliorini, L. (2025). Food and eating practices in migration processes: A scoping review. *Appetite, 215,* 108248. https://doi.org/10.1016/j.appet.2025.108248

pratiche alimentari. Gli obiettivi specifici pertanto sono: in primo luogo, fornire una sintesi strutturata e critica delle conoscenze attuali a partire dalla letteratura aggiornata sul tema; in secondo luogo, chiarire come questa relazione è stata concettualizzata e studiata; in terzo luogo, identificare i fattori chiave che influenzano le pratiche alimentari dei migranti nei vari livelli. Per guidare l'analisi lo studio adotta il modello socio-ecologico come quadro guida per comprendere come le pratiche alimentari si formano a diversi livelli dell'esperienza umana nel processo migratorio.

È a partire da questa revisione sistematica che si svilupperanno poi i successivi studi empirici della tesi contenuti nella parte seconda, ciascuno dei quali si concentrerà su uno di questi livelli, con l'obiettivo di promuoverne l'approfondimento teorico ed empirico. La revisione di *scoping* infatti non è stata concepita come un semplice esercizio teorico di sistematizzazione della letteratura, ma come una fase esplorativa e generativa dell'intero percorso dottorale. Essa ha rappresentato il primo movimento di ricerca, svolto nel primo anno di dottorato, da cui sono emerse le questioni teoriche e metodologiche che hanno guidato lo sviluppo dei successivi studi empirici.

Metodologia

Metodologia PRISMA per le revisioni di scoping

La revisione della letteratura è stata condotta in conformità con il quadro metodologico proposto da Arksey e O'Malley (2005), perfezionato successivamente da Levac et al. (2010) e in linea con le linee guida del Joanne Briggs Institute (Peters et al., 2017) ed è stata utilizzata l'estensione PRISMA-ScR (Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses)[11] per le revisioni di ambito (Tricco et al., 2018).

Strategie di ricerca e fonti informative

È stata condotta una ricerca bibliografica sistematica in quattro banche dati. Esse sono state: Scopus, Web of Science, APA PsycInfo e APA PsycArticles. La stringa di ricerca utilizzata in ciascuna banca dati è stata la seguente:

food OR eating OR cooking OR meal
AND
migration OR emigration OR immigration OR refugee

[11] https://www.prisma-statement.org/scoping

La selezione di questi termini non è avvenuta in maniera arbitraria, ma è stata il risultato di un processo approfondito di analisi preliminare e di confronto con la letteratura esistente. In particolare, sono state mappate e confrontate le parole chiave più frequentemente utilizzate negli articoli pertinenti al tema, con l'obiettivo di costruire una stringa di ricerca che fosse al tempo stesso ampia e inclusiva delle diverse sfaccettature del fenomeno. Tale procedura ha consentito quindi di cogliere la varietà delle pratiche alimentari (cucinare, mangiare, pasti) e delle esperienze migratorie ampie (dall'emigrazione volontaria alla condizione di rifugiato), evitando di escludere contributi rilevanti a causa di una terminologia troppo ristretta. L'obiettivo è stato quello di massimizzare la sensibilità della ricerca e garantire l'inclusione di tutta la letteratura che affrontasse varie dimensioni del cibo e delle pratiche alimentari all'interno del processo migratorio, senza limitarsi a specifici quadri teorici, disciplina o sottodomini.

Sono stati utilizzati filtri per limitare la ricerca agli studi pubblicati negli ultimi cinque anni che erano rilevanti per i campi di studio della psicologia e delle scienze sociali. Questo periodo di cinque anni è stato scelto per garantire che la revisione riflettesse gli ultimi sviluppi e i progressi concettuali nel campo, in particolare considerando la rapida evoluzione dei flussi migratori. Non sono invece stati posti limiti rispetto alla lingua, paese geografico o di progettazione dello studio alla ricerca.

Criteri di inclusione ed esclusione

Prima dell'inclusione, abbiamo discusso all'interno del gruppo di ricerca i criteri di ammissibilità allo studio. Una pubblicazione era ammissibile se soddisfaceva due criteri relativi all'oggetto dello studio:

- il primo criterio era che la popolazione oggetto dello studio doveva includere migranti, definiti, in accordo con quanto espresso nell'introduzione, in senso ampio come individui che hanno vissuto uno spostamento che ha comportato una transizione tra sistemi socioculturali e alimentari distinti. Sebbene la migrazione internazionale (cioè lo spostamento da un paese all'altro) fosse il caso più frequente, questa strategia ha permesso di includere ad esempio anche studi che affrontavano la migrazione interna, come il trasferimento dalle zone rurali a quelle urbane, quando ciò comportava un cambiamento sostanziale dell'ambiente alimentare e del contesto culturale;
- il secondo criterio era che lo studio doveva concentrarsi nello specifico sugli studi alimentari e sulle attività legate all'alimentazione che i migranti svolgono a seguito dello spostamento. Il cibo e le pratiche alimentari dovevano essere centrali per lo studio.

I criteri di esclusione**,** anch'essi discussi e definiti all'interno del gruppo previo l'inizio dell'analisi, erano legati alla mancanza di un focus diretto sul tema della migrazione in relazione al cibo, che era l'obiettivo principale della ricerca; argomenti identificati come non rilevanti per la domanda di

ricerca, come ad esempio studi con focus principale sull'alimentazione e la nutrizione; studi relativi al consumo rispetto al marketing; studi sul cambiamento del sistema alimentare a livello urbano o relativi all'economia urbana; studi che mettono in relazione il sistema alimentare e il suo funzionamento e le sue tecnologie; studi biografici e/o con un approccio storico-religioso; studi di analisi linguistica e/o semiotica. Sono stati inoltre esclusi gli studi relativi al lavoro e allo sfruttamento nel settore agroalimentare e quelli relativi alla sicurezza alimentare (intesa sia come *food security* che come *food safety*).

Procedura di estrazione e sintesi dei dati

L'estrazione dei dati è stata condotta simultaneamente in ciascun database in una giornata di fine ottobre 2023 e gli articoli sono stati tutti importati nella piattaforma Ryyan (Ouzzani et al., 2016). Questa piattaforma è stata utilizzata per valutare gli articoli da parte di due dei coautori (MA e VR) in modalità di doppio cieco. La fase iniziale ha comportato la selezione degli articoli a partire dai titoli e dagli abstract e sono stati esclusi gli articoli che non soddisfacevano strettamente i criteri di inclusione. Nella fase successiva, la lettura integrale del testo degli articoli rimanenti ha portato ad un'ulteriore esclusione degli articoli che soddisfacevano i criteri di esclusione, di cui non si è riusciti a recuperare il testo integrale o che si sono rivelati non pertinenti alla domanda di ricerca. Un terzo autore, in qualità di supervisore, ha risolto eventuali disaccordi. Durante il processo di revisione e di lettura integrale approfondita della letteratura, si è reso necessario ampliare le categorie per specificare i criteri di esclusione e rendere la revisione quanto più possibile precisa. Il processo di classificazione è stato condotto in maniera iterativa, con l'obiettivo di giungere alla definizione del modulo finale di estrazione dei dati, come rappresentato nel diagramma di flusso PRISMA nella figura 6.

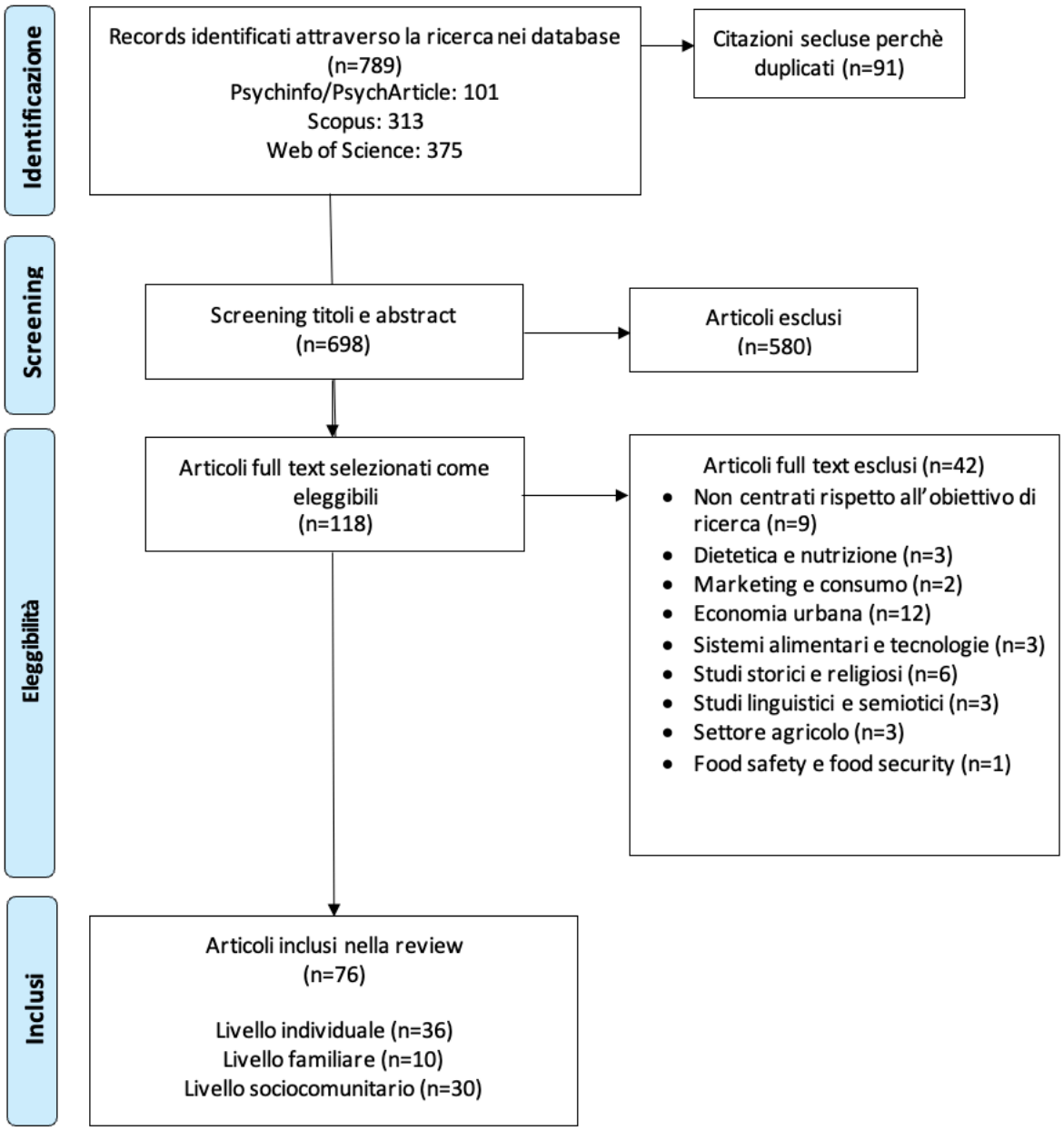


Figura 6 Diagramma di flusso PRISMA che illustra il processo di selezione degli studi inclusi nella revisione.

Sintesi dei dati e analisi

È stata condotta un'analisi tematica per identificare i temi chiave emersi dal corpus di letteratura selezionato (Terry et al., 2017). L'analisi è stata effettuata manualmente utilizzando il metodo carta e penna. I codici chiave sono stati annotati direttamente nella piattaforma RAYYAN per ogni articolo incluso e discussi tra gli autori durante tutto il processo. L'analisi tematica è stata inizialmente guidata da un approccio aperto e induttivo e successivamente organizzata in maniera strutturata utilizzando un elenco di temi con il fine di costruire un quadro di riferimento ordinato e riassuntivo degli articoli estratti (Ritchie et al., 2013). Tutti gli autori hanno contribuito all' etichettatura tematica finale e qualsiasi disaccordo è stato risolto collettivamente attraverso la discussione (Noble & Smith, 2015).

Dopo la fase di codifica induttiva, gli articoli sono stati raggruppati secondo il modello socio-ecologico, che fornisce il quadro di riferimento per comprendere e descrivere i molteplici livelli di un sistema sociale e le interazioni tra gli individui e l'ambiente all'interno di questo sistema (Bronfenbrenner, 1979; Kumar et al., 2012). Questo modello è stato ampiamente utilizzato in studi che hanno esaminato le abitudini e i comportamenti alimentari (Amore et al., 2019; Sogari et al., 2018). La sintesi e l'analisi che si presenteranno sono state condotte coerentemente al quadro del disegno di ricerca sui tre livelli già menzionati: intrapersonale (individuale), interpersonale (nucleo familiare) e socio-comunitario. Quando e se un articolo ha affrontato più livelli, esso veniva assegnato al livello maggiormente enfatizzato e centrale nello studio originale.

Risultati

In questo lavoro, il modello socio-ecologico viene utilizzato come lente per esporre i risultati chiave emersi dalla revisione della letteratura relativa al cibo e alla migrazione. Il modello funge da guida per analizzare le interrelazioni tra le dimensioni relazionali, esperienziali e identitarie delle pratiche alimentari.

Come si evince dal diagramma di flusso presentato in figura 5, la ricerca nelle diverse banche dati aveva individuato un totale di 789 articoli; dopo aver eliminato i duplicati, ne sono rimasti 698. Di questi sono stati esaminati nel dettaglio i titoli e gli abstract, sono stati poi selezionati 118 articoli per la revisione del testo completo. Di questi ultimi, 76 articoli soddisfacevano i criteri di inclusione e sono stati inclusi in questa revisione diventando parte del corpus di riferimento.

Nel complesso, si registra una prevalenza di studi individuali (n =36; 47,4%), seguiti da studi incentrati sulla comunità (n =30; 39,5%) e da una minoranza di studi aventi come focus il contesto di vita familiare (n =10; 13,1%).

Una panoramica completa delle caratteristiche descrittive principali degli studi inclusi, quali il disegno dello studio, l'obiettivo analitico, la tipologia dei migranti e la rappresentanza geografica, è fornita nella tabella 3.

Variabile		Individuale	Familiare	Comunitario	n	%
Study Design	Studi qualitativi	30	6	29	65	85,5
	Studi quantitativi	4	1	0	5	6,5
	Studi mixed methods	2	3	1	6	8
Tipo di migrazione	Rifugiati/richiedenti asilo	5	1	10	16	21
	Migrazioni interne	0	2	0	2	2,5
	Non specificato	23	6	13	42	55
	Diaspora	3	0	2	5	6,5
	Volontario	1	0	2	3	4,5
	Migrazioni lavorative	2	0	0	2	2,5
	Altro*	2	1	3	6	8
Contesto geografico dello studio**	Europa	15	3	13	31	40,8
	Nord America	10	3	1	14	18,4
	Sud America	3	2	3	8	10,5
	Asia	2	1	4	7	9,2
	Oceania	3	1	2	6	7,9
	Africa	1	0	1	2	2,6

*Altre categorie: migranti recenti, coloni, studenti etc.
** Alcuni studi non sono inclusi nella tabella poiché consistono in analisi storiche, revisioni della letteratura o riflessioni teoriche e quindi non forniscono dati empirici adatti alla categorizzazione descrittiva.

Tabella 3 Caratteristiche descrittive degli studi inclusi

Le sezioni seguenti presenteranno dettagliatamente i risultati di ciascuno dei tre livelli di analisi considerati.

Analisi a livello individuale

Questa sezione sintetizza i principali risultati emersi dalla letteratura esaminata in merito alle dinamiche a livello individuale nella relazione tra migrazione e pratiche alimentari. La tabella 4 riassume tutti gli studi inclusi nella revisione che si sono concentrati su questo specifico livello di analisi.

Riferimento	Tipo di studio	Metodo di studio e partecipanti	Principali risultati
Hun et al. 2022	Quantitativo	Beck Anxiety Inventory (BAI), Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ), Smith Acculturation Stress Scale, Multigroup Ethnic Identity Scale (MEIM). 959 immigrati colombiani in Cile.	L'effetto del mangiare emotivo è in parte mediato dall'identità etnica. Si può osservare che lo stress da acculturazione e il mangiare emotivo mediano in parte l'effetto del mangiare controllato, mentre l'assunzione esterna ha un effetto diretto. L'ansia esercita un'influenza diretta su tutte le dimensioni, con l'identità etnica che funge da fattore protettivo contro il mangiare emotivo e lo stress da acculturazione.
Kwon & Adams 2022	Qualitativo	Interviste approfondite e semi-strutturate con 38 immigrati recenti in due città dell'Ontario	Le conseguenze della migrazione sull'esperienza di acculturazione degli immigrati a una nuova cultura alimentare sono molteplici. Ciò varia a seconda dei fattori culturali ed economici. Alcuni immigrati mantengono la loro dieta tradizionale anche in circostanze difficili, mentre altri integrano le abitudini alimentari del paese ospitante.
Soltani, 2021	Qualitativo	Sono state condotte interviste individuali semi-strutturate con 22 donne migranti iraniane residenti a Londra.	Il cibo non è solo una necessità fondamentale, ma anche un mezzo per promuovere il benessere psicologico, con significati profondi legati alla preparazione e al consumo dei piatti tradizionali. La dieta iraniana, che viene mantenuta ma adattata per essere più sana, rappresenta un legame con la cultura d'origine e la salute. Tuttavia, alcune donne ricorrono all'eccesso di cibo come strategia di coping.
Iradukunda et al., 2022	Qualitativo	Photovoice 11 donne africane incinte negli Stati Uniti	La transizione alimentare come processo in tre fasi. 1) Perplessità 2) Deliberazione e 3) Accettazione. I partecipanti scelgono le opzioni alimentari che ritengono più simili ai cibi dei loro paesi d'origine. La dieta più comune era la “dieta africana” d'origine.
Ranta & Nancheva, 2019	Mixed methods	19 interviste semistrutturate, due focus groups (n = 12) and due surveys (n = 99 and n = 275).	Il contesto migratorio favorisce la promozione e il mantenimento dell'identità attraverso il cibo, spesso esemplificato nella vita quotidiana. La preparazione e il servizio della banitsa bulgara riflettono questo cambiamento nell'appartenenza dei migranti.
Hun et al., 2022	Quantitativo	976 migranti colombianti in Cile.	L'identità etnica potrebbe svolgere un ruolo protettivo nello sviluppo di comportamenti alimentari anomali. Il cibo potrebbe diventare un aspetto fondamentale dell'identità etnica perché è una parte materiale della cultura e delle peculiarità di una zona.
Sprague Martinez et al., 2022	Qualitativo	Metodi qualitativi misti: discussioni di gruppo riflessive e non strutturate e photovoice 42 immigrati dominicani a Boston.	Dopo la migrazione, mangiare è diventata un'attività frettolosa e superficiale che coinvolge meno persone e meno socializzazione. Le politiche che promuovono l'equilibrio tra vita lavorativa e vita privata possono avere importanti implicazioni sulle abitudini alimentari delle nuove comunità di immigrati.
Mandelbaum et al., 2019	Qualitativo	Interviste approfondite 27 donne libanesi e ghanesi in un campo profughi	Sette fattori che influenzano le abitudini alimentari dei rifugiati liberiani e dei ghanesi: sostegno sociale, disponibilità di cibo, conoscenze nutrizionali, credenze culturali sul cibo, accesso al cibo, preparazione del cibo e identità nazionale. L'educazione alimentare, la disponibilità di cibo e l'accesso al cibo dovrebbero essere affrontati con programmi sensibili alle differenze culturali rivolti sia ai rifugiati che alle comunità ospitanti.
Nakamura, 2020	Qualitativo	Etnografia, interviste semi-strutturate e osservazione partecipante 40 rifugiati provenienti dalla Cambogia e dal Vietnam residenti in Malesia.	Consumare il cibo insieme cancella le divisioni socio-culturali e promuove la coesione. Mangiare cibi tradizionali permette ai rifugiati di ricordare il passato e di articolare i confini dell'identità etnica nel nuovo ambiente.
Knight & Shipman, 2020	Qualitativo	Autoetnografia co-costruita/Duoetnografia Migrazioni contemporanee tra Australia e Regno Unito	I giovani migranti sono più aperti mentalmente e si adattano al contesto locale. Il cibo e i processi di produzione alimentare domestica sono fondamentali per creare legami con le nuove città ospitanti e rimodellare le identità personali, nazionali e globali.

San Mauro Martín et al., 2021	Quantitativo	Sondaggio online auto-somministrato composto da 70 domande. 297 immigrati cinesi residenti nella Comunità di Madrid, Spagna.	A seguito della migrazione, i cinesi hanno cambiato le loro abitudini alimentari a causa di molti fattori, tra cui la disponibilità di cibo, il livello di reddito, la salute, le credenze alimentari, le leggi alimentari e la religione, i modelli culturali e le usanze, l'età, la regione di origine e l'occupazione.
Phan & Stodolska, 2020	Qualitativo	Interviste approfondite 23 immigrati messicani residenti nel Midwest degli Stati Uniti	I migranti desiderano mantenere la dieta tradizionale, ma esistono numerosi ostacoli, quali la disponibilità di cibo, l'ambiente, le infrastrutture locali e la scarsa disponibilità di cibo. Frustrazione e disagio percepito nel tentativo di riprodurre i pasti a cui erano abituati in Messico.
Al-Sayed & Bieling, 2020	Mixed methods	Interviste semi-strutturate e scala di soddisfazione della vita correlata all'alimentazione e soddisfazione della vita 34 rifugiati siriani in Germania	Dopo la migrazione, fare la spesa e preparare i pasti sono diventati compiti intermittenti e noiosi, in gran parte privi di qualsiasi qualità di svago o piacevole anticipazione
Sayadabdi & Howland, 2021	Qualitativo	Osservazioni etnografiche e interviste 78 iraniani in Nuova Zelanda	Il benessere legato al cibo coinvolge aspetti emotivi e cognitivi relativi all'acquisto, alla preparazione, al consumo e al post-consumo del cibo. La soddisfazione di vita associata al cibo è legata alla disponibilità e all'accessibilità del cibo, alla salute fisica, alle emozioni positive, all'esperienza sensoriale, alle relazioni sociali e alla soddisfazione di vita complessiva. Questa comprensione può guidare le strategie per promuovere il benessere dei rifugiati in situazioni di conflitto e sfollamento.
Senulienė, 2021	Qualitativo	Analisi narrativa dei testi di cucina degli emigranti lituani negli Stati Uniti.	I migranti iraniani hanno sperimentato un habitus di divisione che ha portato alla riflessività rispetto alla loro identità. Dopo la migrazione, scelgono di andare in ristoranti tradizionali e partecipare a rituali collettivi legati alle pratiche alimentari che rafforzano il loro senso di appartenenza nazionale. Il cibo svolge un ruolo centrale nel mantenimento dell'identità iraniana e nel farsi conoscere dagli altri.
Sigrist & Michaud, 2023	Qualitativo	Etnografia sul campo. 36 immigrati brasiliani in Francia	La cucina lituana è sopravvissuta, subendo modifiche e adattamenti, ma mantenendo un legame con le sue radici culturali. La lingua lituana ha perso importanza, ma la preparazione dei piatti tradizionali rimane un'espressione duratura dell'identità etnica. Infine, la pubblicazione di ricette lituane in America ha contribuito a preservare l'identità e a rafforzare le comunità lituane nella diaspora.
Fontefrancesco et al., 2019	Qualitativo	Interviste semi-strutturate 104 migranti albanesi e marocchini di prima e seconda generazione in Italia	Gli albanesi tendono all'acculturazione e all'imitazione sociale italiana, mantenendo una doppia identità, mentre i marocchini resistono culturalmente, preservando le tradizioni culinarie e cercando un equilibrio tra le due culture. Le differenze emergono nei modelli di approvvigionamento degli ingredienti, nel commercio transnazionale, nella presenza di mercati etnici e nell'accesso ai servizi sanitari.
Abdallah et al., 2019	Qualitativo	Etnografia: osservazione partecipante, focus group e interviste semi-strutturate Migranti libanesi a Londra	Il radicamento si manifesta attraverso i ristoranti libanesi, mentre il legame ideale con il Libano viene mantenuto attraverso la cucina casalinga. L'ospitalità e il cibo sono utilizzati per la sopravvivenza culturale e la costruzione dinamica dell'identità.
Rule et al., 2022	Qualitativo	Interviste descrittive e contestualizzate, dati osservazionali, focus group 16 cinesi ed europei a Vancouver	L'acculturazione alimentare avviene attraverso le fasi di aggiunta, integrazione e sostituzione di nuovi alimenti nelle pratiche quotidiane, pubbliche e festive. Questo processo multidirezionale influenza le transizioni alimentari. Proposta di modello esplorativo.

Sayadabdi & Howland, 2023	Qualitativo	Interviste e osservazioni 25 partecipanti iraniani in Nuova Zelanda	Dopo la migrazione, le donne vedono il cibo e la cucina come un'opzione e non come un dovere. Il loro capitale culinario conferisce status e potere, influenzando l'identità e i valori culturali. La cucina diventa uno strumento di potere sociale e simbolico, che consente alle donne di affermare il loro ruolo familiare e preservare le tradizioni nella diaspora, con la conoscenza culinaria tradizionale come segno di uno status distintivo.
Turkoglu et al., 2020	Qualitativo	Interviste semi-strutturate 11 lavoratori migranti in Inghilterra	Il cibo sul posto di lavoro è percepito come malsano e poco salutare, mentre al di fuori del contesto lavorativo il consumo di cibi tradizionali è una risposta emotiva all'insoddisfazione.
Garcia & Martina, 2022	Qualitativo	Interviste approfondite, osservazioni partecipative e non partecipative 11 migranti dalla Bolivia a Córdoba	La migrazione vista attraverso la lente della nutrizione è considerata un'opportunità in cui le donne diventano agenti attivi nelle decisioni relative alla salute della loro famiglia, portando avanti le tradizioni della loro origine.
Al-Sayed & Bieling, 2022	Qualitativo	Interviste semi-strutturate 34 rifugiati siriani in Germania	Forte legame con la vita passata legata al cibo e confronto costante tra ciò a cui sono abituate e ciò che è attualmente a loro disposizione nel nuovo ambiente alimentare. Il cibo è importante per costruire nuovi ponti con la comunità ospitante ed esprimere identità sociali.
Phan & Stodolska, 2019	Qualitativo	Interviste semi-strutturate 23 immigrati messicani residenti nel Midwest degli Stati Uniti	I migranti preparano i cibi della loro cultura sia in modo tradizionale che in modi nuovi, escludendo altri cibi della loro
Prato et al., 2021	Qualitativo	Storie di vita 7 migranti colombiani	cultura che potrebbero non essere disponibili nel paese ospitante.
Banini & Tabai, 2023	Qualitativo	Interviste online strutturate 58 brasiliani in Italia	Le qualità del cibo erano fortemente legate alle identità culturali e alle pratiche di origine e facilitavano lo sviluppo di un nuovo senso di appartenenza.
Bowen et al., 2023	Qualitativo	Interviste semistrutturate longitudinali 23 partecipanti messicani nella Carolina del Nord	Le abitudini alimentari tradizionali vengono mantenute e adattate per ricreare un senso di appartenenza; i sentimenti di nostalgia spesso associati ai cibi tradizionali e alle nuove ricette portano alla creazione di nuove versioni dei cibi tradizionali.
Protassova &Yelenevskaya, 2023	Qualitativo	Etnografia: interviste approfondite, saggi di immigrati e discussioni di gruppo Migranti russi in Finlandia, Germania, Israele e Svizzera.	Le madri immigrate hanno adattato e mantenuto le pratiche tradizionali resistendo alla cultura alimentare dominante, assumendosi rischi strategici e facendo compromessi per garantire cibo sufficiente e appropriato alle loro famiglie.
Razor, 2023	Qualitativo	Analisi di un libro di ricette che racconta il viaggio del protagonista russo negli Stati Uniti.	I temi principali includono la nostalgia del cibo, la sperimentazione di ricette familiari con nuovi ingredienti, la valutazione dei piatti tradizionali del paese ospitante e la rivalutazione della cucina russa. Gli immigrati cercano il cibo giusto nel nuovo paese e desiderano mostrare agli altri il meglio della loro cucina. Il cibo riflette la ricerca di una nuova identità ibrida.
Brightwell, 2021	Qualitativo	Etnografia e interviste semi-strutturate 30 partecipanti brasiliani a Londra	La fusione culinaria sperimentata dopo la migrazione riflette il processo di adattamento al nuovo ambiente. Parlare di cucina significa raccontare una storia complessa sulla migrazione, la resilienza e il potere del cibo di creare legami culturali e personali.
Dinmohamed, 2023	Qualitativo	Etnografia e interviste semi-strutturate 45 partecipanti provenienti dalla Repubblica Dominicana nei Paesi Bassi.	Il cibo ricorda la casa dopo la migrazione e può anche evocare ricordi dolorosi, evidenziando le sfide dell'appartenenza. La ricerca del conforto attraverso il cibo varia a

			seconda dell'origine nazionale e delle politiche migratorie del paese ospitante, ma rimane un modo significativo per affrontare le sfide della vita quotidiana dei migranti.
Zahari et al., 2019	Quantitativo	Questionario: dati sociodemografici, acculturazione alimentare, identità alimentare 234 partecipanti cinesi a Malacca	Il cibo d'origine come pratica domestica importante o come parte della propria identità, ma non necessario alla vita quotidiana o privo di valore specifico. Il cibo tradizionale rimane centrale durante le celebrazioni e le festività.
Ghimire & Barry, 2020	Qualitativo	Etnografia e interviste semi-strutturate 13 partecipanti nepalesi in Australia	I risultati indicano che l'influenza culinaria dei Baba Nyonya altera in modo significativo l'identità alimentare, offrendo spunti di riflessione sul rapporto tra diversità culturale, cucina e identità alimentare in ambienti multietnici.
Arriaga, 2023	Quantitativo	Photovoice	Le donne stanno sperimentando ruoli nuovi, più autonomi e potenzialmente più responsabilizzanti, che potrebbero influenzare i loro ruoli futuri, evidenziando cambiamenti significativi nelle responsabilità domestiche e nell'equilibrio di genere.
Pechurina, 2020	Qualitativo	Interviste 32 partecipanti russi residenti nel Regno Unito	Il cibo come metafora rizomatica, connessioni tra i corpi dei migranti e la loro realtà sociale. La cucina ha il potere di promuovere il benessere e la connessione in contesti di alienazione.
Fuster & González, 2019	Qualitativo	Interviste semi-strutturate Ispanici caraibici a New York	Il cibo come oggetto diasporico riflette le esperienze migratorie, costruendo l'identità e il senso di appartenenza attraverso significati dinamici e pratiche emotive.

Tabella 4: Tabella riassuntiva degli studi inclusi a livello individuale

I dati rivelano come vari fattori sociodemografici, culturali, psicologici e contestuali influenzano le trasformazioni legate all'alimentazione vissute dai migranti, evidenziando sia le sfide che le strategie di adattamento nella loro vita quotidiana.

In primo luogo, la letteratura esaminata evidenzia alcune caratteristiche sociodemografiche a livello individuale, quali l'età, il genere, il livello di istruzione, il tempo trascorso nel paese di arrivo, il reddito, la religiosità e le tradizioni pre-migratorie, come fattori rilevanti. Dagli studi analizzati emerge che l'età è una caratteristica che determina una maggiore apertura alla sperimentazione alimentare (Iradukunda et al., 2022). I giovani migranti sono più propensi a cimentarsi in esplorazioni culinarie nel loro nuovo paese di residenza. Ciò potrebbe anche essere il risultato della pressione dei coetanei o del desiderio di integrarsi, poiché i giovani potrebbero aver trovato nel cibo un terreno comune con i coetanei per stringere nuove amicizie (Iradukunda et al., 2022). Tuttavia, questa tendenza può essere moderata e influenzata dal paese di origine e dalle tradizioni e abitudini alimentari pre-migrazione, nonché dalla forza del legame con la cultura alimentare di origine (Fontefrancesco et al., 2019; Kwon & Adams, 2022). Inoltre, negli studi esaminati, le donne sembravano le più propense a preservare e tramandare le tradizioni culinarie familiari (Ghimire & Barry, 2020). Alcune potrebbero essere soggette ad aspettative culturali di genere relative alle responsabilità domestiche, compreso il lavoro in cucina (Bowen et al., 2023; García & Martina, 2022). Tuttavia, alcuni studi hanno suggerito che dopo la migrazione, le pratiche alimentari possono rappresentare un'importante opportunità per ridefinire i ruoli socialmente attribuiti alle donne (Ghimire & Barry, 2020; Sayadabdi & Howland, 2023). La necessità di affrontare nuove sfide quotidiane può portare le donne migranti a esplorare altre dimensioni del loro potenziale e a sviluppare un senso di empowerment attraverso la cucina (Ghimire & Barry, 2020). Inoltre, il livello di istruzione sembra influenzare la percezione del cibo come mezzo di esplorazione e adattamento. Gli individui con livelli di istruzione più elevati tendono ad essere più aperti e meno timorosi nei confronti delle nuove influenze gastronomiche e delle pratiche culinarie (Banini & Tabai, 2023; Dinmohamed, 2023). Anche la durata della residenza nel paese ospitante gioca un ruolo importante nell'adattamento alle abitudini alimentari locali (San Mauro Martín et al., 2021). Gli individui tendono ad adottare gradualmente gusti e preferenze che riflettono l'ambiente culinario circostante, influenzati da un contemporaneo aumento delle interazioni sociali con la comunità ospitante. Inoltre, lo status economico e le disparità di reddito possono avere un impatto significativo sulle scelte alimentari (Kwon & Adams, 2022). Le persone con risorse finanziarie limitate possono avere un accesso limitato ai cibi familiari del loro paese d'origine, spesso perché i cibi importati sono significativamente più costosi. Infine, le credenze religiose spesso determinano quali alimenti sono considerati accettabili o proibiti (Al-Sayed & Bieling, 2020). Le tradizioni culinarie tramandate dalle generazioni precedenti

possono avere forti legami emotivi e identitari per i migranti, fornendo un importante punto di riferimento culturale e identitario (Rule et al., 2022; Sayadabdi & Howland, 2021).

In secondo luogo, la letteratura suggerisce che a livello individuale, i migranti esprimono generalmente il desiderio di preservare le tradizioni culinarie del loro paese d'origine (Dinmohamed, 2023; Pechurina, 2020; Ranta & Nancheva, 2019; Soltani, 2021). Molti esprimono un forte desiderio di mantenere le proprie tradizioni, anche se spesso questo desiderio è relegato alla sfera domestica (Protassova & Yelenevskaya, 2023; Ranta & Nancheva, 2019). Al contrario, i nuovi cibi associati alle cucine di altri gruppi etnici vengono assaggiati nei ristoranti o a casa di amici (Rule et al., 2022). Inoltre, procurarsi gli ingredienti familiari è spesso una sfida significativa. I migranti possono investire notevoli sforzi nella ricerca di ingredienti tipici del loro paese d'origine. Ciò può comportare viaggi lunghi e costosi in negozi specializzati o mercati etnici, sottolineando il profondo valore simbolico associato a determinati alimenti (Al-Sayed & Bieling, 2020; Iradukunda et al., 2022; Phan & Stodolska, 2020; Ranta & Nancheva, 2019; Rule et al., 2022). Molti dedicano una parte significativa del loro tempo quotidiano alla preparazione di un piatto tipico della loro cultura d'origine, considerandolo di primaria importanza (Soltani, 2021). Alcuni migranti trovano persino strategie alternative per garantire l'accesso agli ingredienti tipici coltivandoli da Sé, come verdure ed erbe aromatiche, nei propri giardini o balconi o addirittura affittando terreni agricoli per aumentare la produzione di prodotti tipici. In alcuni casi, queste pratiche si evolvono in vere e proprie attività commerciali, con la creazione di piccole imprese agricole o la fornitura di prodotti agricoli locali (Sigrist & Michaud, 2023). Nonostante queste considerazioni, tuttavia, la letteratura non è uniforme e presenta prospettive diverse (Dinmohamed, 2023; Zahari et al., 2019). Alcuni studi indicano che i migranti mantengono con grande tenacia le tradizioni culinarie di origine, riflettendo una strategia di adattamento al nuovo contesto di arrivo. Altri suggeriscono una piena integrazione nelle pratiche alimentari del paese ospitante, in linea con l'assimilazione culinaria. Altri ancora descrivono tentativi di bilanciare entrambe le tradizioni adottando pratiche alimentari ibride e biculturali, che possono essere interpretate come forme di integrazione seguendo il modello di acculturazione di Berry (1980).

In terzo luogo, la salute e il benessere sono emersi come fattori aggiuntivi che influenzano le scelte alimentari a livello individuale (Al-Sayed & Bieling, 2022; Hun et al., 2022; Kwon & Adams, 2022; Soltani, 2021). Non è raro che i migranti considerino il cibo del loro paese d'origine più sano di quello che trovano nel paese di destinazione (Turkoglu et al., 2020). La capacità di preparare piatti tipici della loro tradizione di origine può aumentare il senso di autoefficacia e di empowerment dei migranti, conferendo loro un senso di controllo e autonomia (Ghimire & Barry, 2020). Al contrario, il cibo può diventare una strategia di coping per affrontare le sfide emotive e psicologiche più complesse legate

al percorso migratorio, che possono portare a conseguenze negative per la salute (Sprague Martinez et al., 2022).

Infine, a livello individuale, il processo migratorio può trasformare il significato e l'esperienza legati al cibo (Razor, 2023). Le abitudini alimentari che prima erano piacevoli possono diventare gravose o impegnative, in particolare nel contesto della complessa gestione quotidiana del cibo di fronte a nuove condizioni di vita (Phan & Stodolska, 2020). Inoltre, nel caso dei migranti rifugiati, il consumo di cibo può evocare ricordi traumatici del passato e amplificare i sentimenti di perdita e di spaesamento (Al-Sayed & Bieling, 2020; Banini & Tabai, 2023; Mandelbaum et al., 2019; Nakamura, 2020). La nostalgia per i piatti tradizionali può essere particolarmente intensa per coloro che sono costretti a lasciare il proprio Paese a causa di conflitti o persecuzioni, aggiungendo così un ulteriore grado di complessità emotiva al processo di adattamento alla nuova realtà a livello individuale (Arriaga, 2023). Nel loro insieme, questi risultati restituiscono un quadro articolato delle dinamiche che agiscono a livello individuale nel modellare le scelte alimentari. La varietà dei fattori emersi e dei vissuti considerati suggerisce, di conseguenza, la necessità di adottare approcci ai processi di inclusione e sostegno capaci di tenere conto delle esperienze e delle esigenze individuali.

Analisi a livello familiare

Questa sezione presenta i principali risultati degli studi che hanno analizzato il ruolo delle pratiche alimentari all'interno delle dinamiche familiari nei contesti migratori. La tabella 5 riassume tutti i contributi inclusi che hanno affrontato il livello di analisi familiare.

Riferimento	Tipo di studio	Metodo di studio e partecipanti	Principali risultati
Kwon & Adams, 2022	Qualitativo	Interviste semi-strutturate. 23 partecipanti immigrati in Canada.	I ruoli di genere legati all'alimentazione sono più evidenti a causa della migrazione, che richiede alle madri un notevole impegno cognitivo per garantire pasti sani. La migrazione influisce sulla divisione dei compiti alimentari all'interno della famiglia.
Castro & Fabron, 2019	Mixed methods	Etnografia sul campo, interviste approfondite, osservazioni Argentina	Le famiglie subiscono importanti cambiamenti nelle abitudini alimentari a causa della migrazione, che possono portare a un deterioramento della salute.
Mude & Nyanhanda, 2023	Qualitativo	Interviste 15 partecipanti Madri migranti dell'Africa subsahariana con figli in età scolare nel South Australia	Le famiglie cercano di mantenere le loro abitudini alimentari tradizionali, ma devono anche modificarle; i loro figli richiedono sempre più spesso cibi occidentalizzati. L'ambiente alimentare, i sistemi alimentari, l'accesso e la scarsità di cibi tradizionali in Australia hanno influenzato i modelli e le abitudini alimentari dei partecipanti.
Castro et al., 2022	Mixed methods	Etnografia sul campo e partecipazione alle attività locali. Analisi di database e social network. Argentina	I risultati mostrano che le famiglie cercano di mantenere i modelli alimentari tradizionali, ma sostituiscono gli ingredienti a causa dell'industria alimentare. Il cibo permette loro di formare nuove alleanze alimentari tra famiglie di migranti provenienti da diverse aree.
Darmon & Warde, 2019	Qualitativo	Interviste 14 coppie transnazionali miste anglo-francesi, metà delle quali vive in Francia e metà in Inghilterra.	Le abitudini alimentari tradizionali di ciascun partner persistono nel contesto migratorio e collegano i modelli sociali e le convenzioni all'esperienza quotidiana. La famiglia transazionale concepisce le nuove abitudini alimentari come parte di un progetto.
Trofholz et al., 2020	Qualitativo	Interviste 75 partecipanti di etnia Hmong, latina e somala residenti negli Stati Uniti	I genitori servono cibi tradizionali ai propri figli dopo la migrazione; tuttavia, hanno anche riferito che i figli hanno una forte influenza sulla decisione di servire cibi tradizionali o non tradizionali. I genitori permettono ai propri figli di mangiare cibi non tradizionali quando necessario per renderli felici.
Calandre & Ribert, 2019	Mixed methods	Interviste e domande Famiglie migranti provenienti dal Mali e dal Marocco nell'Île-de-France (regione parigina)	Nelle famiglie migranti, i bambini riproducono alcune delle norme, delle rappresentazioni e delle pratiche dei loro genitori. Non esiste una transizione definitiva verso un modello alimentare che rompa con quello tradizionale e si sovrapponga a quello della società di residenza. Gli stili alimentari sono modellati e trasformati dal cambiamento delle situazioni familiari, dalle caratteristiche socioculturali e dalle risorse economiche.
Dreby et al., 2019	Qualitativo	Studio in due fasi: 80 interviste a madri migranti e 110 bambini + osservazioni; 30 interviste. Famiglie migranti dal Messico agli Stati Uniti.	Le risorse e l'identità di classe sociale dopo la migrazione influenzano le pratiche alimentari della famiglia. I bambini delle famiglie con uno status socioeconomico basso influenzano gli acquisti alimentari per simboleggiare l'appartenenza allo stile alimentare americano.
De Guzman, 2021	Qualitativo	Etnografia 4 famiglie di migranti filippini a Hong Kong	La pratica della cucina tradizionale evoca un senso di identità e di casa, anche se può essere influenzata dalla mancanza di alcuni ingredienti tipici, riflettendo una forma di ricostruzione del concetto di “casa” nel contesto migratorio. Per i genitori è molto importante che i loro figli mantengano queste tradizioni.
Cesnuityte, 2020	Quantitativo	Questionario standardizzato di 100 domande 406 partecipanti lituani con esperienza migratoria	Le pratiche alimentari a livello familiare svolgono un ruolo cruciale nella formazione e nella coesione della famiglia, sia a livello nazionale che transnazionale.

Tabella 5: Tabella riassuntiva degli studi inclusi a livello familiare

La tabella 5 evidenzia come le abitudini alimentari delle famiglie siano influenzate dagli scambi e dalle influenze intergenerazionali nel rapporto con i figli, dai ruoli di genere, dalle negoziazioni transnazionali e dalle celebrazioni, tutti elementi che riflettono la costante e ampia tensione tra continuità e trasformazione all'interno delle famiglie migranti.

In primo luogo, gli studi condotti a livello familiare tendono a sottolineare il forte desiderio dei genitori che i propri figli conoscano e apprezzino i cibi tradizionali tipici del paese d'origine (Calandre & Ribert, 2019; Trofholz et al., 2020; Mude & Nyanhanda, 2023; Trofholz et al., 2021). Tuttavia, questo aspetto è posto in dialogo con le abitudini, i cibi e lo stile alimentare che si incontrano nel paese di arrivo. È infatti inevitabile che i bambini migranti entrino precocemente in contatto con le abitudini culturali e alimentari del paese di arrivo; proprio in virtù della loro età, tale esposizione contribuisce ai processi di socializzazione e di acculturazione alimentare fin dalle prime fasi dello sviluppo, potendo favorire nel tempo una preferenza per i cibi locali, anche attraverso l'interazione quotidiana con i coetanei (Satia-Abouta et al., 2002).

Un secondo aspetto emergente a livello familiare è l'influenza della migrazione come fenomeno che mette in luce una marcata divisione del lavoro tra i sessi. Le donne in famiglia spesso si trovano ad affrontare un carico maggiore di responsabilità domestiche a causa della migrazione, e questo spesso può coincidere con l'incontro di ostacoli sistematici all'integrazione lavorativa (Kwon & Adams, 2022; Mude & Nyanhanda, 2023). In particolare, le donne spesso si fanno carico di un onere significativo nel fornire pasti sani alle loro famiglie, soprattutto pensando ai figli (Kwon & Adams, 2022). Le donne infatti è emerso che spesso si considerano "buone madri" proprio quando preparano ricette tradizionali per le loro famiglie, nonostante il tempo e lo sforzo considerevoli che ciò può comportare (Bowen et al., 2011).

In questo contesto, la revisione permette di distinguere un ulteriore livello di analisi, rilevante per la lettura delle dinamiche familiari: il ruolo centrale dei bambini nell'orientare i cambiamenti alimentari all'interno delle famiglie migranti (Trofholz et al., 2020). Infatti, l'età dei bambini e le loro interazioni quotidiane con i coetanei a scuola possono esporli a una molteplicità di culture alimentari, riducendo così il loro legame con le diete tradizionali delle loro famiglie d'origine. Inoltre, la crescente diversità culturale nelle società ospitanti può spingere i bambini migranti a sentirsi attratti da nuove esperienze culinarie e a desiderare di provare cibi al di fuori delle tradizioni familiari, contribuendo così alla trasformazione delle abitudini alimentari nel contesto familiare (Mude & Nyanhanda, 2023).

Le famiglie composte da coppie transnazionali – intese qui come nuclei familiari in cui i due partner hanno origini nazionali e percorsi migratori diversi tra loro – rappresentano un caso particolare in questo contesto, sottolineando una quarta caratteristica delle dinamiche alimentari nel contesto della migrazione familiare (Darmon & Warde, 2019). Questi gruppi familiari particolari si trovano ad

affrontare sfide internamente in materia di convivialità e adattamento alimentare, cercando di raggiungere un equilibrio tra le tradizioni alimentari personali del passato e le nuove realtà culturali del presente condiviso. Tali processi riflettono dinamiche di acculturazione che vanno oltre la semplice assimilazione o separazione, rappresentando invece strategie di integrazione in cui il patrimonio culturale e le nuove influenze si combinano attivamente per plasmare identità alimentari in evoluzione.

Un quinto aspetto saliente emerso dalla letteratura è il ruolo significativo svolto dalle celebrazioni nel contesto delle famiglie migranti (Cesnuityte, 2020). Le festività non sono solo occasioni di celebrazione, ma rappresentano anche opportunità per le famiglie migranti di riunirsi e rafforzare i legami interpersonali. Il cibo svolge un ruolo centrale anche durante questi eventi, poiché la preparazione e la condivisione dei piatti tradizionali in occasioni di celebrazioni particolari contribuiscono a riaffermare l'identità familiare e il patrimonio culturale (De Guzman, 2021). I pasti in queste occasioni favoriscono la coesione all'interno del nucleo familiare e mantengono i legami con i parenti nel paese d'origine attraverso la riproduzione dei piatti tipici. Inoltre, questi incontri spesso favoriscono l'occasione per condividere i pasti con altre famiglie dello stesso paese di origine nel nuovo paese, facilitando così anche la creazione di reti di sostegno reciproco e rafforzando una cultura alimentare condivisa all'interno della comunità migrante.

Analisi a livello socio-comunitario

Questa sezione presenta i principali risultati degli studi che hanno analizzato le pratiche alimentari a livello comunitario, mettendo in luce il loro intreccio con le dinamiche collettive e con i più ampi processi socioculturali nei contesti migratori. Le evidenze sintetizzate nella tabella 6 evidenziano come gli spazi legati al cibo, le iniziative comunitarie e le pratiche politiche influenzano il senso di appartenenza, il riconoscimento e la partecipazione dei migranti a livello comunitario.

Riferimento	Tipo di studio	Metodo di studio e partecipanti	Principali risultati
Vivas, 2019	Qualitativo	Interviste, analisi documentaria I rifugiati in Spagna	Il cibo rappresenta uno strumento adeguato per garantire un'accoglienza più efficace attraverso l'alimentazione. I programmi di inclusione per i rifugiati che includono il cibo sono una buona opportunità per migliorare la loro integrazione.
Zaccardelli & Cohen, 2021	Qualitativo	Analisi del caso I rifugiati in Italia	Il cibo è apertura/ospitalità o chiusura/rifiuto a livello comunitario, aprendo un ampio dibattito sull'identità, la vita umana e la moralità.
Miranda-Nieto & Boccagni, 2020	Qualitativo	Osservazione partecipante, interviste ed etnografia 20 ristoranti ecuadoriani a Madrid	I ristoranti nei paesi di origine producono un senso di casa e familiarità per i migranti. Trasmettono un senso di normalità, sicurezza e identificazione.
De Ruggero, 2019	Qualitativo	Analisi storica delle fonti letterarie e autobiografiche	Le culture culinarie svolgono un ruolo chiave nella definizione delle identità collettive etniche. I temi legati alla cucina sono molto ricorrenti nelle lettere.
Patgiri, 2022	Qualitativo	Autoetnografia, osservazione partecipante e non partecipante. 2 ostelli a Nuova Delhi e 60 interviste/conversazioni.	Condividere i pasti, mangiare lo stesso cibo, celebrare feste e occasioni speciali come cene speciali e serate in ostello fa sentire loro un senso di appartenenza alla comunità. All'interno della comunità, tuttavia, esistono vari gradi di gerarchia, inclusione ed esclusione.
Malberg Dyg et al., 2020	Qualitativo	Revisione di letteratura	La partecipazione a un orto comunitario (CG) ha un effetto positivo sulla costruzione di relazioni e legami sociali. I CG aiutano ad affrontare i problemi di salute e a migliorare il benessere. Possono essere un luogo costruttivo per la promozione della salute e le iniziative comunitarie.
Tat Shum, 2020	Qualitativo	Interviste e osservazioni partecipative 35 migranti africani a Hong Kong	I ristoranti tradizionali e i negozi di alimentari sono spazi che trasmettono socialità, ricordi, identità e percezioni di somiglianze e differenze. I migranti li rivendicano come centri di socialità e luoghi che li collegano ai loro paesi d'origine. Senso di comfort e familiarità e negoziazione-ricostruzione dell'identità.
Corrales-Øverlid, 2023	Qualitativo	Etnografia e storie di vita 35 partecipanti peruviani a Los Angeles	Gli spazi commerciali culinari nella comunità emergono come luoghi in cui gli immigrati possono negoziare una posizione sociale in un luogo che permette loro di sentirsi a casa.
Amir & Barak-Bianco, 2019	Qualitativo	Etnografia, interviste, dati secondari e analisi documentaria.	Il cibo come mezzo di sorveglianza e controllo per i richiedenti asilo. Le comunità di richiedenti asilo guardano al cibo etnico, alle tradizioni alimentari e ai ristoranti comunitari come fonte di conforto nella loro situazione e come punto di stabilità per preservare la loro identità etnica e rafforzare la loro vita personale e comunitaria.
Hamilakis, 2021	Qualitativo	Etnografia a lungo termine Isola di Lesbo	Ambivalenza del mangiare e dell'attraversare il confine: la fornitura ufficiale di cibo come forma di potere. Il cibo come mezzo per regolare il tempo e le routine quotidiane e come politica affermativa di vita e speranza.
Ariolfo, 2019	Qualitativo	Interviste e analisi fotografica Italia	Lo studio del panorama gastronomico della migrazione può essere un utile indicatore dell'integrazione culturale.
Kabanen, 2023	Qualitativo	Analisi archivistica	I ristoranti che servono piatti tipici della propria cultura o del proprio paese d'origine sono un'esperienza sicura e confortante, oltre che nostalgica dopo la migrazione.
Iglesias-Véjar et al., 2023	Qualitativo	Analisi metodologica partecipativa dei laboratori di cucina.	Il cibo come elemento chiave nella promozione dell'integrazione culturale e nel miglioramento dell'alimentazione e della salute. I partecipanti cercano di mantenere

		35 donne haitiane in Cile	le loro tradizioni alimentari, ma la disponibilità limitata di alcuni alimenti e le maggiori opportunità economiche consentono loro di acquistare e consumare alimenti locali.
Rivera-Navarro et al., 2020	Qualitativo	37 interviste semi-strutturate e 29 focus group Popolazione locale e immigrata in Spagna	Mancanza di contatti sociali tra immigrati e residenti autoctoni, che influisce sull'uso delle risorse urbane come gli spazi pubblici e i negozi di alimentari. I negozi di alimentari degli immigrati come luoghi fondamentali per la popolazione locale.
Gerodetti & Foster, 2023	Qualitativo	Interviste semi-strutturate 25 partecipanti migranti in Inghilterra	Il giardinaggio offre numerosi benefici: salute, interazione sociale, contatto con la natura, convivialità e sviluppo di un senso di autonomia e orgoglio. Il benessere culturale potrebbe essere considerato un'altra dimensione del benessere dei migranti.
Lugosi et al., 2023	Qualitativo	Analisi dell'osservazione non partecipativa rappresentazioni online e offline, interviste semistrutturate 35 partecipanti in Brasile	Gli imprenditori nel settore alimentare migrante costruiscono identità e benessere oltre a perseguire obiettivi finanziari. Le pratiche basate sul cibo e sull'ospitalità valorizzano le risorse culturali dei migranti, sfidando le opinioni altrui e creando spazi di empowerment. Diffondono rappresentazioni positive di se stessi e delle loro culture, contribuendo all'empowerment economico e sociale.
Caudwell et al., 2020	Qualitativo	Osservazione partecipante e 13 interviste semi-strutturate in Inghilterra	Concentrandosi su una serie di pranzi multiculturali, il cibo e la condivisione forniscono una sostanza significativa per generare accoglienza e convivialità.
Hultin et al., 2022	Qualitativo	Etnografia Siria	Il cibo nella vita dei rifugiati è un veicolo per raccontare storie e connettersi con la cultura d'origine, aiutando a delineare un senso di identità culturale e mantenendo vivi i legami con il paese d'origine.
Maguolo, 2019	Qualitativo	Etnografia Ristorante peruviano in Italia	Attraverso l'attività imprenditoriale legata al cibo, i migranti ottengono riconoscimento nella società ospitante e rivendicano la loro diversità. I piatti serviti sono selezionati per contrastare gli stereotipi negativi legati alla migrazione.
Webster & Forsberg, 2020 Book Chapter	Qualitativo	Interviste Migranti in Svezia	Le pratiche alimentari influenzano l'integrazione sociale ed economica dei migranti, con progetti che promuovono la condivisione e la creazione di imprese. Le donne migranti emergono come agenti attivi nella sfera alimentare, contribuendo all'integrazione. Il cibo crea connessioni e offre opportunità di integrazione culturale, inclusione nel mercato del lavoro e sviluppo. L'uso strategico del cibo può essere uno strumento efficace per l'integrazione.
Kudejira, 2021	Qualitativo	Etnografia, interviste, osservazioni partecipative Migranti dallo Zimbabwe al Sudafrica	Il cibo ha un significato sociale profondamente radicato attraverso il quale si esprimono le relazioni e i modi di appartenenza all'interno delle comunità di migranti. Costruisce l'identità di gruppo e la solidarietà sociale. Lo scambio di cibo tra migranti e popolazione locale sfuma i confini simbolici tra gruppi sociali non correlati.
Hughes, 2019	Qualitativo	Etnografia Rifugiati dal Myanmar all'Australia	Il cibo costruisce comunità resilienti e ricrea il proprio posto in un nuovo luogo. Il ruolo socioculturale del cibo è fondamentale per aiutare i rifugiati a stabilirsi.
Todorova, 2022	Qualitativo	Interviste, analisi di libri di cucina e sito web Hong Kong	Il cibo e la sua preparazione, se esaminati come eventi e prodotti della traduzione comunitaria, fungono da strumento di mediazione interculturale che consente ai rifugiati e ai richiedenti asilo di comunicare la loro cultura e negoziare il loro posto nella comunità locale stabilendo connessioni significative con la popolazione locale

Jubilado, 2020	Qualitativo	Etnografia, approccio esperienziale I filippini alle Hawaii	La cucina dei migranti è confinata alla casa, che è il luogo centrale della cultura filippina e delle attività comunitarie. Il cibo crea comunità e determina gli incontri con i membri della famiglia, i parenti, i vicini.
Grandi, 2023	Qualitativo	Studio di caso	La diversità gastronomica come risorsa per la coesione sociale. I governi possono diventare agenti di innovazione promuovendo pratiche alimentari interculturali che favoriscono la convivenza e il benessere della comunità.
Palutan & Schmidt, 2023	Qualitativo	Caso di studio sulle tecniche miste Italia	Il cibo contribuisce alla socialità e alla solidarietà tra i migranti, può costruire modelli di accoglienza e la filosofia alla base di tali modelli.
Starck & Matta, 2022	Qualitativo	Etnografia e interviste semi-strutturate Progetti in Germania	Il cibo influenza le relazioni tra migranti e locali creando opportunità per aggirare gli ostacoli sociali, economici e burocratici imposti.
Zumeta et al., 2022	Mixed methods	Questionario e interviste 204 partecipanti al questionario 106 partecipanti alle interviste 93 partecipanti al questionario	La partecipazione ad azioni alimentari comunitarie multiculturali influenza il benessere e l'empowerment collettivo degli immigrati e dei cittadini ospitanti. Queste azioni innovative sono strumenti necessari nelle società contemporanee per promuovere il cambiamento sociale e la trasformazione delle società ospitanti verso modelli sociali più collaborativi, prosociali e multiculturali.
Vélez, 2022	Qualitativo	Etnografia digitale I venezuelani in Colombia	Il cibo nel contesto della migrazione esprime la difesa dell'identità, delle rappresentazioni e del capitale sociale.
Verdasco, 2022	Qualitativo	Etnografia sul campo Danimarca	La pratica del mangiare emancipa i rifugiati dalla dipendenza gerarchica e influenza le identità e le relazioni di genere.

Tabella 6: Tabella riassuntiva degli studi inclusi a livello comunitari

In primo luogo, nei contesti urbani, la letteratura evidenzia la presenza di luoghi di ristorazione, come ristoranti e negozi di alimentari, come snodi vitali per la condivisione e la trasmissione delle tradizioni culinarie dei migranti. Questi luoghi non rappresentano solamente punti di vendita utili all'approvvigionamento, ma fungono anche da veri e propri spazi di interazione (Amir & Barak-Bianco, 2019; Kabanen, 2023; Tat Shum, 2020). È utile analizzare questi luoghi attraverso una triplice prospettiva: dal punto di vista dei proprietari, gestire un'attività nel settore alimentare non è solo un'opportunità economica, ma anche un mezzo per esprimere la propria identità culturale e connettersi con la comunità di origine (Amir & Barak-Bianco, 2019; Kabanen, 2023; Webster & Forsberg, 2020). Tuttavia, la gestione di ristoranti o negozi di alimentari può presentare sfide uniche, in particolare in termini di adattamento dell'offerta alle preferenze dei clienti locali (Corrales-Øverlid, 2023). In molti casi, i proprietari sono costretti a modificare le ricette tradizionali per renderle più appetibili nel nuovo contesto culturale (Lugosi et al., 2023). Ciò comporta spesso un compromesso tra autenticità e adattamento (Maguolo, 2019). Questo delicato equilibrio tra tradizione e innovazione può dare origine a tensioni all'interno della stessa comunità di migranti, poiché alcuni membri possono percepire questi cambiamenti come una compromissione della loro identità culturale a fini commerciali; dal punto di vista dei clienti con lo stesso background etnico, invece, i ristoranti e i negozi di alimentari che riflettono la loro cultura nel nuovo paese di residenza diventano luoghi di nostalgia e continuità culturale (Miranda-Nieto & Boccagni, 2020). In questi locali, i migranti possono ritrovare sapori e profumi che ricordano il loro passato, alimentando un senso di attaccamento emotivo alle loro comunità di origine (De Ruggiero, 2019; Hughes, 2019); infine dal punto di vista della comunità locale, la letteratura sottolinea come la percezione di questi esercizi alimentari varia: mentre alcuni apprezzano la diversità culinaria offerta dalla presenza dei ristoranti etnici, altri possono nutrire pregiudizi e stereotipi che potrebbero poi contribuire all'emarginazione delle comunità di migranti (Corrales-Øverlid, 2023; Rivera-Navarro et al., 2020; Starck & Matta, 2022). Alcuni studi hanno indicato in questo senso che la figura del proprietario gioca un ruolo chiave nell'influenzare questa percezione, poiché può influenzare la reputazione e l'accettazione del locale all'interno della comunità (Kudejira, 2021; Lugosi et al., 2023).

In secondo luogo, la letteratura identifica una serie di altri luoghi e attività alimentari basati sulla comunità, tra cui orti comunitari, corsi di cucina multiculturale e feste e festival culinari interculturali. Queste iniziative hanno ricevuto crescente attenzione nella letteratura accademica perché rappresentano strumenti per promuovere l'inclusione sociale e il benessere collettivo (Hughes, 2019; Iglesias-Véjar et al., 2023; Zumeta et al., 2022). Gli orti comunitari offrono uno spazio in cui i migranti possono coltivare prodotti che consentono loro di mantenere un legame con la terra e le pratiche agricole del loro paese d'origine (Gerodetti & Foster, 2023). Tuttavia, la ricerca indica anche

potenziali rischi associati a queste iniziative, tra cui la possibilità di escludere o emarginare determinati gruppi e la tendenza a idealizzare questi spazi come luoghi di armonia e inclusione quando, in realtà, possono essere soggetti a tensioni e conflitti interni (Malberg Dyg et al., 2020). Allo stesso modo, i corsi di cucina multiculturale e i festival culinari offrono opportunità legate al cibo per celebrare la diversità culinaria e promuovere il dialogo interculturale (Caudwell et al., 2020; Hughes, 2019). Tuttavia, la letteratura esistente indica che l'impatto di queste iniziative può variare notevolmente a seconda del contesto locale e delle dinamiche sociali: mentre alcuni eventi possono facilitare l'inclusione e la comprensione reciproca, altri possono sollevare stereotipi o escludere le comunità emarginate (Patgiri, 2022).

Infine, la letteratura indica che il cibo può essere un potente strumento per esercitare controllo e autorità a livello sociale. Nel contesto dei migranti rifugiati o richiedenti asilo, ad esempio, questa dinamica diventa particolarmente rilevante (Hultin et al., 2022; Palutan & Schmidt, 2023; Verdasco, 2022; Zaccardelli & Cohen, 2021). Se da un lato il cibo e le pratiche alimentari possono offrire ai rifugiati un senso di familiarità e conforto quando hanno la possibilità di scegliere le proprie abitudini alimentari, dall'altro possono anche essere utilizzati per limitare la loro autonomia e indipendenza (Amir & Barak-Bianco, 2019). Ad esempio, nei centri di accoglienza, i pasti spesso sono predeterminati senza pertanto poter dar spazio alle specificità culturali o serviti a orari prestabiliti, privando così i rifugiati della libertà di scelta e rendendoli dipendenti dall'assistenza fornita (Hamilakis, 2021). Ciò può avere profonde implicazioni per la loro autodeterminazione, oltre che influenzare la loro percezione dell'accoglienza e dell'inclusione nella società ospitante (Vélez, 2022). È evidente quindi come il cibo e le pratiche alimentari possono svolgere anche un ruolo significativo come simbolo di resistenza e potere all'interno dei movimenti attivisti e come mezzo tangibile e immediato per esprimere le proprie idee e promuovere la solidarietà all'interno della comunità (Patgiri, 2022; Todorova, 2022; Vivas, 2019). Il cibo condiviso diventa così anche un simbolo di comunità e un mezzo per evidenziare le disuguaglianze e le ingiustizie presenti nella società (Ariolfo, 2019; Grandi, 2023; Jubilado, 2020; Kudejira, 2021; Webster & Forsberg, 2020). In questo contesto, la preparazione e la distribuzione del cibo diventano pratiche quotidiane di resistenza che possono trasformare gli spazi pubblici in luoghi di dibattito politico e azione sociale.

Discussione

L'obiettivo principale di questa revisione esplorativa era quello di esaminare e mappare il modo in cui la letteratura delle scienze sociali ha affrontato l'influenza reciproca tra i processi migratori e le abitudini alimentari. In particolare, la revisione mirava a comprendere il ruolo del cibo nella

formazione dell'identità, dell'adattamento e dell'inclusione a diversi livelli dell'esperienza dei migranti. Per strutturare e interpretare i risultati, è stato adottato il modello socio-ecologico, che ha consentito un'analisi multilivello del fenomeno (si veda la figura 7).

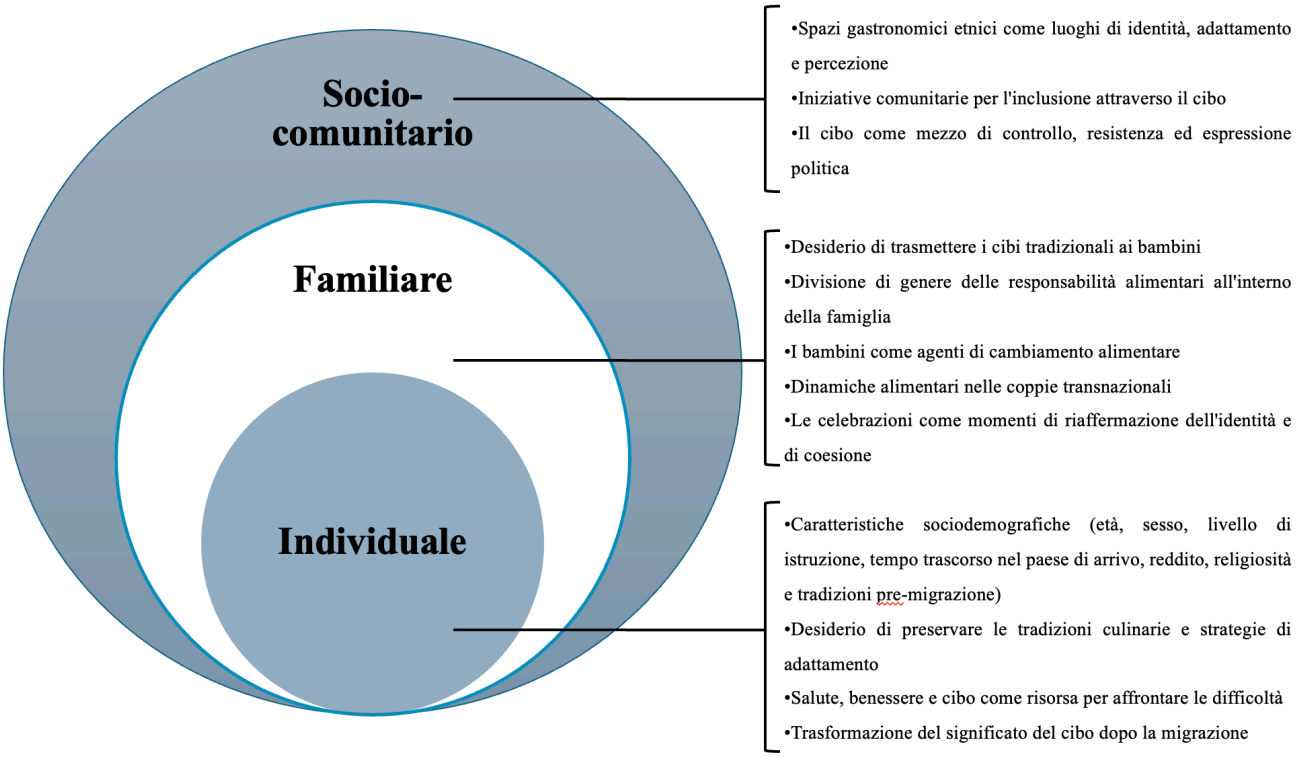


Figura 7: Rappresentazione visiva dei temi principali emersi dalla revisione preliminare, strutturati secondo il modello socio-ecologico. I tre livelli analitici – individuale, familiare e socio-comunitario – catturano le molteplici dimensioni attraverso cui le pratiche alimentari plasmano e sono plasmate dall'esperienza migratoria.

L'analisi delle fonti selezionate conferma che il cibo non è solo una necessità biologica, ma una risorsa psicosociale fondamentale attraverso la quale i migranti gestiscono le transizioni e le tensioni inerenti al processo migratorio (Scagliusi et al., 2018). I risultati dello studio contribuiscono a promuovere una comprensione più sfumata di come il cibo funga da mediatore dell'identità e dell'appartenenza in contesti di adattamento e reinsediamento (Elshahat et al., 2023).

I risultati evidenziano inoltre la complessità e la natura multiforme delle dinamiche che influenzano le esperienze alimentari dei migranti nei paesi di arrivo a livello individuale, familiare o comunitario (Delormier et al., 2009; Palojoki & Tuomi-Gröhn, 2001). In particolare, a livello individuale, la revisione illustra come le caratteristiche socio-demografiche (ad esempio, età, sesso, religione, reddito e istruzione) modellino diversi percorsi di adattamento alimentare. Piuttosto che subire un processo lineare di assimilazione, i migranti spesso vivono una negoziazione dinamica tra il mantenimento delle tradizioni culinarie e l'adozione di nuove pratiche (Chapman & Beagan, 2013; Garnweidner et al., 2012). Ciò è in linea (ed estende la riflessione) anche con le più recenti critiche

ai modelli di acculturazione alimentare che presuppongono un cambiamento unidirezionale o passivo (Cleveland & Xu, 2019; Delormier et al., 2009). A livello familiare, internamente al nucleo, il cibo emerge come uno spazio di continuità e rinegoziazione. Esso svolge un ruolo centrale nella trasmissione dei valori tra le generazioni, nella riconfigurazione dei ruoli di genere e nella gestione dei rapporti di potere e di cura all'interno delle famiglie. Queste dinamiche, spesso caratterizzate da ambivalenza e adattamento, riflettono anche negoziazioni identitarie più profonde che avvengono nello spazio intimo della famiglia (Cesnuityte, 2020; Gilbert & Khokhar, 2008; Satia-Abouta et al., 2002; 2010). A livello socio-comunitario, gli spazi legati al cibo, come ad esempio ristoranti, giardini e festival culturali, diventano luoghi di visibilità, riconoscimento e talvolta resistenza. Questi spazi però possono fungere sia da facilitatori per l'inclusione sociale che da potenziali luoghi di emarginazione, a seconda di come le pratiche dei migranti vengono accolte e interpretate nel più ampio contesto sociale e politico (Abbotts, 2016; Hughes, 2019). In questo senso, il livello comunitario rivela l'ambivalenza del cibo come ponte e confine nel nuovo paese di arrivo.

Contrariamente alle ipotesi precedenti che suggerivano un inevitabile processo di acculturazione alimentare alla dieta del paese ospitante (Abraído-Lanza et al., 2016; Cleveland & Xu, 2019; Delormier et al., 2009; Lesser et al., 2014; Sanou et al., 2014; Terragni et al., 2014), i risultati di questa revisione hanno indicato una gamma ampia di modi in cui gli immigrati adattano le loro pratiche alimentari in un nuovo contesto (Garnweidner et al., 2012; Mycek et al., 2020). Questi risultati si inseriscono e ampliano la letteratura precedente, mettendo in luce il ruolo del cibo nei processi di negoziazione e adattamento psicosociale, in relazione sia alle condizioni strutturali sia alle biografie personali.

Organizzando queste intuizioni attraverso il modello socio-ecologico, questa revisione mostra che le pratiche legate al cibo non possono essere comprese in modo isolato, ma devono essere collocate all'interno di quadri relazionali e strutturali più ampi. Un aspetto cruciale emerso dalla letteratura e trasversale a tutti i livelli è il ruolo dell'autonomia e dell'empowerment nelle scelte alimentari dei migranti. Il cibo diventa un mezzo attraverso il quale i migranti cercano, individualmente o in contesti familiari o sociali, di preservare la propria identità culturale ed esercitare un senso di controllo sulla propria vita, soprattutto in un contesto di transizione e adattamento (Bajic-Hajdukovic, 2013; Morasso & Zittoun, 2014). Pertanto, sostenere le capacità decisionali dei migranti e fornire risorse adeguate è essenziale per consentire loro di mantenere le proprie tradizioni culinarie e ampliare le proprie realtà alimentari.

Un altro aspetto significativo della resilienza individuale e collettiva dei migranti è rappresentato dalle strategie innovative che adottano per mantenere le proprie tradizioni culinarie (Amir & Barak-Bianco, 2019; Kwik, 2008; Ugelvik, 2011). Queste strategie si evolvono attraverso un processo di

reinterpretazione e adattamento delle pratiche culinarie, influenzato dalla disponibilità degli ingredienti e dalle influenze culturali incontrate lungo il percorso migratorio. Studi recenti hanno anche dimostrato che i migranti mobilitano attivamente queste pratiche non solo per preservare la continuità culturale, ma anche per salvaguardare il senso di identità in ambienti sconosciuti (Elshahat et al., 2024). Strategie come l'orticoltura comunitaria, la partecipazione a iniziative di condivisione del cibo e persino lo scambio transnazionale di prodotti alimentari etnici con i parenti all'estero dimostrano i modi creativi con cui i migranti attivano un processo di continuità identitaria dopo la migrazione, riconfigurando il loro senso di appartenenza e di agire attraverso il cibo. Le dinamiche di reinvenzione del concetto di appartenenza nel contesto migratorio diventano così tangibili attraverso la sfera culinaria, che funge da risorsa psicosociale per contrastare la possibilità di disorientamento, emarginazione e isolamento spesso vissuti nelle società ospitanti (Arcadu et al., 2025).

Sulla base delle intuizioni tematiche sopra delineate, questi risultati richiedono politiche pubbliche e interventi che sostengano attivamente i migranti nel preservare e trasformare le loro pratiche alimentari in modi che siano culturalmente significativi per loro e che promuovano la salute. Una risposta efficace a queste sfide richiede l'attuazione di strategie mirate e inclusive (Kwon & Adams, 2022; Mude & Nyanhanda, 2023). In particolare, i programmi di educazione e promozione della salute dovrebbero essere progettati in modo da essere culturalmente sensibili, inclusivi e accessibili alle famiglie di migranti. Questi programmi devono anche incoraggiare il coinvolgimento attivo dei migranti stessi nei processi decisionali e di attuazione, consentendo loro di promuovere pratiche alimentari equilibrate e radicate nella cultura. Inoltre, le politiche pubbliche dovrebbero svolgere un ruolo di sostegno e guida in ogni fase delle iniziative alimentari comunitarie, dalla pianificazione all'attuazione e alla valutazione, al fine di garantire un accesso equo e massimizzare il loro potenziale nella promozione della coesione sociale e dell'inclusione interculturale.

Per quanto riguarda le prospettive di ricerca futura, si raccomanda di prestare attenzione sia al contesto alimentare familiare, che rappresenta uno spazio significativo per comprendere le dinamiche della vita quotidiana e il loro impatto sul benessere del singolo e dei gruppi, sia ad altre strutture sociali e comunitarie, al fine di promuovere trasformazioni sociali e culturali che sfidino e superino i ruoli tradizionali. Sarebbe inoltre utile condurre ulteriori studi longitudinali per esaminare l'evoluzione delle pratiche alimentari nel tempo: un tale approccio consentirebbe di cogliere le trasformazioni di tali abitudini nel lungo termine. Sarebbe inoltre utile promuovere la possibilità di condurre ricerche comparative tra diversi contesti migratori e culturali e tra aree urbane e rurali. Un tale approccio potrebbe aiutare a identificare somiglianze, differenze e specificità. Una prospettiva

comparativa potrebbe contribuire allo sviluppo di modelli teorici più solidi e all'attuazione di politiche e interventi mirati.

Punti di forza e limiti

Questa revisione di *scoping* fornisce una panoramica completa e interdisciplinare di come il rapporto tra pratiche alimentari e migrazione è stato affrontato nella letteratura delle scienze sociali.
Il principale punto di forza dello studio risiede nella metodologia sistematica e rigorosa utilizzata (PRISMA-ScR), che ha facilitato l'integrazione di una vasta gamma di studi, senza limitazioni di approcci metodologici o tipologie di migranti. È stato consultato un totale di quattro banche dati di scienze sociali, il che costituisce un ulteriore punto di forza. In terzo luogo, l'utilizzo della doppia codifica e la selezione di articoli che utilizzano la piattaforma RAYYAN hanno garantito trasparenza e affidabilità nel processo di selezione e analisi. In conclusione, l'utilizzo del modello socio-ecologico ha facilitato un'analisi sistematica a più livelli (individuale, familiare e comunitario), sottolineando la complessità e la multidimensionalità delle esperienze relative al cibo nei processi migratori.
Tuttavia, è importante riconoscere i limiti di questo lavoro di revisione. In primo luogo, sebbene i criteri di inclusione volessero essere ampi, l'eterogeneità dei termini utilizzati nei diversi studi potrebbe aver portato all'omissione di alcuni lavori rilevanti. Un'ulteriore potenziale limitazione risiede nella possibilità che studi rilevanti siano stati trascurati, come la letteratura grigia, i rapporti istituzionali e i dati non pubblicati. L'integrazione di questi dati non è stata sistematica, un fattore che potrebbe aver limitato la portata dei risultati. Infine, la definizione del criterio di inclusione come studi pubblicati negli ultimi cinque anni potrebbe aver comportato l'esclusione di contributi rilevanti precedenti a tale data.

Conclusioni

In conclusione, la revisione mette in evidenza il ruolo centrale del cibo nei processi migratori, sottolineandone sia la funzione di preservare l'identità culturale dei migranti sia la capacità di favorire l'incontro e lo scambio con le comunità locali. L'analisi mostra come tali dinamiche siano complesse e multidimensionali, modellate dall'intreccio di fattori che operano a livello individuale, familiare e comunitario, e che devono essere compresi all'interno di un più ampio contesto socio-culturale. Questi risultati suggeriscono la necessità di ampliare lo studio del fenomeno migratorio includendo il cibo come elemento chiave di analisi, andando oltre una prospettiva esclusivamente nutrizionale per abbracciare anche le dimensioni psicologiche, sociali e culturali che le pratiche alimentari

implicano. Un tale approccio interdisciplinare in questa direzione può contribuire a una comprensione più profonda delle interconnessioni tra migrazione e alimentazione, facendo emergere il cibo non solo come risorsa materiale, ma come vero e proprio dispositivo identitario e relazionale di primaria importanza.

Sulla base dei risultati emersi, la presente ricerca prosegue con una serie di studi empirici, presentati nei capitoli successivi, ciascuno dedicato all'analisi approfondita di uno specifico livello del fenomeno.

Parte seconda

Studi empirici

CAPITOLO

3

Camminare tra i paesaggi alimentari: un'analisi dei percorsi culinari delle donne migranti italiane in Cile

Arcadu, M., Reyes-Espejo, M. I., Cazorla-Becerra, K., & Migliorini, L. (2025). Walking through foodscapes: Analyzing the culinary pathways of Italian migrant women in Chile. *City, Culture and Society*. (*Manuscript under review).*

Capitolo 3. Camminare tra i paesaggi alimentari: un'analisi dei percorsi culinari delle donne migranti italiane in Cile

Introduzione

Alla luce dei risultati emersi dalla *scoping review*, che hanno messo in evidenza il ruolo delle pratiche alimentari come spazio di negoziazione identitaria a diversi livelli di analisi, il presente capitolo si concentra sul livello individuale, assumendo il genere come lente privilegiata di lettura. In particolare, le pratiche alimentari costituiscono uno spazio cruciale per l'analisi delle dinamiche di genere nelle città contemporanee (Maye, 2019), in quanto storicamente legate alla pianificazione, all'acquisto, alla preparazione e alla condivisione dei pasti, attività prevalentemente attribuite alle donne. Tali pratiche si configurano come ambiti in cui si riflettono, si riproducono e, talvolta, si contestano strutture di potere e norme sociali (Allen & Sachs, 2007; Gvion, 2020; Arcadu, 2025). Nonostante questa centralità, le scienze psicologiche hanno affrontato il rapporto tra genere e cibo in modo ancora limitato, concentrandosi prevalentemente su dimensioni patologiche – come i disturbi del comportamento alimentare – e trascurando la complessità culturale, simbolica e relazionale delle esperienze alimentari femminili (Avakian & Haber, 2005). In risposta a tali limiti, gli studi femministi sull'alimentazione hanno progressivamente sviluppato una lettura più articolata del genere, mettendo in luce la rilevanza culturale, politica e relazionale delle pratiche alimentari, in particolare nei contesti urbani contemporanei (Bentley et al., 2024). Questi approcci invitano a superare visioni stereotipate e naturalizzate dei ruoli di genere, riconoscendo le esperienze alimentari delle donne come processi situati, plurali e profondamente intrecciati alle traiettorie biografiche e agli spazi della vita quotidiana. In tale prospettiva, la migrazione costituisce un ambito di osservazione particolarmente significativo: i percorsi migratori comportano infatti una necessaria ridefinizione delle pratiche quotidiane (come abbiamo visto di cambiamento ingredienti, orari, abitudini, luoghi di approvvigionamento etc.), mettendo di fronte alla possibilità di negoziare identità e ruoli di genere in nuovi contesti sociali e culturali (Zhang, 2024; Ghimire & Barry, 2020). Anche nel contesto della migrazione, le donne assumono spesso un ruolo fondamentale nella conservazione e nella trasmissione delle tradizioni culinarie. Questo ruolo, tuttavia, non è semplicemente di tipo conservatore; nella nuova realtà sociale e culturale, le pratiche alimentari possono diventare strumenti dinamici per rielaborare e riconfigurare i ruoli di genere tradizionalmente naturalizzati nei paesi di origine (Sayadabdi & Howland, 2023). Infatti, la trasformazione della preparazione del cibo da un compito domestico a un'attività creativa e autonoma, ha il potenziale di contribuire in modo significativo all'empowerment personale e collettivo delle donne migranti (Soltani, 2021). Questa trasformazione è facilitata dall'interazione

quotidiana con i contesti urbani, dove nuovi spazi e pratiche stimolano una riflessione continua sull'identità, la negoziazione culturale e la ridefinizione dei ruoli sociali e di genere. Lo studio di Pascali (2006) sull'emigrazione italiana ha dimostrato come le donne migranti utilizzino il cibo in modo strategico per mantenere i legami culturali, facilitando al contempo i processi di adattamento e integrazione nella società ospitante (Pascali, 2006). A questo livello di analisi, le pratiche alimentari in contesto migratorio non possono essere lette unicamente come manifestazioni quotidiane di riproduzione culturale. Se osservate attraverso la lente delle dinamiche di genere, esse emergono piuttosto come spazi di negoziazione attiva, in cui si articolano processi di resistenza, trasformazione culturale e integrazione nello spazio urbano. Questa prospettiva offre dunque un punto di osservazione privilegiato per esplorare l'interazione complessa e situata tra genere, cibo e migrazione nelle città contemporanee.

In tale quadro, risulta particolarmente rilevante considerare anche i flussi migratori dal Nord al Sud del mondo, che, a differenza dei movimenti inversi, rimangono relativamente inesplorati nella letteratura e rappresentano una lacuna significativa nella comprensione dei processi urbani globali e delle esperienze migratorie di genere (Nawyn, 2016).

In linea con le precedenti riflessioni, risulta fondamentale considerare anche il ruolo degli spazi urbani nel plasmare le pratiche alimentari e nel rendere visibili – o, al contrario, marginalizzare – le esperienze quotidiane delle donne migranti. In questi contesti, la città non rappresenta un semplice sfondo, ma un dispositivo attivo che struttura opportunità, vincoli e forme di presenza nello spazio pubblico. Un approccio agli studi urbani che adotti una prospettiva di genere consente di interrogare criticamente l'organizzazione della città, mettendo in luce come essa sia stata storicamente modellata da logiche etero-patriarcali che tendono a marginalizzare la presenza e le pratiche delle donne nello spazio pubblico (Cazorla-Becerra et al., 2025; Jirón et al., 2020). Nell'ambito di questo campo di ricerca, sono state individuate due vulnerabilità principali che impediscono alle donne di godere del diritto alla città (Beebeejaun, 2017): per quanto riguarda i rischi legati alla mobilità, sarebbe negligente non menzionare le ben documentate questioni della violenza di genere, dell'insicurezza dei trasporti, degli abusi sessuali, dei vincoli di tempo e dell'uso ineguale dello spazio urbano (Pérez & Gil, 2020). In secondo luogo, e altrettanto importante, bisogna riconoscere la persistente invisibilità urbana del lavoro di cura. Nonostante siano le donne a viaggiare più frequentemente per motivi legati alla salute, alla gestione domestica e, oggetto di questo lavoro, all'approvvigionamento alimentare, questo lavoro rimane escluso dalla pianificazione. Queste pratiche di cura, spesso svolte a piedi, delineano itinerari quotidiani che variano per lunghezza, scopo e composizione. La pianificazione di questi percorsi non si basa esclusivamente su criteri di funzionalità, ma incorpora anche desideri,

abitudini, ricordi e percezioni corporee. Di conseguenza, la mobilità urbana delle donne è un'esperienza incarnata, relazionale e situata (Ortiz et al., 2021).

A partire da questi presupposti, il concetto di luogo urbano del cibo assume un duplice significato, sia geografico che simbolico. Questi spazi non rappresentano solo luoghi fisici, come mercati, ristoranti, negozi di alimentari, panetterie o caffè o altro ancora, ma sono anche luoghi affettivi e culturali, ricchi di ricordi e significati collettivi attribuiti da individui o gruppi con tradizioni specifiche. Questi spazi, alla luce dei risultati emersi dalla revisione di letteratura, possono essere concettualizzati come arene sociali in cui identità, relazioni di potere e ruoli di genere vengono continuamente rinegoziati (Margarit et al., 2022). Utilizzando il concetto di "assemblaggi" proposto da Deleuze e Guattari (1980), questi luoghi possono essere interpretati anche come configurazioni dinamiche di componenti materiali, narrative e relazionali che contribuiscono alla formazione dell'identità individuale e collettiva nel tempo. Anche il concetto di "memoria urbana", inteso come il processo attraverso il quale luoghi specifici diventano siti di accumulo di abitudini, credenze, affetti e identità (Alba, 2014), appare di particolare importanza per analizzare il modo in cui i paesaggi urbani influenzano e sono a loro volta trasformati dalle esperienze delle donne migranti. Questo processo è caratterizzato dalla sua natura non lineare e instabile, che comprende elementi di resistenza, oblio, rielaborazione e risignificazione (Castañeda et al., 2019).

Il presente studio ha l'obiettivo di analizzare il rapporto esistente tra luoghi alimentari, pratiche urbane e identità di donne migranti attraverso un dispositivo metodologico innovativo basato sul camminare. Camminare insieme alle partecipanti ci permette di osservare come gli spazi vengono vissuti, abitati e dotati di significato attraverso gesti, emozioni, evocazioni e silenzi (Lee & Ingold, 2006). L'analisi degli spazi urbani associati al cibo e il modo in cui questi vengono attraversati e narrati dalle donne migranti è fondamentale per comprendere i processi di negoziazione e riconfigurazione delle identità che si presentano nei contesti migratori. L'obiettivo specifico sarà pertanto quello di analizzare le pratiche alimentari di tre donne italiane migranti in Cile, esplorando come i luoghi urbani del cibo diventino spazi di negoziazione identitaria, di memoria culturale e di relazione. L'indagine si concentra sul livello individuale, andando ad analizzare in profondità le storie delle partecipanti permettendo così di esplorare in modo situato e soggettivo il nesso tra genere, cibo e migrazione.

Dal punto di vista istituzionale e personale biografico è utile segnalare che lo studio è stato condotto durante il periodo di *visiting* nell'ambito della co-tutela di dottorato presso la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso (Cile). Questa esperienza ha consentito non solo di collocare la ricerca e i dialoghi scientifici all'interno di un contesto accademico internazionale e interdisciplinare, ma anche di vivere come ricercatrice in prima persona (in qualità di migrante a mia volta) la realtà urbana in

cui si muovono le partecipanti, arricchendo così l'analisi con una prospettiva situata e fortemente partecipata.

Metodologia

Disegno dello studio

La ricerca si fonda su una prospettiva teorica femminista e costruzionista sociale, che riconosce come la posizione intersezionale delle ricercatrici e dei ricercatori – in termini di classe, etnia, genere, età, orientamento sessuale e corporeità – influenzi la produzione di conoscenze sempre parziali e situate (Haraway, 1988). L'indagine ha inteso riflettere criticamente e mettere in discussione gli assunti sociali e storici che hanno legato il rapporto tra genere e cura nei contesti migratori (Hesse-Biber, 2012). Questo approccio ha consentito così di analizzare i simbolismi culturali e le pratiche alimentari rilevanti per le esperienze di genere (Parsons et al., 2015; Counihan, 1999; 2004). L'obiettivo della ricerca è stato dunque quello di generare conoscenze profonde, situate e significative attraverso l'uso di una prospettiva qualitativa e interpretativa: in questo senso, infatti, la ricchezza analitica del presente lavoro risiede nella complessità e densità delle narrazioni raccolte. Come sottolineano Denzin e Lincoln (2011), anche un numero limitato di partecipanti può illuminare processi sociali più ampi e contribuire alla costruzione teorica. L'analisi è stata quindi concepita come un'opportunità per elaborare una descrizione densa e in profondità (Geertz, 1998), capace di esplorare criticamente i significati attribuiti dalle partecipanti alle proprie esperienze in contesti specifici.

Dal punto di vista metodologico, è stato adottato un approccio che combina tecniche narrative qualitative con metodologie di ricerca basate sulla mobilità (Pink et al., 2010; Rose & The Modernist Heroines, 2022). In questi ambiti, il camminare viene interpretato come una pratica incarnata, capace di attivare un rapporto creativo e critico con lo spazio circostante. L'atto del camminare, infatti, permette di situare e riprodurre le soggettività in relazione a percorsi, ritmi, movimenti, posture e ruoli, favorendo processi di co-creazione e condivisione della conoscenza (Springgay & Truman, 2019; Bates & Rhys-Taylor, 2017).

Contesto: Valparaíso e Viña del Mar

Il lavoro di campo è stato condotto nelle città di Valparaíso e Viña del Mar, conurbazioni situate sulla costa centrale del Cile che costituiscono un importante polo urbano, culturale e politico della Quinta Regione, si vedano le immagini riportate in figura 8.



Figura 8 Mappa della Quinta Regione in cui si trovano i poli urbani di Valparaiso (foto dell'autrice in alto a destra) e Viña del Mar (foto dell'autrice in basso)

La presenza italiana in questa area ha radici storiche: la tradizione migratoria risale infatti alla metà del XIX secolo, quando numerosi migranti provenienti soprattutto dalla Liguria (Italia) si stabilirono nella cosiddetta "quinta regione" (*Quinta Región*) del paese (Biblioteca Nacional de Chile[12]). Oggi entrambe le città presentano una vivace scena gastronomica, caratterizzata da ristoranti e negozi che propongono cucine provenienti da diverse parti del mondo, inclusa quella italiana. Questa pluralità riflette sia i processi di multiculturalismo sia le influenze della globalizzazione alimentare, offrendo un contesto privilegiato per indagare come le pratiche culinarie italiane vengano mantenute,

[12] Biblioteca Nacional de Chile. (n.d.). La inmigración italiana en Chile. In *Inmigración italiana a Chile (1880–1930)*. Memoria Chilena. https://www.memoriachilena.gob.cl/602/w3-article-94717.html (Accessed August 20, 2024)

trasformate o ibridate nei percorsi migratori. In particolare, Valparaíso e Viña del Mar rappresentano contesti urbani rilevanti per esplorare la relazione tra cibo e identità, in quanto caratterizzati dalla compresenza di tradizioni storicamente radicate e di dinamiche contemporanee di incontro e scambio interculturale.

Partecipanti

Le partecipanti allo studio sono tre donne italiane reclutate attraverso la tecnica dello *snowball sampling*. In una prima fase, sono state contattate alcune persone note alla ricercatrice, che a loro volta hanno suggerito altri possibili nominativi. L'identificazione delle partecipanti disponibili a partecipare alla ricerca non è stata priva di difficoltà, data la specificità del profilo richiesto; tuttavia, i casi individuati si sono rivelati particolarmente esemplificativi e hanno permesso di ottenere un gruppo di donne molto variegato per età, che hanno offerto contributi rilevanti per gli obiettivi della ricerca (Patton, 2015). Considerato il numero ristretto delle partecipanti, ciascuna donna è stata trattata come un vero e proprio caso di studio, analizzato in profondità attraverso una molteplicità di dati. Questo approccio ha reso possibile una comprensione più densa e articolata delle esperienze individuali, valorizzando le traiettorie soggettive e i significati attribuiti alle pratiche alimentari nei contesti migratori. In tal senso, il campione non è stato concepito come rappresentativo in senso statistico, ma come una scelta intenzionale di casi significativi (Denzin & Lincoln, 2011; Stake, 1995).

I criteri di inclusione prevedevano che le partecipanti si auto-identificassero come donne (1), fossero nate in Italia da genitori italiani (2), risiedessero stabilmente a Viña del Mar o Valparaíso (3) e avessero stabilito un legame significativo con l'Italia (4). Tale legame non è stato inteso come un dato meramente anagrafico, ma come una relazione vissuta e mantenuta nel tempo, caratterizzata da una conoscenza approfondita di usi, tradizioni e pratiche culturali italiane, ritenuta condizione necessaria per esplorare l'influenza della memoria e dell'esperienza pregressa sul rapporto con il cibo e con gli spazi urbani. Prima dell'avvio della raccolta dati, è stato richiesto e ottenuto il consenso informato scritto da ciascuna partecipante.

Le principali caratteristiche sociodemografiche delle partecipanti sono riportate nella figura 9. Al fine di garantire anonimato e riservatezza, nelle sezioni dei risultati verranno utilizzati pseudonimi: P01 = Paola; P02 = Teresa; P03 = Angela.

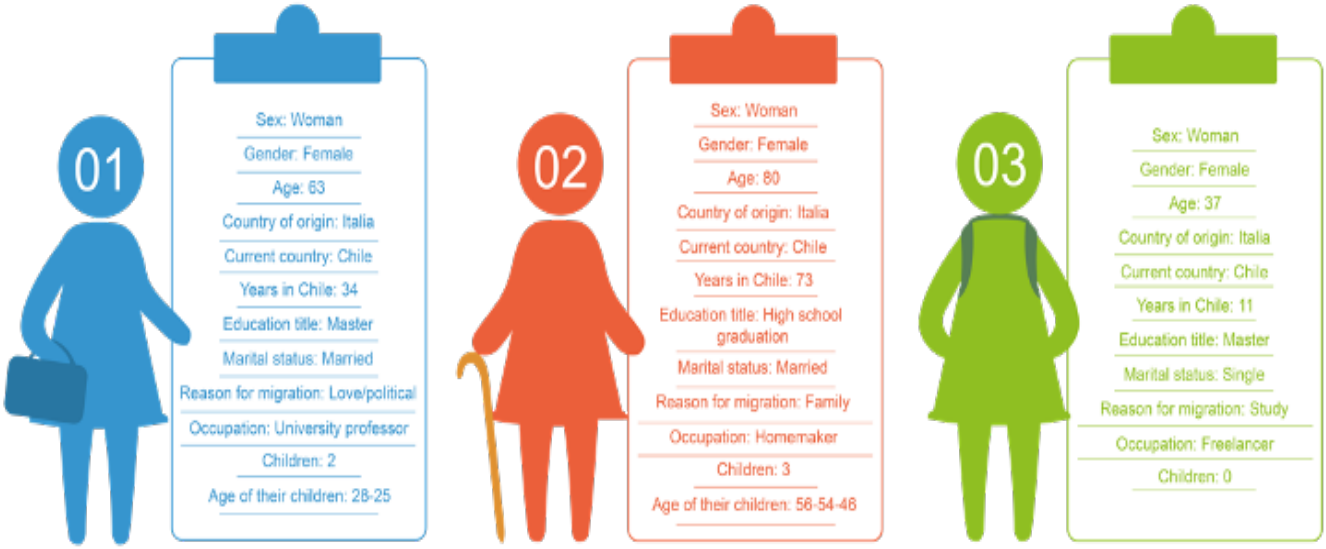


Figura 9: Caratteristiche sociodemografiche delle partecipanti

Procedura

Per la raccolta dei dati è stata elaborato un nuovo protocollo, adattamento della tecnica del walkscape che verrà approfondito e descritto nel dettaglio nella seconda parte del presente capitolo, partendo dall'idea che il camminare possa essere inteso come una pratica riflessiva capace di attivare un dialogo con l'ambiente circostante e di rendere visibili le esperienze che lo attraversano (Careri, 2019). In assenza di un protocollo codificato per l'applicazione della tecnica in ambito psicologico, è stata sviluppata una procedura di riferimento flessibile, che ha assunto la forma di un protocollo emergente (riassunto nella tabella 7).

Un approfondimento teorico e metodologico sulla tecnica, insieme a una proposta strutturata per il suo utilizzo in psicologia, sarà presentato nella sezione seguente di questo capitolo. Per ora ci si limita alla proposta del protocollo in forma scritta.

Preparazione		Preparazione della guida per l'intervista e degli strumenti necessari per la passeggiata (mappa, macchina fotografica, videocamera)
Primo contatto telefonico		Costruzione del rapporto partecipante-ricercatore. Verifica dei criteri di inclusione e della disponibilità a partecipare. Presentazione dell'intera attività e consegna.
Camminata	**Fase 1**	Incontro nel luogo, giorno e ora proposti dal partecipante, contestualizzazione dell'obiettivo e firma del consenso informato.
	Fase 2	Percorrere il percorso proposto dal/dalla partecipante, raggiungendo i luoghi significativi scelti. Durante la camminata, si dialoga sugli assi tematici rilevanti per l'obiettivo.

	Fase 3	Chiusura della camminata e condivisione delle riflessioni sull'esperienza
Scrittura diario di campo		Registro delle riflessioni del/della ricercatore/trice
Trascrizione completa e analisi del materiale		Trascrizione e analisi del materiale: audio, video, foto e diario di campo

Tabella 7: Protocollo applicativo della tecnica *walkscape*

Dopo un primo contatto telefonico, a ciascuna partecipante è stato chiesto di pensare e individuare luoghi connessi al cibo che avessero un significato particolare nella loro vita nelle città di Valparaíso e Viña del Mar. La consegna proposta è stata formulata nei seguenti termini: «Vorrei che visitassimo insieme luoghi del cibo che per te hanno un significato particolare nella tua vita». È stata inoltre lasciata libertà di stabilire il punto d'incontro da cui avviare l'esperienza. Il protocollo si è mantenuto volutamente aperto e flessibile, al fine di favorire l'emergere di racconti inattesi e non predefiniti (Charmaz, 2006). Le interazioni durante la camminata sono state condotte in lingua italiana, lingua materna delle partecipanti e della ricercatrice principale, al fine di preservare la naturalezza espressiva e garantire la piena comprensione delle sfumature culturali ed emotive. Il processo di traduzione di eventuali locuzioni o parole è stato gestito con attenzione, con l'obiettivo di mantenere la fedeltà semantica ed affettiva dei racconti prodotti. Data la natura sensoriale e spaziale della ricerca, anche la registrazione video è stata ritenuta essenziale per documentare dimensioni che sarebbero andate perdute in una tradizionale intervista statica: ad esempio, indicare un'insegna, reagire a un odore, soffermarsi su un dettaglio ambientale (Ingold, 2004; Lee & Ingold, 2020; Wilk, 2002). Al termine di ciascun percorso, la ricercatrice ha inoltre annotato le proprie riflessioni in un diario di campo, con lo scopo di integrare il materiale raccolto con osservazioni personali e impressioni situate.
Ciascuna camminata si è svolta in un unico incontro della durata media di circa tre ore (180 minuti). Gli itinerari sono stati concordati con le partecipanti e realizzati in tre mattine consecutive del mese di maggio 2024.

Considerazioni etiche

La ricerca si è sviluppata all'interno del più ampio progetto di ricerca ANID/FONDECYT Regular 1230530 "*El enfoque comunitario en la política social de género: explorando la acción pública y la participación de las mujeres en el Chile actual*" *[Exploring public action and women's participation in Chile today]* approvato dal Comitato Etico della Pontificia Universidad Católica de Valparaíso. Tutti i partecipanti hanno ricevuto adeguate informazioni sugli obiettivi e sulle modalità dello studio e hanno firmato un consenso informato scritto. È stata garantita la riservatezza dei dati raccolti e l'anonimato dei partecipanti, nel pieno rispetto delle normative etiche e di protezione della privacy vigenti.

Analisi dei dati

L'analisi dei dati è stata condotta all'interno di un quadro metodologico di tipo interpretativista (Gray, 2014). Tale prospettiva implica l'adozione di una postura empatica e riflessiva, in cui la ricercatrice si impegna a sviluppare una comprensione profonda del punto di vista delle partecipanti (Hesse-Biber & Piatelli, 2012). In questa prospettiva, il processo analitico non si è limitato alle narrazioni discorsive, ma ha tenuto conto anche degli elementi simbolici e non verbali emersi attraverso la camminata. Sono stati pertanto integrati nell'analisi anche le interazioni situate con le partecipanti, i luoghi attraversati e gli elementi materiali e non umani che hanno contribuito a dare forma all'esperienza. Questa scelta ha consentito di cogliere la dimensione multimodale del materiale raccolto, includendo gesti, posture, ritmi, pause e riferimenti sensoriali che avrebbero potuto sfuggire in un approccio esclusivamente testuale e di intervista statica (si rimanda alla successiva sezione per ulteriori approfondimenti sulla tecnica).

Le trascrizioni complete, i file audio e i materiali video sono stati sottoposti a successive letture iterative, accompagnate da momenti di confronto all'interno del team di ricerca, con l'obiettivo di garantire una comprensione condivisa e approfondita dei dati. L'intero corpus di dati è stato organizzato e codificato attraverso il software NVivo 15, che ha permesso di gestire in modo sistematico e rigoroso i diversi tipi di informazioni e di facilitare il processo di categorizzazione tematica.

Risultati e Discussione

In accordo con l'ampia definizione di luogo del cibo adottata in questo studio, le partecipanti hanno individuato una varietà di spazi significativi, tra cui ristoranti, caffè, negozi e mercati. Questi luoghi sono stati attraversati e narrati durante i tre percorsi realizzati all'interno e tra i confini urbani di Valparaíso e Viña del Mar (si veda la figura 10 raffigurante i tre percorsi effettuati).



Figura 10: P01-Paola walkscape; P02-Teresa walkscape; P03-Angela walkscape

Dall'analisi del materiale raccolto sono emerse tre categorie analitiche, ciascuna delle quali mette in luce dimensioni distinte, ma strettamente interconnesse, del rapporto analizzato tra paesaggi alimentari urbani, traiettorie migratorie e costruzioni identitarie.

Nelle sezioni che seguono, tali categorie verranno presentate e discusse in dettaglio.

Italianità nei luoghi alimentari urbani

La prima categoria che emerge dall'analisi dei dati riguarda la ricerca dell'italianità nei luoghi selezionati. Sebbene non fosse stata fatta alcuna richiesta esplicita, tutte e tre le partecipanti hanno scelto luoghi che evocavano l'Italia in modo significativo. Inoltre, è interessante notare che due delle tre partecipanti hanno scelto gli stessi luoghi per mangiare, citando la loro familiarità con locali che evocavano la cultura italiana (vedi le camminate di Paola e Teresa). Questa categoria iniziale è ulteriormente sostenuta dalle descrizioni comuni dei locali fornite durante il cammino riguardanti la presenza di offerte culinarie specifiche, la qualità percepita della cucina e la visibilità di oggetti materiali e scritti evocativi dell'Italia sono emersi come elementi fondamentali.

Per quanto riguarda il primo aspetto, il tipo di cibo disponibile, un partecipante afferma: "*Un posto che mi piace molto è questo, che si chiama RN. Questo locale è aperto da un po' di tempo e anche se non ha una cucina tipicamente italiana... offre varie cose, cioè dovrebbe essere una cucina tradizionale italiana, almeno così la propongono... Ha la pizza, la focaccia, cose un po' più italiane*!" (Paola). Con Teresa, nella parte finale del viaggio, c'è stato questo interessante scambio: "D: Allora, dove andiamo adesso? *R: Andiamo da Z. Da Z., sì, dove fanno la pasta. È un pastificio. Ma vendono tutto, non fresco... tutto surgelato! In Italia ci sono pastifici ovunque... Ma qui non so se la gente ci va molto. Qui fanno ravioli, pansoti, spaghetti, fettuccine, lasagne. E fanno anche il sugo... Tutto quello che vuoi*!" Le citazioni mostrano che le partecipanti selezionano e attribuiscono valore ai luoghi che offrono cibo italiano, anche se potrebbero non considerarli del tutto autentici.

Il secondo aspetto preso in considerazione è la qualità del cibo offerto. Le partecipanti hanno indicato come caratteristica importante dei luoghi selezionati la qualità del cibo che deve essere percepita come vicina agli standard italiani. Paola racconta quanto sia importante per lei poter bere un buon caffè, ricordando il periodo precedente alla migrazione: "*Allora, questo posto mi piace perché il caffè è migliore che in altri posti, non diciamo ottimo, ma è migliore che in altri posti e per me il caffè è molto importante, una delle cose che mi è sempre costato fatica trovare un caffè che mi piacesse. (...) Per me è molto difficile finire di mangiare e non bere il caffè, perché è una cosa che ho sempre fatto, è un'eredità italiana, napoletana... ecco perché ti ho portato prima al bar. È stata una cosa terribile per me rinunciare a quel caffè, cioè alla tradizione napoletana del caffè, che è fondamentale: quando vai a casa di tua zia, la prima cosa che fa è mettere la caffettiera sul fuoco. Ce l'ha già sul fuoco. Se le dici: no, zia, l'ho già preso... Non te ne faccio un altro! Così ne bevi venti uno dopo l'altro e non puoi dire di no. Quindi quando scopro un bar che mi piace, diventa un mio luogo del cibo*". Il suo itinerario mette in evidenza diversi luoghi di interesse con un'attenzione particolare al caffè, e lei sottolinea le differenze tra la cultura del caffè in Italia e quella di altri paesi. Anche il punto di partenza di Angela illustra questo aspetto della qualità del cibo, evidente in questo scambio: "(Il caffè) *è il*

luogo di connessione con l'Italia, con colazioni che sembrano italiane, anche se non lo sono, e quei sapori che mi sono sempre piaciuti in Italia e che non sono riuscita a trovare qui perché le cose sono sempre molto più unte. Se devo mangiare un berlin, vengo qui se posso. Venire in questo posto è diventata quasi una tradizione per me da quando esiste (...) Questa somiglianza con le cose italiane è importante per me. Ci sono cose che non posso... transar... o sono molto simili a quelle italiane, altrimenti non le mangio". Anche in questo caso si rileva la centralità di un luogo del cibo significativo in quanto ricorda o richiama in qualche modo nel presente l'eredità italiana. In quest'ultima parte è interessante notare anche l'uso del termine *transar* da parte della partecipante, influenzato dal suo bilinguismo italiano-spagnolo: ciò potrebbe stare ad indicare una difficoltà a scendere a compromessi sulla qualità e un forte bisogno di autenticità e standard elevati. Continuando con il tema della ricerca della qualità, emerge anche un aspetto rilevante legato alla delusione o all'insoddisfazione quando il cibo servito non corrisponde alla qualità immaginata e ricordata. Paola lo descrive così: *"(...) perché poi la cosa, che succede un po'... è questa cosa della delusione, perché a volte in molti ristoranti c'è un sacco di questa cosa mista... pensano che sia cucina italiana, quindi vedo, per esempio, spaghetti e frutti di mare e immagino... mi viene l'acquolina in bocca...* (sorride e descrive il momento dell'attesa) *E poi mi danno un piatto pieno di cose miste, con formaggio...* (cambia espressione ed esclama) *'Ma per favore, ridatemelo!' E così la delusione, capisci*?". Anche Teresa parla del motivo per cui preferisce mangiare a casa, lo dice chiaramente: "*Senti, ti dico il motivo, sono sincera. Perché non mi piace spendere tanto per una qualità che non voglio. (Quando) si mangia bene, si mangia con tranquillità, si è felici di spendere perché... Perché si è mangiato bene, è piaciuto! Invece, in altri posti, dopo, si rimane... Con poca soddisfazione*". La qualità percepita del cibo gioca un ruolo decisivo per le partecipanti nella selezione dei loro luoghi del cibo significativi, e la delusione nasce quando tali luoghi non mantengono i livelli di qualità immaginati.

Infine, sebbene in misura minore rispetto agli aspetti sopra citati, anche la presenza di oggetti e dettagli che in qualche modo ricordano l'Italia contribuisce all'atmosfera del locale, facilitando un legame emotivo con la propria cultura d'origine. Le partecipanti che hanno selezionato gli stessi luoghi del cibo significativi riconoscono che "(questo è un posto) *che ti direi, mi piace un po' di più. Vedi (indica) Ha un forno a legna, vedi? Ci scrivevano anche in italiano (indica). Qui è scritto in italiano, quindi qui è un po' più... in stile italiano* (Paola)". Anche la seconda sottolinea anche la presenza del forno a legna nello stesso locale: "*Qui è la stessa cosa, cioè, veniamo qui perché è abbastanza buona (la pizza). Qui è buona, anche perché c'è il forno (indicando e indicando il forno a legna)* (Teresa)". La materialità di alcuni oggetti nei locali selezionati, così come le iscrizioni in italiano, la lingua madre dei partecipanti, contribuiscono a definire lo stile italiano ricercato di un luogo del cibo, poiché in qualche modo aiuta a ricreare un legame con i ricordi del passato.

Questa prima categoria di risultati è in linea con la letteratura esistente che documenta gli sforzi dei migranti per mantenere le tradizioni alimentari culturali e ricercare esperienze conservate nella memoria culinaria (Arcadu et al., 2024). Piuttosto che fornire una conferma generale di tendenze già note, i risultati mostrano come i luoghi urbani quotidiani legati al cibo possano essere selezionati e risignificati in quanto spazi di italianità attraverso pratiche incarnate, situate e di genere. L'uso del camminare come strumento metodologico permette di mettere in luce le dimensioni spaziali e sensoriali coinvolte nella performatività e nella negoziazione dell'appartenenza culturale nel contesto urbano.

Identità di genere e pratiche alimentari nei luoghi urbani

Nel contesto migratorio, i ruoli di genere legati al cibo emergono come ambivalenti, oscillando tra la continuità con pratiche tradizionali e processi di trasformazione in risposta alle nuove circostanze di vita. Tale ambivalenza si riflette nell'esercizio quotidiano dei ruoli di genere, in cui aspettative consolidate coesistono con cambiamenti di natura sociale, culturale e personale. In questo quadro, la scelta dei luoghi attraversati durante le camminate e le riflessioni condivise nel corso dell'esperienza si sono rivelate centrali per mettere in luce come l'identità di genere si intrecci ai contesti spaziali, rendendo visibili le modalità attraverso cui i ruoli di genere vengono agiti e negoziati nei luoghi urbani.

La donna più anziana ha selezionato metà dei luoghi significativi in relazione al tema della cura della famiglia, in particolare relativamente alla salute del marito. Ad esempio, la sua visita al negozio di dolci è finalizzata all'acquisto di tè per il marito, un prodotto che lei stessa non consuma, e afferma: "*Vengo qui per comprare il tè, che piace molto a mio marito* (guarda dentro e fa un cenno di guardare). *A me non piace il tè. Devo essere malata per comprare il tè* (ride)" (Teresa). Inoltre, per lei, la decisione di evitare i luoghi che vendono dolci, tranne che per acquisti limitati, è giustificata dalla necessità di controllare il diabete del marito: "*Questo è molto buono, il C. Mio figlio ci viene più spesso, io no perché non mangio dolci... Non mangio molti dolci perché mio marito ha il diabete e non può mangiare molti dolci. Quindi a casa meno dolci ci sono meglio è, perché lui è goloso* (Teresa)". Osservate in relazione alla scelta dei luoghi urbani significativi legati al cibo, queste pratiche mettono in luce come l'identità di genere della partecipante si costruisca e si esprima attraverso l'assunzione di un ruolo di cura tradizionalmente attribuito alle donne, che si mantiene e si riorganizza anche nel contesto migratorio.

Al contrario, un'altra partecipante descrive una trasformazione nel suo rapporto con il cibo e con i luoghi urbani ad esso associati a seguito della migrazione. Il suo racconto rivela una transizione verso una maggiore autonomia e piacere nel cucinare, riscoperto proprio nel periodo post-migrazione:

"*Venire qui è stato come iniziare la vita da adulta, poco a poco... (...) dipendeva da me (...) Sì, perché la migrazione alla fine è anche legato a questa cosa di sentire queste pressioni sociali di vario tipo, pressioni di genere. Quindi, una volta trovato uno spazio tutto mio, uno spazio che mi interessava, è lì che ho iniziato ad apprezzare di più. Penso che sia stato anche il cambiamento che mi ha portato ad apprezzare la cucina. Ho sempre amato cucinare, ma anche questo... il fatto che fosse uno spazio così divertente, persino creativo, dove poter inventare cose... Sì, e la mia cucina. La mia cucina* (Paola)*".* In questo senso, il passaggio a un ruolo più attivo nelle pratiche alimentari non segnala soltanto una maggiore autonomia individuale, ma rende visibili i processi di negoziazione, ridefinizione e talvolta di resistenza rispetto ai ruoli di genere tradizionalmente attribuiti alle donne, mostrando come la cucina diventi, nel quotidiano della migrazione, uno spazio concreto attraverso cui la partecipante costruisce e afferma una diversa posizione identitaria. Allo stesso modo, la stessa partecipante ha indicato il piacere e il relax come criteri principali nella scelta dei luoghi alimentari significativi che frequenta. Descrivendo un ristobar che abbiamo visitato, ha detto: "*Mi piace perché hanno varie cose... da sgranocchiare, compreso il pesce. Hanno cose gustose. Questo non ha nulla a che vedere con l'Italia (...) A volte veniamo qui per un aperitivo.* D: Quindi è un luogo conviviale, ti piace? *R: Certo, e a volte veniamo con i colleghi,* (sono luoghi) *di svago, piacere, relax* (Paola)". Questo discorso mostra come la partecipante utilizzi questi luoghi anche come contesti di socializzazione, piacere e relax, mettendo in evidenza pratiche che privilegiano il benessere personale e la socialità e non più solamente pratiche di cura.

Infine, la partecipante più giovane riflette e lega memorie ed esperienze presenti, relativamente a come i ruoli di genere tradizionali continuino comunque a influenzare il suo rapporto con il cibo e la gestione delle faccende domestiche, nonostante il costante tentativo consapevole di rinegoziare tali ruoli. Al momento della ricerca è single, ma ha memoria dei momenti della sua relazione passata vissuta in Cile descrivendo i suoi ricordi delle aspettative familiari e culturali che si riflettono nella gestione delle pratiche alimentari presenti, osservando che: "*Sì, secondo me viene sicuramente un po' da mia madre nel fare ...* '*cuidar del otro'* (prendersi cura dell'altro)*. Dal punto di vista di ciò che ho vissuto anche nella mia cultura familiare, sappiamo che in ogni caso la cultura latina è una cultura assolutamente patriarcale (...) la mia famiglia è una famiglia assolutamente tradizionale, il padre lavora, torna a casa stanco, la madre cucina e fa tutto in casa. Quando sono arrivata qui, il mio rapporto con il cibo, anche con la spesa, era un po' più femminile, anche se ovviamente si cerca di cambiare un po' questa cosa, vivendo in coppia, ho detto.... cambiamo un po' i ruoli: vai tu a cucinare, oggi cucino io, domani cucini tu... perché lavoriamo entrambi. Ma naturalmente penso che sì, c'è la tendenza a sentire che è tuo compito occuparti di queste cose, o dire 'Ok, compra questo, compra quello, cucina questo, cucina quello*'(Angela)". Sebbene come la letteratura sottolinea, la migrazione

possa creare opportunità per mettere in discussione e trasformare i ruoli di genere tradizionali, l'esperienza di questa partecipante illustra come le aspettative culturali e familiari continuino a esercitare una forte influenza, soprattutto in relazione alle pratiche alimentari domestiche. Tuttavia, durante la camminata, emerge come anche per lei sia essenziale associare i luoghi in cui mangiare a sentimenti positivi, come indica la sua osservazione: "(...) *ma se penso... quando mi dici "posti dove mangiare" penso a qualcosa che comunque mi suscita sentimenti positivi* (Angela)".

L'ambivalenza che emerge dai racconti delle partecipanti riguarda in modo specifico le dinamiche di genere inscritte nelle pratiche alimentari dopo la migrazione: da un lato, il persistere di responsabilità e aspettative tradizionalmente attribuite alle donne in relazione al cibo; dall'altro, la possibilità di mettere in discussione tali ruoli, rinegoziandoli alla luce delle nuove condizioni di vita. Questa tensione riflette quanto descritto in letteratura rispetto alla coesistenza tra continuità e cambiamento nei ruoli di genere nei contesti migratori (Flippen & Parrado, 2015). In linea con ricerche precedenti, in alcuni casi i ruoli di genere convenzionali vengono mantenuti anche dopo la migrazione (Bowen et al., 2023), mentre in altri la migrazione apre spazi per sfidare e ridefinire tali responsabilità (Sayadabdi & Howland, 2023). Nel complesso, questi risultati mostrano quindi come le pratiche alimentari costituiscano un terreno privilegiato per osservare i processi di negoziazione identitaria legati al genere, rendendo visibili dinamiche di potere, autonomia ed empowerment che attraversano l'esperienza migratoria. In questo senso, il cibo rappresenta un vero e proprio spazio epistemico attraverso cui leggere le trasformazioni della soggettività e le modalità di costruzione dell'identità di genere nel contesto della migrazione.

Luoghi alimentari che nutrono

I luoghi individuati durante le camminate si sono rivelati veri e propri snodi sensoriali e simbolici attraverso i quali le partecipanti si impegnano costantemente nella ricostruzione e nella riaffermazione della propria identità culturale e personale.

La materialità del cibo presente e le caratteristiche dei luoghi stessi, intesa come qualità tangibile e percepibile, diventa un elemento decisivo. Una partecipante, ad esempio, descrive il mercato settimanale (*la feria*) proprio come "*il mio luogo del cibo* (Angela)", sottolineando come la decisione su cosa acquistare al mercato sia profondamente influenzata dagli stimoli visivi e sensoriali durante la spesa del sabato mattina: "*Preferisco venire alla feria perché lì ho tutto. Ora vedrai più o meno cosa faccio... Cammino, guardo, scelgo, mi piace avere molta scelta (...) Sono una cliente abituale, ma con delle variazioni.* D: E da cosa dipendono le variazioni? *A: Dai prezzi, da come si presentano la frutta, la verdura... La decisione è molto visiva* (Angela)". Ciò evidenzia come la materialità del cibo e il contesto sensoriale dei luoghi contribuiscano a plasmare l'esperienza complessiva dello

spazio, trasformando un luogo di approvvigionamento in un ambiente significativo e personale. In questo processo, la relazione con il luogo diventa anche una modalità attraverso cui le partecipanti raccontano e riconoscono sé stesse: l'essere una "cliente abituale, ma con delle variazioni" non descrive soltanto un comportamento di consumo, ma rimanda a un'identità in costruzione, flessibile e situata, che si definisce nel rapporto con la materialità del cibo, con le sue qualità visive e sensoriali e con le caratteristiche fisiche del luogo. In questo senso, tali spazi diventano contesti in cui le partecipanti si orientano, si riconoscono e si (ri)scoprono, contribuendo alla costruzione della propria identità nel quotidiano urbano. Un ulteriore esempio descrittivo è offerto da Paola che sceglie un bar per la particolare presenza di una terrazza e di un tavolino: "(..) *Mi piace soprattutto quel tavolino lassù* (indicando un tavolo affacciato sul mare)*. A volte vengo con un'amica e prendiamo un caffè, ma c'è una piccola terrazza con il mare vicino, ecco perché mi piace* (Paola)". Il tavolino da caffè rappresenta un simbolo di benessere e di connessione relazionale, in cui lo scambio generato attorno al cibo-caffè amplifica l'importanza del contesto ambientale e arricchisce i significati personali e relazionali, configurandosi come uno spazio quotidiano attraverso cui la partecipante costruisce e riconosce la propria identità.

Un secondo aspetto degno di nota che emerge dai risultati riguarda la dinamica di presenza-assenza dei luoghi selezionati dalle partecipanti. Spesso le donne hanno rivelato l'esistenza di luoghi che hanno cessato di esistere fisicamente, ma che continuano a esercitare una forte influenza simbolica nella loro vita. Sembra quindi che, nonostante la loro assenza, questi luoghi alimentari continuino ad assumere un significato anche di tipo transnazionale, in cui le tradizioni e le memorie culinarie italiane si fondono e si rinegoziano nel contesto cileno, attraverso la rielaborazione che ne viene fatta. Ad esempio, è stato molto interessante osservare come due partecipanti, Paola e Teresa, avessero scelto autonomamente lo stesso ristorante come significativo, anche se ora inattivo. Una di loro lo descrive per la ricchezza di relazioni sociali che vi erano legate nella sua esperienza: "*Allora, questo era un ristorante italiano, e quando sono arrivata si chiamava DV. Era di un italiano, di Bergamo. E qui, per esempio, c'era questa cosa che i camerieri erano lì da tanto tempo, quindi arrivavi e ti riconoscevano, ti salutavano... Qui c'era qualcosa di più... di affetto. Anche i miei figli, per esempio, o mia madre, andavano al DV, poi abbiamo cambiato un po', ma non si poteva sostituire, perché era un posto dove... ti riconoscevano, tutto qui. E poi l'hanno chiuso, saranno cinque anni.* D: E quando ha chiuso? *R: No... eh quello che mi ha rattristato quando ha chiuso, era una sensazione... sai... di perdita.* D: Perdita di cosa? *A: Di punti di riferimento, penso ai punti di riferimento* (Paola)". In questo senso, i ristoranti del passato, pur non esistendo più come spazi fisici, continuano a operare come veri e propri ancoraggi identitari, contribuendo a mantenere una continuità narrativa tra il passato e il presente dell'esperienza migratoria. La loro chiusura non rappresenta soltanto la perdita

di un luogo di consumo, ma la perdita di punti di riferimento simbolici e relazionali, all'interno dei quali si erano sedimentate memorie, affetti, pratiche ripetute e forme di riconoscimento reciproco. Attraverso il ricordo di questi luoghi, le partecipanti continuano a rinegoziare il proprio rapporto con l'italianità, intrecciando dimensioni transnazionali e temporali e mostrando come l'identità si costruisca e si mantenga anche attraverso spazi alimentari che, pur assenti nel presente, restano attivi sul piano simbolico.

In accordo con precedenti ricerche sulle esperienze sensoriali legate al cibo in antropologia (Sutton, 2001), geografia (Rodaway, 1994) e studi multidisciplinari (Korsmeyer, 2007), questi risultati mostrano come i luoghi del cibo e le esperienze sensoriali che è possibile vivere in e attraverso di essi emergono come spazi che trascendono la loro mera funzione materiale, acquisendo un profondo significato simbolico. Utilizzando il già citato concetto teorico di assemblaggio di Deleuze e Guattari (2006), è possibile ora considerare questi luoghi del cibo a tutto tondo come configurazioni dinamiche in cui la materialità dei luoghi e delle pratiche alimentari, le esperienze personali e i ricordi culturali si intrecciano. Deleuze e Guattari propongono inoltre che gli assemblaggi comprendano due dimensioni principali. La prima è il processo di espressione, che articola significati e discorsi attraverso narrazioni: nel contesto alimentare urbano analizzato, queste narrazioni si riferiscono alle narrazioni fatte dei luoghi dalle partecipanti. La seconda dimensione è il contenuto, che riguarda principalmente le componenti materiali e concrete; in questo caso esse includono l'ambiente fisico e il cibo stesso. Queste entità non sono considerate semplici aggregazioni di elementi, ma piuttosto forme agenti in cui queste componenti interagiscono in modo attivo e continuo. In questo senso quindi, i luoghi del cibo sono particolari luoghi che svolgono la funzione di connettori temporali tra il tempo passato e il presente, facilitando la rielaborazione dei ricordi attraverso la continua interazione tra narrazioni e componenti materiali alimentari.

Conclusioni e sviluppi futuri

I risultati di questo studio hanno permesso di esaminare le complesse interrelazioni tra identità, luoghi urbani, genere e pratiche alimentari delle donne italiane residenti in Cile. La scelta di luoghi legati all'Italia riflette un tentativo di preservare le tradizioni culinarie d'origine, ma al tempo stesso si accompagna a un processo di negoziazione dei ruoli di genere associati al cibo. Le partecipanti sembrano infatti descrivere un costante movimento di ricerca di equilibrio tra il rispetto delle tradizioni alimentari e la messa in discussione dei modelli culturali di genere ad esse collegati. Un secondo risultato emerso riguarda la dimensione simbolica dei luoghi alimentari scelti, che abbiamo in questa sede definito come luoghi che nutrono. Questi spazi sono portatori di significati profondi e

si configurano come risorse capaci di nutrire, attraverso il cibo, sia bisogni materiali sia dimensioni simboliche legate alle relazioni e alla costruzione dell'identità nel quotidiano.

Il camminare come tecnica di ricerca ha permesso alle partecipanti di "dare vita" ai luoghi, attribuendo loro significato e rendendo visibile come le pratiche alimentari si configurino come processi in costante divenire, attraverso i quali memorie ed esperienze vengono richiamate e rinegoziate nello spazio urbano, contribuendo all'espressione e alla costruzione identitaria. In questo senso, la tecnica specifica del *Foodscape Walking*, illustrata di seguito, ha consentito di esplorare la triangolazione tra identità, migrazione e pratiche alimentari nello spazio pubblico, andando oltre i confini della sfera domestica. È stato descritto in questo studio un più ampio paradigma relazionale che ha compreso non solo la partecipante e la ricercatrice, ma anche il paesaggio urbano, le località attraversate, la materialità dei luoghi, la storia e l'interazione dinamica tra tutti questi elementi. Abbiamo inteso questi elementi come un assemblaggio dinamico, in cui il camminare è stato vissuto come una risonanza affettiva, generata da congiunzioni momentanee tra forze cinestetiche, materiali e sociali. Dal punto di vista metodologico, lo studio si distingue per due elementi di forza: da un lato, il coinvolgimento di un'équipe di ricerca multiculturale e interdisciplinare, che ha garantito una lettura articolata dei dati; dall'altro, lo sviluppo di un protocollo specifico per l'applicazione della tecnica *Foodscape Walking*, che può rappresentare una base solida per la replicabilità del metodo in future ricerche.

Trattandosi di uno studio esplorativo, non mancano tuttavia alcuni limiti. In primo luogo, l'analisi è basata su un numero ridotto di casi, che non permette di generalizzare i risultati. Inoltre, la forte specificità del contesto urbano analizzato limita la trasferibilità delle conclusioni ad altri contesti geografici e culturali. Saranno pertanto necessarie ulteriori indagini che amplino il numero di partecipanti, includano città e regioni differenti, e mettano a confronto esperienze migratorie eterogenee. Sarebbe inoltre auspicabile che studi futuri prendano in considerazione non solo le esperienze delle donne migranti, ma anche quelle di persone con identità di genere diverse, provenienti da contesti socioeconomici ed etnici differenti, così da arricchire ulteriormente la comprensione delle connessioni tra cibo, genere e migrazione negli spazi urbani. Inoltre, non è stata tematizzata in modo sistematico e approfondito la variabile dell'età delle partecipanti, che emerge come variabile importante in filigrana nelle loro narrazioni. Ricerche future potrebbero interrogarsi in maniera più approfondita su come le diverse fasi del ciclo di vita influenzino il rapporto con il cibo, i processi di acculturazione e la ridefinizione dei ruoli di genere.

Per quanto concerne la metodologia del camminare, una discussione dei limiti specifici è rimandata alla sezione successiva del capitolo.

Approfondimento metodologico. Il *Foodscape Walking* come tecnica di ricerca in psicologia: esplorare l'identità dei migranti attraverso le pratiche alimentari nei contesti urbani

Arcadu, M., Reyes Espejo, M. I., Cazorla Becerra, K. V., & Migliorini, L. (2025). *Foodscape Walking* as a research technique in psychology: exploring migrant identity through food practices in urban contexts. *Qualitative Research in Psychology*, 1–25. https://doi.org/10.1080/14780887.2025.2577474

Approfondimento metodologico. Il *Foodscape Walking* come tecnica di ricerca in psicologia: esplorare l'identità dei migranti attraverso le pratiche alimentari nei contesti urbani

Introduzione

In continuità con lo studio empirico precedentemente presentato, questa sezione propone un approfondimento metodologico dedicato propriamente alla tecnica del *Foodscape Walking*. L'obiettivo qui è quello di restituire il percorso di studio ed elaborazione teorica e metodologica che ha condotto alla formalizzazione conclusiva di questa proposta come strumento di ricerca qualitativa in psicologia, recentemente pubblicata sulla rivista *Qualitative Research in Psychology*[13].
Tale lavoro è anch'esso il risultato del percorso di ricerca svolto nell'ambito della co-tutela tra l'Università di Genova e la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, durante il quale ho potuto sviluppare e formalizzare, insieme al gruppo di ricerca, la tecnica del *Foodscape Walking* nonché di approfondirne i presupposti metodologici frequentando corsi e laboratori dedicati alla metodologia del camminare, sotto la supervisione della professoressa co-tutor Maria Isabel Reyes Espejo. Grazie al confronto con il gruppo di ricerca e alla riflessione condivisa nel tempo, è stato possibile sviluppare questa proposta di ricerca innovativa, che punta ad sviluppare dimensioni teoriche, epistemologiche e applicative che illustrino il *Foodscape Walking* come una tecnica per indagare le espressioni e modalità di costruzione identitarie dei migranti proprio attraverso il cibo e le pratiche alimentari nei contesti di vita dei partecipanti/delle partecipanti. Coerentemente con l'impostazione dell'articolo su cui questa sezione si basa, il capitolo procederà ora seguendo una struttura di presentazione di tipo classico, articolata in un inquadramento introduttivo e teorico, una breve rassegna sul camminare come metodo di ricerca, la descrizione del protocollo del *Foodscape Walking* e una riflessione conclusiva sulle potenzialità, i limiti e i possibili sviluppi futuri della tecnica.

Negli ultimi decenni, le metodologie qualitative in psicologia hanno subito un'evoluzione significativa, incorporando approcci innovativi che consentono l'esplorazione dell'esperienza umana in contesti dinamici e situati (Creamer, 2018; Cromby, 2015; Hesse-Biber, 2010; Maxwell, 2013; Oishi, 2014; Oishi & Graham, 2010; Sandle et al., 2024; Stedman, 2002; Versey, 2022). In questo quadro, le metodologie basate sul movimento e sul corpo hanno acquisito rilevanza grazie alla loro capacità di cogliere la complessità delle interazioni tra gli individui e il loro ambiente (Cazorla-

[13] Arcadu, M., Reyes Espejo, M. I., Cazorla Becerra, K. V., & Migliorini, L. (2025). *Foodscape Walking* as a research technique in psychology: exploring migrant identity through food practices in urban contexts. *Qualitative Research in Psychology*, 1–25. https://doi.org/10.1080/14780887.2025.2577474

Becerra, et al., 2025; D'Errico & Hunt, 2022; Futch & Fine, 2014; Mackay et al., 2018; Stiegler, 2020).

La tecnica del *Foodscape Walking* integra la camminata come pratica di ricerca con l'analisi delle pratiche alimentari, considerandoli elementi chiave nella costruzione dell'identità in contesti migratori. A differenza del *walkscape* proposto da Careri (2019) da cui questa ricerca prende le mosse che accentua le dimensioni spaziali ed estetiche dell'esplorazione urbana, il *Foodscape Walking* pone al centro a pieno titolo la dimensione alimentare, sottolineando il ruolo del cibo e degli spazi alimentari nella formazione dell'identità e del significato durante il processo migratorio.

I metodi qualitativi tradizionali in psicologia, come le interviste semi-strutturate, hanno dimostrato di avere dei limiti quando si tratta di cogliere la complessità delle esperienze psicologiche spaziali e affettive legate al cibo (Büscher & Urry, 2009; Greene, 2007; Rucks-Ahidiana & Bierbaum, 2017). Al fine di colmare questa lacuna, questo approccio attiva una dimensione sensoriale, corporea-materiale e narrativa che arricchisce la costruzione del significato (Burns et al., 2020; Maxwell, 2013; Giardina & Newman, 2011a; 2011b; Wellard, 2016). L'atto di camminare nel paesaggio urbano in questo caso specificatamente alimentare non è solo un atto fisico, ma anche cognitivo, in quanto stimola la memoria e la riflessione sui temi indagati. Facilita inoltre l'osservazione diretta dell'interazione dinamica tra soggetto e contesto e consente una comprensione più contestualizzata dei significati attribuiti al cibo e agli spazi alimentari, superando i limiti degli approcci tradizionali e mostrando come, anche a livello individuale, l'esperienza emerga da un processo relazionale e situato di continuo "farsi" nel rapporto con l'ambiente.

L'obiettivo di questa sezione di approfondimento è quindi quello di presentare il *Foodscape Walking* come protocollo strutturato, illustrandone i fondamenti teorici ed epistemologici, le fasi operative, il potenziale empirico e i punti critici. Si procede quindi a un esame riflessivo delle ramificazioni epistemologiche e applicative di questa tecnica con l'obiettivo di formulare un nuovo strumento di ricerca per l'analisi dell'identità migrante. In questa prospettiva, le *Foodscape Walking* offrono una lente attraverso cui comprendere come l'identità dei migranti sia plasmata dall'interazione tra geografia, cibo, tempo e spazio, dimensioni che insieme costituiscono un processo situazionale e relazionale in cui ricordi, pratiche materiali e contesti sociali si intrecciano.

Questo lavoro a carattere metodologico offre anche l'opportunità di riflettere sul potenziale di protocolli innovativi che, basati su tecniche di camminata, possono essere adattati a specifiche domande di ricerca, consentendo un'esplorazione più mirata e interdisciplinare di questioni centrali per le scienze sociali e psicologiche.

Gli spunti sopra richiamati sono applicati qui in dialogo con il campo dei *food studies*, proponendo uno spazio di ricerca incentrato sulle pratiche alimentari, sulla materialità del cibo e sulla loro

interazione con lo spazio e i luoghi. Questo approccio apre nuove prospettive per l'analisi psicologica dell'identità, permettendo di considerare congiuntamente le dimensioni corporea, culturale e spaziale attraverso cui l'esperienza si costruisce e si esprime nelle relazioni con il cibo e con i contesti di vita.

Camminare come metodo di ricerca: approcci e tecniche nelle scienze sociali

Gli studi sulla mobilità rappresentano un campo interdisciplinare che cerca di descrivere, analizzare e comprendere le complesse dinamiche del movimento di persone, oggetti e idee. Questo campo di studi integra prospettive provenienti dalla sociologia, dall'antropologia, dalla geografia, dagli studi culturali e dagli studi sui trasporti, arricchendo così la nostra comprensione di come la mobilità influenzi i fenomeni sociali e soggettivi contemporanei (Di Masso et al., 2025; Cresswell, 2006; Solsona-Cisternas, 2021). A partire dagli anni '90, il paradigma della mobilità ha trasformato la comprensione delle identità, delle strutture sociali e delle relazioni di potere, affrontando fenomeni quali la migrazione, i trasporti, gli spostamenti quotidiani e la circolazione di idee e informazioni (Sheller & Urry, 2006; Szymanowski, 2016). Questo approccio ha sottolineato la necessità di incorporare narrazioni sottorappresentate, in particolare quelle provenienti dal Sud del mondo, per mettere in luce le disparità storiche nelle pratiche di mobilità e migrazione (Jirón & Imilán, 2018; Solsona-Cisternas, 2021). Inoltre, esso pone l'accento non solo sul movimento fisico, ma anche sull'opposto di immobilità, sugli spazi di transito, sul movimento potenziale e sulle loro implicazioni per la vita sociale (Urry, 2007; Zunino, 2018). Storicamente, la pratica del camminare è stata esaminata da pensatori di rilievo come Rousseau, Goethe e Nietzsche. Questi intellettuali consideravano il camminare un mezzo di scoperta identitaria di Sé nonché una via per stabilire una profonda connessione con l'ambiente naturale circostante. Il concetto di *homo viator*, coniato da Nietzsche, sottolinea il valore educativo del camminare, enfatizzandone il ruolo nella crescita personale e nell'illuminazione (Solnit, 2001). Nel XX secolo, il campo delle scienze sociali e urbane ha iniziato a esaminare l'impatto dell'ambiente costruito sulla mobilità pedonale, segnando un cambiamento significativo nello studio del camminare (Springgay & Truman, 2017). In particolare, la pratica della ricerca sul camminare, intesa come complessa interazione sociale tra persone, oggetti tangibili e intangibili, consente di osservare e raccogliere dati direttamente nel loro contesto di vita naturale, mettendoli in relazione con luoghi specifici e posizioni spaziali (Evans & Jones, 2011).
Attualmente, i metodi di ricerca basati sul camminare sono impiegati in varie discipline e continenti (Kwiatkowski, 2016; Warren, 2017; Kärrholm et al., 2017; Kingsbury, 2019). L'utilizzo di questi metodi ha visto un notevole aumento negli studi relativi all'etnografia urbana (Evans & Jones, 2011; Ingold & Vergunst, 2008), così come nei campi dell'arte e della performance (Edensor, 2010; Middleton, 2010; Myers, 2010; Pink et al., 2010). Inoltre, questi approcci sono stati impiegati in

contesti biografici, dove facilitano la strutturazione delle narrazioni e il processo di ricordo per analizzare le evoluzioni epressive e di costruzione identitaria (Wylie, 2002; Hein et al., 2008). Sono anche utilizzati come strumento complementare negli studi sull'accessibilità urbana e la mobilità sostenibile (Balsas, 2017; Cazorla-Becerra, et al, 2025). Inoltre, una serie di ricerche ha integrato il camminare con metodologie visive, utilizzando registrazioni fotografiche e geolocalizzazione per documentare le esperienze nello spazio (Nóżka & Martini, 2015).

Nonostante l'ampia gamma di approcci e applicazioni delle metodologie di ricerca basate sul camminare, proponiamo nella nostra lettura di organizzare queste tecniche in tre grandi aree che riflettono diverse prospettive metodologiche e obiettivi di ricerca:

- approccio discorsivo: incentrato prevalentemente sulla conversazione e sulla narrazione che emerge tra il ricercatore e il partecipante;
- approccio etnografico: basato prevalentemente sull'osservazione immersiva del ricercatore del contesto fisico e sociale del partecipante;
- approccio performativo: in cui il camminare è prevalentemente concepito come un atto creativo e relazionale tra partecipante e ricercatore capace di generare nuovi significati e forme di interazione socio-spaziale.

Questa classificazione ha uno scopo puramente analitico e non deve essere considerata una segmentazione rigida delle categorie, poiché numerose tecniche di camminata incorporano elementi provenienti da più approcci. Tuttavia, ai fini di utilità per il presente lavoro e a scopo esplicativo, ciascuna prospettiva sarà brevemente presentata nelle sue caratteristiche principali nelle sezioni seguenti a partire dall'analisi della letteratura condotta previamente.

Metodologie di camminata nel quadro discorsivo-dialogico (1)

Le tecniche impiegate in questo primo ambito privilegiano l'interazione narrativa e dialogico-discorsiva tra il ricercatore e il partecipante. Queste metodologie mirano a cogliere le esperienze soggettive in relazione agli spazi percorsi camminando, combinando il dialogo e l'osservazione nel contesto. Va chiarito che l'espressione discorsivo-dialogico si riferisce alla natura dialogica delle metodologie di camminata, in cui la conversazione emerge dall'esperienza situata del muoversi nello spazio.

Una tecnica predominante è l'intervista camminata (1), nota anche come *walk-along interview*. Questo metodo esplora la relazione tra l'individuo e il suo ambiente (Evans & Jones, 2011) e prevede che il ricercatore accompagni il partecipante in una passeggiata in un ambiente significativo, osservando i fenomeni spaziali e raccogliendo dati qualitativi attraverso domande e osservazioni. L'intervista viene registrata e occasionalmente integrata con strumenti visivi come macchine

fotografiche o videocamere per arricchire l'analisi successiva. Questa tecnica è stata ampiamente utilizzata in studi riguardanti la mobilità quotidiana, la progettazione urbana e l'impatto dell'ambiente costruito sul benessere.

Analogamente, la *go-along interview* (2) consente un'esplorazione approfondita del senso del luogo e delle dinamiche della vita quotidiana (Kusenbach, 2003; Carpiano, 2009). In questo caso, il ricercatore accompagna il partecipante durante le sue attività ordinarie, come una passeggiata nel quartiere o un'uscita quotidiana, e pone domande aperte mentre osserva i comportamenti e le interazioni dei partecipanti. Questo metodo è stato utilizzato in studi sulla salute, la mobilità e la migrazione, chiarendo come gli individui percepiscono e vivono il loro ambiente. È documentato attraverso registrazioni e appunti sul campo, offrendo una comprensione contestualizzata dei significati associati ai luoghi e alla vita quotidiana.

Infine, l'intervista partecipativa itinerante (3) offre un approccio in cui il partecipante prende l'iniziativa, decidendo il percorso, la durata e gli aspetti da mostrare al ricercatore. In questa variante, il ricercatore accompagna il partecipante in un tour geografico che quest'ultimo ha selezionato in relazione all'argomento della ricerca (Clark & Emmel, 2010; Emmel & Clark, 2009). Questo metodo è stato utilizzato in studi riguardanti l'identità territoriale, il senso di appartenenza e la pianificazione urbana, consentendo di documentare gli atteggiamenti e le percezioni dei partecipanti riguardo a una determinata area. L'intervista è documentata tramite registrazioni audio e appunti sul campo, mentre alcuni studi hanno integrato strumenti visivi, come mappe o registrazioni fotografiche, per completare la comprensione dell'ambiente visitato.

Queste metodologie in questa prima sezione sono caratterizzate da un approccio dialogico, nel senso di produttore di dialogo, in cui il camminare funge da catalizzatore per la produzione di narrazioni riguardanti lo spazio e l'esperienza vissuta. Tuttavia, ciascuno di questi modelli presenta specifiche variazioni nel livello di strutturazione e nel grado di coinvolgimento dei partecipanti nella definizione del percorso.

Metodologie di camminata con un quadro etnografico (2)

La seconda tipologia di tecniche di camminata che proponiamo è caratterizzata dall'enfasi sull'osservazione immersiva del contesto fisico e sociale, esplorando l'interazione del partecipante con l'ambiente circostante senza per forza avviare uno scambio discorsivo.

Una di queste tecniche è lo *shadowing* (4), che consiste nell'accompagnare il partecipante durante le sue attività quotidiane, permettendogli di immergersi nelle dinamiche contestuali (Meunier & Vásquez, 2008). Si concentra sull'osservazione continua del comportamento del partecipante senza una serie di domande prestabilite da porre, il che riduce l'intervento del ricercatore e consente di

documentare le pratiche spontanee nel loro ambiente naturale (Quinlan, 2008). Questa tecnica è stata utilizzata in studi sugli ambienti di lavoro, la mobilità urbana e le dinamiche sociali negli spazi pubblici. In questo caso, lo *shadowing* può anche essere documentato attraverso note dettagliate sul campo, registrazioni audio o video e, in alcuni casi, strumenti visivi come fotografie per completare l'analisi degli spazi visitati.

Un'altra tecnica rilevante è la deriva (5), ispirata al movimento situazionista, che incoraggia l'esplorazione spontanea e non lineare dello spazio urbano, stimolando riflessioni critiche sul rapporto tra le persone e il loro ambiente (Debord, 1999). In questa pratica, il partecipante (o il ricercatore stesso) vaga per la città senza una destinazione predeterminata, guidato dagli stimoli dell'ambiente e lasciando che il paesaggio urbano influenzi la direzione del viaggio. Profondamente legata al campo della psico-geografia, la deriva cerca di tracciare geografie alternative della città individuando anche punti di irradiazione emotiva (De Certeau, 1984). È stata utilizzata in studi di urbanistica critica, arte e geografia culturale, come strumento per mettere in discussione le rappresentazioni convenzionali dello spazio ed evidenziare le disuguaglianze territoriali.

Il *bimbling* (6) invece rappresenta una forma più informale di camminare, caratterizzata dall'assenza di un obiettivo chiaro. Piuttosto che un percorso strutturato, questa tecnica si concentra sull'esperienza del camminare come atto relazionale, promuovendo una conversazione spontanea e riflessiva con il partecipante. È considerata una forma di etnografia camminata che lascia spazio al pensiero non lineare e alla libera associazione (Hein et al., 2008; Anderson, 2004; Moles, 2008). Il *bimbling* è stato utilizzato spesso in studi relativi all'identità, alla memoria e ai legami emotivi con il territorio ed è spesso documentato attraverso appunti etnografici sul campo, registrazioni audio e, in alcuni casi, diari di riflessione scritti dagli stessi partecipanti.

Infine, la ricerca geospaziale (7) integra strumenti tecnologici come il GPS e i sistemi informativi geografici (GIS) per mappare i dati fisici e spaziali durante la passeggiata. Questo approccio è stato utilizzato per analizzare le dinamiche urbane, tracciare i modelli di mobilità in tempo reale e comprendere come le persone vivono lo spazio da una prospettiva geolocalizzata. Negli studi di pianificazione urbana e mobilità, l'uso del GPS consente anche di collegare i percorsi a dati quantitativi sull'accessibilità e la distribuzione del territorio, mentre l'analisi GIS facilita la visualizzazione delle traiettorie e la sovrapposizione di informazioni geografiche con variabili socioeconomiche (Jung & Elwood, 2010). Questi metodi sono spesso combinati con interviste e osservazioni, fornendo una prospettiva mista di dati che collega l'esperienza soggettiva del camminare con dati spaziali utili per un'eventuale elaborazione quantitativa.

In sintesi, le metodologie relative a questa sezione enfatizzano la dimensione etnografica del camminare, dando priorità all'immersione del ricercatore nella vita quotidiana dei partecipanti e all'esplorazione sensoriale dell'ambiente.

Metodologie di camminata nel quadro performativo (3)

L'approccio che definiamo in questa sede performativo concepisce il camminare come un atto creativo e relazionale, in grado di generare nuove interpretazioni dello spazio e delle relazioni socio-spaziali e culturali. A differenza degli approcci discorsivi o etnografici, in questo filone il movimento viene inteso come una pratica in sé che produce esso stesso conoscenza.

All'interno di questa categoria si colloca il camminare artistico ed esplorativo (8), che utilizza l'atto del camminare come espressione performativa e sperimentale, generando nuove narrazioni spaziali e sfidando i modi consolidati di abitare il territorio. Progetti come il "*WalkingLab*" hanno esplorato il camminare come pratica interdisciplinare che combina arte, teoria critica e sperimentazione metodologica, sottolineando la necessità di superare la rigidità metodologica e di incorporare approcci più incarnati e affettivi nella ricerca sociale (Springgay & Truman, 2017). Queste pratiche sono state applicate in studi che esploravano paesaggi urbani, memoria, attivismo spaziale e resistenza culturale, utilizzando strumenti aggiuntivi complementari come ad esempio le registrazioni audiovisive, i diari di campo creativi e tecnologie interattive per documentare l'esperienza (Cazorla-Becerra, et al., 2025).

Un altro approccio in questo campo è il *queer walking* (9), che utilizza il camminare come strumento volto a decostruire narrazioni normative vigenti rispetto a luoghi e identità. Integrando strumenti artistici, questo approccio ha permesso di esplorare temi sociali e intimi come la sessualità, il genere e il colonialismo, mettendo in evidenza come gli spazi siano socialmente codificati e politicamente regolati (Truman & Springgay, 2016). Attraverso un approccio critico e intersezionale, questo tipo di camminate sono capaci di trasformare i luoghi fisici in veri e propri "concetti" di ricerca, promuovendo innovative interpretazioni spaziali e relazionali. La registrazione di queste esperienze spesso combina narrazioni riflessive, mappature soggettive e documentazione multimediale, facilitando un'analisi sensoriale e politica del camminare.

Nel complesso quindi, in queste tecniche viene evidenziata la dimensione creativa e trasformativa del camminare, posizionandolo come uno strumento di ricerca che non solo rappresenta la realtà, ma la riconfigura attivamente.

La rassegna delle differenti modalità applicative del camminare illustrata sopra evidenzia la molteplicità e la diversità degli approcci, degli strumenti e dei metodi di raccolta dei dati propri di questo ambito. Le differenze tra queste tecniche non si limitano alle loro basi epistemologiche, ma

riguardano anche aspetti operativi, come ad esempio la durata della camminata, il grado di strutturazione del percorso e il ruolo del ricercatore e del partecipante.

Il *Foodscape Walking* si inserisce in questo quadro, traendo ispirazione dal già citato *walkscape* proposto da Careri (2019). Il *Foodscape Walking* ne amplia il campo d'azione, integrando l'elemento alimentare come centrale nella costruzione dell'identità e del senso di appartenenza. L'approccio del *Foodscape Walking* combina dimensioni discorsive ed etnografiche: integra una componente conversazionale, poiché il ricercatore dialoga con i partecipanti durante la camminata, coinvolgendo al contempo anche l'immersione nell'ambiente fisico e sensoriale proprio della ricerca, ponendo particolare attenzione anche alle materialità degli spazi alimentari e alle esperienze incarnate che essi evocano (odori, consistenze, immagini o vere e proprie interazioni con i luoghi e il cibo). Queste dimensioni non sono trattate come elementi separati o meno influenti di quanto si rileva dalla narrazione, ma come elementi che contribuiscono alla generazione del dato di ricerca. Questo approccio permette così di cogliere le narrazioni individuali, le pratiche incarnate e i significati che emergono dal contatto diretto delle persone con spazi alimentari significativi.

Nella sezione successiva presento le implicazioni epistemologiche e il protocollo metodologico del *Foodscape Walking*.

Metodologia: il protocollo di *Foodscape Walking*

Fondamenti teorici ed epistemologici

Il *Foodscape Walking* è una tecnica di ricerca qualitativa che combina la camminata con l'analisi delle pratiche alimentari.

Il concetto di *foodscape*, su cui si basa questa tecnica, è stato introdotto nella letteratura a metà degli anni '90 per descrivere l'insieme degli spazi fisici, sociali e simbolici in cui si svolgono le pratiche alimentari (Kühne, 2023; Yasmeen, 2023; Johnston & Goodman, 2015). Questo termine è stato ampiamente utilizzato nel campo di studi sulla nutrizione, della geografia alimentare e della salute pubblica, non solo per esaminare i processi di produzione, distribuzione e consumo degli alimenti, ma anche per indagare le dimensioni estetiche, normative e simboliche che emergono dall'interazione tra cibo e spazio. Da una prospettiva psicosociale, il paesaggio alimentare (*foodscape*) può essere inteso come uno spazio relazionale e bio-culturale in cui il cibo è sia un elemento materiale che uno strumento attraverso il quale si negoziano l'appartenenza e i significati (Mikkelsen, 2011).

Alla luce di queste premesse, abbiamo sviluppato il *Foodscape Walking* come tecnica di ricerca qualitativa che esplora, attraverso la camminata, il legame tra cibo, spazio e identità, applicandola ai contesti migratori. La tecnica proposta nasce da una riflessione metodologica sviluppata dal gruppo

di ricerca sulla base di studi condotti precedentemente in forma esplorativa sul camminare, e si sviluppa proprio nell'intersezione dialogica di diversi campi di ricerca, tra cui la psicologia culturale (Valsiner, 2014), gli studi sulla migrazione (Pechurina, 2020; Ranta & Nancheva, 2019) e gli studi alimentari (Sutton, 2021). Utile è anche l'approccio del filone di studi relativo ai nuovi materialismi, che offre spunti utili per comprendere il cibo come mediatore decisivo nei processi identitari. Bennett (2010), ad esempio, dedica un capitolo intero alla "materia edibile" e propone di considerare il cibo come materia capace di agire nel mondo e di partecipare attivamente alla costruzione del Sé: lo definisce un vero e proprio "operatore attante" criticando chi dedica ancora troppa poca attenzione alla forza della materialità alimentare (Bennett, 2010, p. 102). Questa prospettiva aiuta nel riconoscere ancora di più il cibo come un vero agente relazionale capace di produrre azioni nel mondo, non dandolo quindi per scontato. Oltre a queste prospettive, ci ispira anche l'approccio del realismo agenziale proposto da Karen Barad (2007), che mette in discussione la separazione tra soggetti e oggetti, sottolineando la natura relazionale di una realtà interdipendente tra il socioculturale e il materiale. Da questa prospettiva, il cibo, gli spazi alimentari e i partecipanti (compreso il ricercatore) emergono insieme durante il processo di *Foodscape Walking* attraverso fenomeni di intra-azione[14] che ne modellano il significato. La prospettiva baradiana ci permette di concepire il dialogo, l'osservazione, la materialità e l'affettività come parte dello stesso campo relazionale, in cui i *foodscape* sono continuamente co-costruiti attraverso intra-azioni situate. In termini pratici, questo orientamento influenza la progettazione delle camminate in tre modi: in primo luogo, tratta le narrazioni, gli oggetti, le impressioni sensoriali e le risposte affettive non come domini separati, ma come elementi materiali-discorsivi interconnessi da registrare congiuntamente durante la passeggiata; in secondo luogo, inquadra la camminata stessa come un atto performativo che genera connessioni, ricordi e significati nel momento stesso del movimento; in terzo luogo, colloca i corpi dei partecipanti all'interno di assemblaggi multi specie e territoriali, riconoscendo l'agenzia distribuita che configura i paesaggi alimentari. In questa prospettiva, il ruolo del corpo inteso come presenza situata entra attivamente nella scena di ricerca. Molti ricercatori hanno osservato da differenti prospettive come il corpo sia un veicolo per la costruzione di sé e che la concezione del corpo rivela molte concezioni che ognuno ha di sé (Counihan, 1999; Douglas, 1966). Nonostante ciò, tendiamo però spesso a dare

[14] Karen Barad (2007) propone il concetto di intra-azione per differenziarlo dalla classica idea di interazione. Mentre l'interazione presuppone l'esistenza di entità separate che poi interagiscono tra loro, l'intra-azione presuppone che i fenomeni, i soggetti e gli oggetti non preesistano come unità isolate, ma siano reciprocamente costituiti nel loro incontro. Ciò significa che l'identità delle cose emerge in modo relazionale nei processi a cui partecipano. Pertanto, l'agenzia non risiede nelle singole parti, ma nella relazione stessa. Nel campo della ricerca, ciò implica riconoscere che il ricercatore e i partecipanti co-producono conoscenza, che non esistono osservatori neutrali e che anche gli spazi, i tempi e i materiali partecipano alla costituzione del fenomeno studiato. L'intra-azione non è semplicemente "relazionarsi a qualcosa che è già lì", ma il processo attraverso il quale le entità diventano relazionali e dove l'agenzia si dispiega dalla relazione stessa piuttosto che dalle singole parti.

per scontate le manifestazioni del corpo e raramente queste vengono esaminate. In linea con le prospettive teoriche già citate all'interno di questo lavoro del post umanesimo e nuovi materialismi, il corpo dei partecipanti, così come allo stesso tempo quello del ricercatore, non si limita qui a percorrere lo spazio, ma lo abita, lo sente e lo performa, contribuendo alla produzione del dato attraverso posture, gesti, ritmi e modalità di attraversamento dei luoghi. Camminare implica qui un coinvolgimento corporeo difficilmente accessibile attraverso modalità esclusivamente discorsive. Il corpo diventa esso stesso, quindi, in questa proposta un dispositivo epistemico, attraverso cui si esprimono memorie, appartenenze, fatiche e anche tensioni legate all'esperienza migratoria. Ciò si rende visibile, ad esempio, nei modi in cui i partecipanti possono rallentare o accelerare il passo in prossimità di specifici luoghi alimentari, oppure nelle esitazioni, nei cambi di traiettoria o nelle soste davanti a spazi carichi di significato o ricordi. In queste situazioni, il corpo non reagisce allo spazio, ma esso stesso configura l'esperienza vissuta dalla coppia ricercatore-partecipante. L'attenzione alla dimensione corporea permette quindi di cogliere il Foodscape Walking come pratica incarnata, in cui movimento, spazio e corpo si intrecciano nella co-costruzione dell'esperienza e dei significati ad essa associati.

Il *Foodscape Walking,* che punta ad analizzare direttamente i luoghi alimentari significativi per i partecipanti e le esperienze che fanno di essi, consente così un'analisi incarnata e situata dei modi in cui, nel caso dell'esperienza migratoria, il cibo diventa un connettore tra il passato e il presente, e tra il paese di origine e il paese ospitante (Zou et al., 2022). Questa tecnica risulta inoltre particolarmente utile anche per la ricerca in contesti che potrebbero essere caratterizzati da vulnerabilità e complessità dove i partecipanti potrebbero avere difficoltà a esprimere verbalmente le esperienze e i sentimenti legati alla mobilità, al lutto e alla trasformazione identitaria.

Sebbene il *Foodscape Walking* presenti alcune affinità con le tecniche descritte nella rassegna, è fondamentale chiarire come esso se ne distingua per la centralità esplicita attribuita al cibo e ai paesaggi alimentari, assunti come ancore materiali, simboliche e relazionali dell'esperienza. Non è dunque il camminare in quanto tale a caratterizzare questa proposta, quanto piuttosto il camminare orientato al cibo, la cui rilevanza teorica ed epistemologica è stata già argomentata nell'introduzione, alla quale si rimanda per una discussione approfondita sul ruolo del cibo e delle pratiche alimentari.

Descrizione e fasi operative del protocollo di Foodscape Walking

La struttura generale del protocollo di *Foodscape Walking* prevede diverse fasi operative, dalla preparazione iniziale alla raccolta e all'analisi dei dati, garantendo un equilibrio tra flessibilità di applicazione e rigore analitico. Sebbene il protocollo sia qui presentato nella sua configurazione duale (ricercatore/partecipante), che facilita una maggiore attenzione alle narrazioni personali e ai dettagli situazionali, esso può anche essere adattato a piccoli gruppi. In questo caso, la fase di pianificazione

può essere condotta in una sessione preparatoria o in collaborazione con le comunità partecipanti, consentendo una mappatura collettiva dei paesaggi alimentari della comunità. La dimensione del gruppo dovrebbe essere definita in base al contesto e alla cultura; sulla base della nostra esperienza sul campo, suggeriamo di non superare i dieci partecipanti, sia per ragioni pratiche (ad esempio, accessibilità e percorribilità del cammino) sia per garantire che gli spazi di conversazione e riflessione rimangano accuratamente facilitati.

Le diverse fasi sono presentate nella tabella 8 e saranno ora descritte nel dettaglio.

Preparazione		Preparazione della guida per l'intervista e degli strumenti necessari per la passeggiata (mappa, macchina fotografica/videocamera)
Primo contatto telefonico		Costruzione del rapporto partecipante-ricercatore. Verifica dei criteri di inclusione e della disponibilità a partecipare. Presentazione dell'intera attività e consegna.
Camminata	**Fase 1**	Incontro nel luogo, giorno e ora proposti dal partecipante, contestualizzazione dell'obiettivo e firma del consenso informato.
	Fase 2	Percorrere il percorso proposto dal partecipante, raggiungendo i luoghi alimentari significativi scelti.
	Fase 3	Chiusura della camminata e condivisione delle riflessioni sull'esperienza
Scrittura diario di campo		Registro delle riflessioni del ricercatore
Trascrizione completa e analisi del materiale		Trascrizione e analisi del materiale: audio, video, foto e diario di campo

Tabella 8 Protocollo applicativo della tecnica *Foodscape Walking*

Preparazione

In questa fase, il ricercatore prepara gli strumenti necessari per la camminata, tra cui una guida per l'intervista, una mappa, registratori audio/video e, se necessario, una macchina fotografica per documentare i luoghi alimentari visitati. Per evitare un'interpretazione rigida del protocollo, è importante chiarire che la camminata non prevede una serie fissa di domande da porre, ma si basa piuttosto su una riflessione preliminare sui temi centrali della ricerca. Il ricercatore deve avere chiari gli obiettivi dello studio e le domande di ricerca che guidano l'intero progetto, in modo da poter porre qualsiasi domanda che sorga durante la camminata, adattandosi al contesto e all'esperienza del partecipante. L'idea è che il dialogo si sviluppi in modo organico, stimolato dall'ambiente e dalle esperienze vissute durante il cammino, piuttosto che seguire una sequenza rigida di domande. In secondo luogo, è essenziale preparare una mappa per tracciare il percorso, al fine di documentare gli spostamenti. Ciò può essere fatto manualmente o con strumenti di geolocalizzazione digitale. Lo

strumento della mappa facilita l'analisi successiva e, se costruito insieme al partecipante, rafforza l'approccio dialogico della metodologia. Questa prima fase comprende anche la riflessione sui possibili itinerari e sugli aspetti logistici del viaggio, tenendo conto delle considerazioni pratiche ed etiche fondamentali per il successo della ricerca: è necessario, infatti, valutare in anticipo le condizioni meteorologiche avverse, la sicurezza dei luoghi attraversati e la capacità fisica del partecipante per garantire un'esperienza fluida e sicura (Carpiano, 2009; Jones et al., 2008). È inoltre importante disporre di piani alternativi in caso di maltempo o eventi imprevisti che potrebbero compromettere la passeggiata. Inoltre, la registrazione della conversazione richiede misure specifiche per ridurre il rumore ambientale, come l'uso di microfoni professionali o dispositivi di riduzione del rumore (Emmel e Clark, 2009). È necessario inoltre tenere conto delle dimensioni etiche, poiché la natura pubblica della camminata può esporre i partecipanti a situazioni impreviste, come l'incontro con conoscenti o l'impossibilità di garantire pienamente la riservatezza della conversazione. È quindi essenziale informare i partecipanti in anticipo su questi aspetti e concordare strategie per affrontarli, assicurando che si sentano a proprio agio in ogni momento dell'esperienza.

Primo contatto telefonico

Il primo contatto con il partecipante è un momento cruciale per stabilire un rapporto di fiducia e garantire una partecipazione consapevole e volontaria. Di solito avviene per telefono o e-mail e ha lo scopo di presentare la ricerca, chiarire eventuali domande e verificare i criteri di inclusione necessari. È essenziale che il ricercatore adotti un approccio trasparente in questa fase, spiegando gli obiettivi dello studio, come si svolgerà la camminata e il tipo di partecipazione richiesta al partecipante. Durante questa fase viene spiegata l'importanza della scelta dei luoghi alimentari da parte del partecipante, sottolineando che il percorso deve riflettere la sua personale e intima esperienza alimentare. Inoltre, vengono fornite informazioni pratiche sulla possibile durata dell'attività, sulle strategie di documentazione che verranno utilizzate e sulle misure adottate per garantire la riservatezza e la protezione dei dati.

Camminata

La camminata è suddivisa in tre fasi principali, ciascuna delle quali è essenziale per garantire che la raccolta dei dati sia coerente con gli obiettivi e per valutare l'esperienza del partecipante nel processo di ricerca.

Fase 1: Il ricercatore e il partecipante si incontrano nel luogo, alla data e all'ora concordati in precedenza. Questo momento rappresenta un'ulteriore opportunità per creare un clima di fiducia e mettere il partecipante a suo agio prima di iniziare. Viene ribadito l'obiettivo della ricerca e, se non è

stato fatto in precedenza, viene firmato il modulo di consenso informato. Per sostenere questo momento iniziale, il partecipante è invitato a segnare su una mappa preparata dal ricercatore i luoghi significativi legati al cibo. La mappa non deve fungere da itinerario fisso ma da strumento relazionale e pratico: aiuta ad aprire la conversazione, ad anticipare aspetti logistici che garantiscono attenzione e rispetto per le esigenze del partecipante e, allo stesso tempo, lascia il percorso aperto ad aggiustamenti, deviazioni e cambiamenti spontanei che possono emergere durante la passeggiata.

Fase 2: Il partecipante guida il ricercatore lungo il percorso che ha pianificato, descrivendo e parlando dei luoghi e del loro significato, mettendoli liberamente in relazione con la sua vita. Durante la passeggiata, il ricercatore incoraggia la conversazione attraverso domande in linea con l'obiettivo di ricerca o che sorgono spontaneamente dall'esperienza, contribuendo così alla costruzione dei dati. Il dialogo è arricchito dall'osservazione dell'interazione tra il partecipante e lo spazio circostante, compresi gli elementi sensoriali come gli odori, i suoni e i colori, che possono evocare ricordi e riflessioni spontanee. La Figura 11 illustra visivamente questa fase con degli esempi grafici tratti da esperienze sul campo, evidenziando gli aspetti interattivi tra partecipante, spazio urbano e luoghi legati al cibo.



Figura 11 Esempi visivi di *Foodscape Walking* tratti dall'esperienza sul campo: prima e terza immagine, ombre del partecipante e del ricercatore durante la camminata, che esprimono simbolicamente la co-costruzione di conoscenze; seconda immagine, attraversamento del mercato locale e interazione spontanea con uno dei venditori.

Fase 3: Al termine della camminata, vengono condivise le riflessioni sull'esperienza tra partecipante e ricercatore. Questo momento molto importante consente di raccogliere le impressioni immediate, discutere eventuali osservazioni emerse durante la camminata e approfondire aspetti che potrebbero non essere stati affrontati durante la passeggiata. Il ricercatore si pone in ascolto e prende nota di eventuali elementi emergenti che potrebbero arricchire l'analisi successiva, ringrazia il partecipante

per il tempo dedicato e lascia aperta la possibilità di risentire il partecipante o di ricevere ulteriori pensieri in merito all'esperienza.

Scrittura del diario di campo

La scrittura di un diario di campo è un passo essenziale, in quanto consente ai ricercatori di registrare le riflessioni, osservazioni e impressioni immediatamente dopo la camminata. Oltre a registrare gli eventi, il diario dovrebbe includere analisi preliminari, reazioni dei partecipanti, dinamiche relazionali emergenti e dettagli contestuali notati che non sempre possono essere rilevati attraverso registrazioni audio o video, ma che in qualche modo colpiscono il ricercatore. Questo strumento aiuterà poi a mappare il processo di ricerca, riflettendo sulle scelte metodologiche e sugli imprevisti che si sono verificati, fornendo un'ulteriore fonte per un'interpretazione più approfondita dei dati raccolti.

Trascrizione e analisi del materiale

In questa fase finale, i dati raccolti vengono sistematizzati, trascritti e analizzati. L'analisi segue un approccio di tipo tematico e riflessivo, integrando le narrazioni dei partecipanti con le osservazioni contestuali e sensoriali annotate dal ricercatore, nonché la mappa e altro materiale fotografico e video. Inoltre, la prospettiva baradiana influenza il processo analitico oltre le fasi iniziali della codifica: l'analisi segue pertanto considerando i fenomeni oggetto di analisi come intra-azioni. Ciò significa che: (1) i codici preliminari tematici vengono letti come assemblaggi in cui le narrazioni si intrecciano con le materialità (oggetti, aromi, paesaggi alimentari) e le pratiche corporee osservate durante la camminata; (2) i dati vengono osservati e interrogati rispetto alla loro emergenza situazionale, considerandoli in interazione con l'ambiente e con gli affetti mobilitati dalla passeggiata; e (3) la camminata stessa è analizzata in quanto atto che produce connessioni, gesti e sensazioni che costituiscono dati a pieno titolo. Questo approccio analitico include quindi anche una forte componente di riflessività dei ricercatori, che devono riconoscere come le loro identità, i loro ricordi e le loro esperienze migratorie possono interagire con quelle dei partecipanti.

A titolo illustrativo del processo analitico, la figura 12 presenta una rappresentazione visiva del percorso a piedi, ricavata da una precedente esperienza di ricerca, che esemplifica come sono state analizzate e interpretate le traiettorie spaziali. L'analisi può essere effettuata manualmente o con il supporto di software qualitativi per la codifica e l'organizzazione dei dati, a seconda delle esigenze della ricerca.

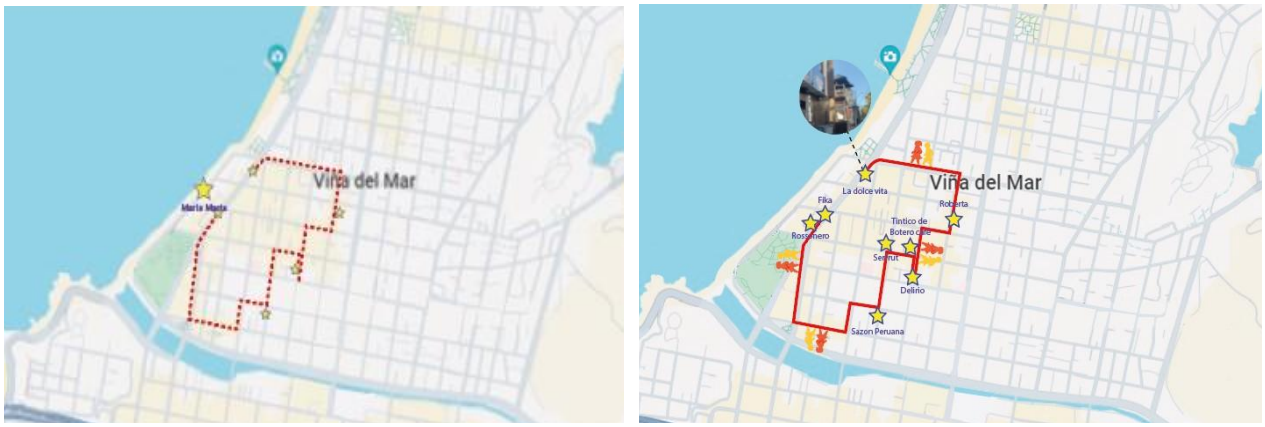


Figura 12 Rappresentazioni visive del percorso a piedi da uno studio precedente. Le immagini rappresentano i percorsi seguiti durante un'esperienza di ricerca e applicazione della tecnica; sono evidenziati i luoghi significativi scelti dai partecipanti per descrivere la loro esperienza alimentare. Le immagini illustrano anche la natura iterativa del processo analitico, in cui i percorsi spaziali vengono progressivamente arricchiti con elementi aggiuntivi come fotografie e annotazioni contestuali.

A complemento del protocollo presentato, riteniamo utile condividere alcune riflessioni maturate durante il lavoro empirico precedentemente svolto dagli autori, in cui il *Foodscape Walking* si è dimostrato un processo profondamente condiviso tra il ricercatore e il partecipante, in grado di generare connessioni inedite tra luoghi, esperienze e narrazioni. Infatti, il ricercatore e il partecipante si muovono insieme, e il primo non è un osservatore distante o uno scopritore di una realtà nascosta nel secondo, ma entrambi sono costruttori ed esploratori di realtà. Inoltre, il camminare genera un dialogo fluido e spontaneo che si intreccia con i suoni, i colori, gli odori e la materialità dei luoghi attraversati. A volte, la narrazione nasce da un dettaglio inaspettato, come l'insegna di un ristorante che ricorda un sapore dell'infanzia o l'aroma di una spezia durante una camminata che evoca un momento vissuto altrove e apre una nuova storia. La dimensione sensoriale evocata dal cibo rappresenta un'opportunità per costruire narrazioni legate a ricordi ed emozioni difficili da evocare solamente attraverso una domanda di tipo cognitivo. Ciò richiede un approccio documentario da parte del ricercatore sensibile ad includere anche appunti su gesti, esitazioni, espressioni facciali e interazioni con lo spazio che sono significativi. Nel processo di co-costruzione, il ricercatore deve essere in grado di seguire il ritmo e la direzione spaziale e narrativa del partecipante, lasciando spazio a pause, deviazioni e persino momenti di silenzio e riflessione.

In questo equilibrio tra struttura e flessibilità, il *Foodscape Walking* è un'esperienza profondamente umana di riappropriazione dell'identità, in cui la ricerca viene intrapresa insieme, passo dopo passo.

Potenzialità e limiti

Rispetto ad altre metodologie basate sul camminare, la tecnica del *Foodscape Walking* è uno strumento che consente di esplorare i significati legati al cibo e alle pratiche alimentari nei contesti

quotidiani. Dal punto di vista della ricerca psicologica, e in particolare della psicologia sociale del cibo, questa tecnica apre spazi di analisi per indagare come l'identità sia continuamente espressa e negoziata attraverso le relazioni con i luoghi, le pratiche corporee e gli oggetti alimentari. In questo senso, il camminare assume il carattere di un'esperienza generativa che incoraggia la riflessione in movimento, facilitando l'osservazione in situ delle dinamiche socio-materiali che attraversano lo spazio pubblico. Porre il cibo al centro della tecnica ci permette di attivare direttamente una narrazione incarnata mediata dall'elemento alimentare. Il *Foodscape Walking* contribuisce a superare una visione statica della ricerca psicologica sulle pratiche alimentari, proponendo un approccio mobile e sensibile alla complessità delle esperienze identitarie contemporanee. Consente inoltre una comprensione più profonda delle soggettività e delle intersoggettività presenti nelle pratiche alimentari dei partecipanti alla ricerca, sia nel loro ruolo di ricercatori che di partecipanti. In particolare, il movimento implicito nel camminare apporta una dimensione esperienziale e sensoriale che le tecniche di ricerca sedentarie non riescono a cogliere, poiché non invitano all'uso del corpo come mezzo di esplorazione e riflessione. Tuttavia, il potenziale del *Foodscape Walking* va oltre il campo della psicologia, diventando uno strumento prezioso per la ricerca interdisciplinare nelle scienze sociali e in altre discipline correlate. La complessità delle pratiche alimentari richiede approcci che tengano conto degli aspetti culturali, storici, economici, ambientali e politici che modellano le relazioni tra le persone. In questo senso, il camminare alimentare incoraggia un dialogo fluido tra discipline come l'antropologia, la sociologia, la geografia, la nutrizione e gli studi urbani, tra le altre. In questo modo, il cibo non è isolato dalle altre pratiche quotidiane con cui è profondamente intrecciato, come prendersi cura, muoversi, socializzare, divertirsi, abitare gli spazi e molto altro.

Il primo contributo offerto da questa tecnica è di tipo teorico, in quanto si inserisce coerentemente in approcci critici come l'ecologia politica urbana e gli studi femministi, promuovendo la produzione di conoscenze situate. Questo orientamento consente di superare prospettive decontestualizzate, aprendo una lettura plurale e interdisciplinare dello spazio e delle pratiche alimentari; un secondo contributo è di tipo metodologico e si riferisce al potenziale immersivo della tecnica, che permette al ricercatore di osservare in tempo reale l'ambiente studiato e le dinamiche sociali che lo modellano. Il *Foodscape Walking* si distingue poi per la sua flessibilità: può essere adattato a diversi approcci (esplorativo, etnografico, partecipativo) e integrato con altre tecniche, come la produzione fotografica, il *photo-voice* o il *photo-elicitation*; un terzo contributo è di natura analitica, in quanto consente una riflessione fenomenologica su come le persone interagiscono con il loro ambiente attraverso le pratiche alimentari e su come questo influenzi il loro senso di identità. Inoltre, permette di rendere visibili le disuguaglianze sociali e le tensioni legate all'uso e all'appropriazione dello spazio

pubblico nelle pratiche alimentari. Questa tecnica facilita l'accesso a processi di riscoperta dell'intersoggettività in un ambiente vissuto, utile anche nell'analisi dei fattori socio-ambientali legati all'alimentazione. Un altro contributo riguarda la dimensione etica della tecnica, che favorisce un rapporto più orizzontale tra il ricercatore e il partecipante. Camminare insieme permette al partecipante di assumere un ruolo attivo nella guida, riducendo le asimmetrie tipiche dei contesti più strutturati e potenzialmente critici. In particolare, parlando di cibo, un argomento intimo, legato all'identità e talvolta vulnerabile, il *Foodscape Walking* promuove un approccio rispettoso che può essere adattato ai ritmi, ai limiti e alle sensibilità di ciascun partecipante. Allo stesso tempo, la tecnica incoraggia una maggiore attenzione etica agli spazi esplorati, invitando il ricercatore a osservarli con rispetto, senza imporre categorie esterne o punti di vista colonizzatori. Un ulteriore contributo è in termini pratici e riguarda, da un lato, il fatto che la tecnica promuove l'accesso a spazi generalmente invisibili nella costruzione della meta-narrazione del territorio, consentendo la mappatura e l'esplorazione di luoghi poco frequentati, dati per scontati o emarginati, spesso ignorati da altri metodi di ricerca. D'altra parte, è una tecnica che facilita l'attivazione della memoria, poiché camminare attraverso spazi significativi per il cibo stimola ricordi e narrazioni legate alla storia personale, familiare e collettiva, collegati a momenti di pratiche alimentari vissute personalmente o condivise, attivando una dimensione temporale di riflessione.

La ricchezza della tecnica è però accompagnata anche da sfide metodologiche. In primo luogo, non tutti i potenziali partecipanti hanno la possibilità di partecipare pienamente alla ricerca basata sulle passeggiate. Le persone con mobilità ridotta, ad esempio, o con problemi di salute specifici o condizioni sociali particolari (come coloro che non si sentono sicuri negli spazi urbani) possono essere escluse o incontrare ostacoli alla partecipazione. Questo problema pone una sfida etica ai ricercatori, che devono considerare alternative che garantiscano una partecipazione inclusiva. In secondo luogo, come già accennato, il contesto fisico può influenzare in modo significativo l'esperienza del *Foodscape Walking,* poiché fattori quali il tempo, il rumore, l'inquinamento, la sicurezza o la presenza di altre persone nell'ambiente possono condizionare le risposte e le percezioni dei partecipanti. Un terzo aspetto critico è legato alla grande quantità di dati sensoriali, emotivi, narrativi e visivi prodotti dalla tecnica, che possono complicare l'analisi successiva. Il ricercatore deve decidere quali elementi privilegiare e questo può portare alla perdita di informazioni preziose o ad analisi superficiali se non è in atto un rigoroso sistema di registrazione e classificazione dei dati. In quarto luogo, va notato che possono sorgere dilemmi etici riguardanti la privacy degli spazi e delle persone che li abitano: ad esempio, è possibile che vengano visitati luoghi in cui altre persone non si aspettano di essere osservate, sollevando questioni relative al consenso etico e al rispetto

dell'ambiente. Infine, è essenziale richiamare l'attenzione sull'importanza della necessità di un'organizzazione logistica meticolosa per valutare la fattibilità della passeggiata.

Conclusioni e sviluppi futuri

Il protocollo *Foodscape Walking* viene proposto come tecnica di ricerca qualitativa in linea con le prospettive post-umaniste che intrecciano l'interdipendenza delle relazioni umane e non umane, con un'attenzione particolare alla materialità rappresentata dal cibo e dai suoi contesti, dimensioni spesso invisibili. Da questa prospettiva, il *Foodscape Walking* viene proposto anche come pratica performativa e relazionale con un profilo post-umano che coincide con la proposta di realismo agenziale di Karen Barad (2007). La materialità coinvolta in questa camminata (il terreno sotto i piedi, gli odori che emergono, il cibo che appare lungo il percorso ecc.) non è passiva o inerte, ma costituisce un intreccio di relazioni tra umani e non umani. Sandle et al. (2024) hanno difeso l'utilità di questa prospettiva postumana del realismo agenziale per l'analisi di fenomeni sociali complessi che coinvolgono l'intersoggettività umana e non umana, come nel caso delle pratiche alimentari. Il nostro approccio al *Foodscape Walking* si basa proprio sui principi fondamentali che questi autori evidenziano nelle relazioni postumane, che ci permettono anche di immaginare sviluppi futuri di questa tecnica: il primo principio corrisponde alle singolarità dell'autocostruzione. A differenza delle prospettive interazioniste, che concepiscono il camminare come una pratica in cui il materiale e il discorsivo sono indipendenti e interagiscono, il realismo agenziale propone il concetto di intra-azione. Comprendere la tecnica sulla base di questo principio implica riconoscere l'inseparabilità tra il percorso, i camminatori, la memoria, il cibo, i luoghi, i corpi e i sensi, tenendo conto degli intrecci relazionali e di agenzia che si attualizzano in ogni esperienza; ovvero, il percorso si fa camminando. Il secondo principio sottolinea l'importanza dello spazio-tempo: nella pratica del *Foodscape Walking*, lo spazio e il tempo non sono semplicemente coordinate esterne, ma elementi co-costitutivi della pratica. Chiedersi "dove" e "quando" ha luogo una pratica alimentare significa riferirsi a modalità specifiche di partecipazione a una rete relazionale che configura quel tempo e quello spazio come un fenomeno specifico e unico legato al mangiare, al ricordare e al sentire collettivo. L'ultimo principio si riferisce all'apertura al gioco. La giocosità è qui presentata come metafora della creatività metodologica necessaria durante il percorso. Sulla base di questi tre principi, concentriamo il nostro interesse sul camminare come alternativa metodologica che ci permette di condurre ricerche da una prospettiva post-umanista, ampliando la complessità del tessuto sociale che cerchiamo di rendere visibile.

Sebbene la tecnica del *Foodscape Walking* sia stata originariamente sviluppata e applicata nel campo degli studi sulla migrazione e sull'identità dei migranti, il suo potenziale metodologico ci permette di immaginare una varietà di utilizzi nella ricerca qualitativa in psicologia che cerca di articolare il corpo, l'identità, lo spazio e il cibo. La sua forza metodologica risiede proprio nell'evocare riflessioni sulle transizioni temporali e spaziali - il prima e il dopo, il qui e il là - che modellano l'identità attraverso il cibo e il luogo. Può essere quindi a ragione implementata con diversi gruppi sociali che vivono tensioni identitarie, traiettorie di spostamento o esperienze di emarginazione, offrendosi come uno strumento fertile per affrontare le molteplici dimensioni dell'esperienza umana. In ambito clinico, ad esempio, potrebbe essere utile per esplorare il rapporto con lo spazio urbano in persone che vivono difficoltà legate al cibo o alla percezione del proprio corpo, come nei casi di disturbi alimentari, offrendo un ambiente ampio e dinamico. Nella psicologia del lavoro e delle organizzazioni, la tecnica potrebbe essere adattata per analizzare le esperienze dei lavoratori coinvolti nelle economie delle piattaforme, come i *food racer* o i *rider*, prestando particolare attenzione alla gestione dello spazio urbano mediata dal ritiro e dalla consegna di cibo, alla fisicità del lavoro e alle forme di visibilità/invisibilità che questi soggetti vivono quotidianamente. In questo caso, il camminare potrebbe essere sostituito o integrato da forme distinte di mobilità come il ciclismo, mantenendo intatta la logica immersiva ed esplorativa della tecnica. Infine, nel campo della psicologia della salute, il *Foodscape Walking* può essere utilizzato per esplorare le pratiche alimentari in relazione al benessere fisico e mentale, soprattutto in contesti caratterizzati da vulnerabilità sociale o disuguaglianze nell'accesso al cibo. Camminare nei luoghi in cui le persone mangiano permette una comprensione contestualizzata delle barriere e delle risorse percepite nell'ambiente alimentare quotidiano, promuovendo anche processi di consapevolezza e autonomia. La tecnica può anche sostenere ed essere abbinata ad interventi di promozione della salute e incoraggiare una riflessione condivisi. Dal punto di vista metodologico, è concepita come una tecnica adattabile a progetti multisensoriali, multi-specifici e partecipativi, che consente l'integrazione con ulteriori metodi di sollecitazione dei dati come registrazioni visive, cartografiche, sonore e narrative. Infine, la struttura della tecnica la rende particolarmente adatta a contesti di ricerca collaborativa, in cui i partecipanti non sono soltanto guide dei percorsi, ma co-costruttori dei significati che emergono nel corso dell'esperienza. Ciò apre alla possibilità di integrare il Foodscape Walking con approcci metodologici differenti, promuovendo un'etica della ricerca fondata su relazioni più dialogiche, orizzontali e affettivamente situate.

CAPITOLO

4

Famiglie migranti a tavola: un'analisi *mixed method* delle narrazioni alimentari genitoriali prima, durante e dopo il viaggio

Arcadu, M., Parasecoli, F., & Migliorini, L. (2025). Food practices and migrant families: A dynamic model of psychosocial family identity configuration. *Journal of consumer culture (manuscript under review).*

Arcadu, M., Cáceres Serrano, P., Reyes Espejo, M. I., & Migliorini, L. (2025). Acculturation processes and food neophobia: A quantitative analysis in migrant families *(manuscript under review).*

Arcadu, M., Cataldo, R., & Migliorini, L. (2025). Modeling food neophobia and acculturation in migrant families through PLS path modeling.
Journal of International Migration and Integration (manuscript under review).

Capitolo 4. Famiglie migranti a tavola: un'analisi *mixed method* delle narrazioni alimentari genitoriali prima, durante e dopo il viaggio

Introduzione

Dopo aver approfondito, nel capitolo precedente, il rapporto tra cibo e identità a livello individuale attraverso un'articolazione teorica, metodologica ed empirica, il presente capitolo si concentra sul livello familiare, esplorando come l'identità familiare migrante si costruisca e si riorganizzi attraverso le pratiche alimentari quotidiane. L'intero studio è articolato secondo un disegno *mixed method* e integra una componente di parte qualitativa e una quantitativa. La prima parte, qualitativa, permette di cogliere i significati che i membri della famiglia attribuiscono al cibo come spazio di continuità, negoziazione e trasformazione identitaria, mentre la seconda parte quantitativa si propone di indagare le relazioni tra specifici costrutti psicologici connessi ai processi di acculturazione e alle attitudini alimentari di apertura e chiusura rispetto a cibi non familiari. In particolare, saranno ripresi e approfonditi in questo studio i costrutti teorici già introdotti nell'introduzione generale: le dimensioni dell'acculturazione, esplorata secondo le dimensioni specifiche di adattamento sociale, adattamento psicologico, distanza culturale percepita e orientamento all'acculturazione e i costrutti di neofobia e neofilia alimentare, concettualizzati a partire dal contributo di Fischler (1988).

La famiglia costituisce un contesto privilegiato per lo sviluppo delle identità, in cui si intrecciano processi di trasmissione di valori, modelli di riferimento e narrazioni condivise che orientano le traiettorie di vita (Wiking et al., 2022; McAdams e McLean, 2013; Ferring, 2017). Questo contesto, quindi, offre un'opportunità unica per osservare in profondità le pratiche, le narrazioni e le relazioni che gli individui articolano e rinnovano continuamente nella loro vita quotidiana a livello familiare, primo gruppo di riferimento per la vita di un individuo. Tra queste pratiche, come visto, il cibo emerge come un ambito significativo per l'attuazione e la trasformazione dell'identità in questo caso declinata all'ambito familiare (Helton et al., 2023). All'interno delle comunità di migranti, questi processi identitari sono soggetti a tensioni e riconfigurazioni ancora più forti, poiché la migrazione richiede alle famiglie di confrontarsi con i nuovi contesti socioculturali che incontrano nel nuovo paese d'arrivo (Falicov, 2012; Bulut et al., 2024).

Alla luce di questa premessa, risulta ora necessario approfondire i costrutti teorici che guideranno l'analisi di questo capitolo. In primo luogo, sarà discusso il costrutto di identità familiare, intendendolo come configurazione dinamica di pratiche, narrazioni e relazioni. In secondo luogo, si presenteranno riflessioni rispetto a come tale processo venga influenzato dal percorso migratorio inteso come fase di transizione critica per la famiglia. In terzo luogo, verrà approfondito il rapporto

tra famiglie migranti, cibo e pratiche alimentari, che costituirà il terreno empirico per il presente capitolo. Infine, saranno presentati i costrutti di neofobia alimentare e acculturazione, che rappresentano qui variabili centrali per comprendere le dinamiche psicologiche e relazionali delle famiglie, indagati nella parte quantitativa dello studio. Questo percorso concettuale così inteso propone di costruire un quadro integrato sulle teorizzazioni familiari in ambito alimentare, utile sia per interpretare la dimensione qualitativa delle configurazioni identitarie familiari, sia per analizzare, attraverso modelli quantitativi, il legame tra orientamenti alimentari di apertura o chiusura e processi di adattamento culturale.

Comprendere l'identità familiare: un quadro situazionale e relazionale

La famiglia è ampiamente considerata come uno degli spazi relazionali più significativi nei processi di costruzione dell'identità (Erikson, 1968) e un ambito fondamentale nella definizione globale del Sé (Galliher et al., 2017; Gyberg et al., 2019). Piuttosto che come un'entità statica, la famiglia dovrebbe essere intesa come una realtà dinamica, contestuale e culturalmente situata, le cui dinamiche relazionali interne sono intrecciate con il contesto sociale e simbolico in cui si sviluppa (Walsh, 2012; Walsh & McGoldrick 2013). All'interno di questo quadro, la famiglia è concettualizzata come un complesso sistema generativo di narrazioni, ricordi, ruoli e significati che esercitano un'influenza significativa sia sull'identità individuale che su quella familiare stessa (Ferring, 2017). I membri della famiglia possono essere visti come co-creatori delle reciproche identità, e la famiglia è configurata come un contesto interattivo in cui le visioni di Sé e del mondo sono costantemente negoziate. Epp e Price (2018) illustrano ulteriormente questa prospettiva, dimostrando come l'identità familiare sia influenzata da "pacchetti identitari" che emergono in relazione al contesto più ampio, alle identità relazionali (ad esempio coppie, sottogruppi) e alle identità individuali. Queste configurazioni si influenzano a vicenda e si articolano anche attraverso le pratiche quotidiane, i rituali, le routine e gli scambi intergenerazionali. La famiglia può allora essere concettualizzata come un sistema semi-aperto, continuamente in interazione con le caratteristiche socioeconomiche e culturali del contesto in cui è immersa, e orientato alla co-costruzione di un'identità interna (come la famiglia vede sé stessa) e alla proiezione di un profilo esterno (come la famiglia si posiziona rispetto agli altri).

Tuttavia, il campo della psicologia familiare ha tendenzialmente privilegiato un approccio che si concentra sul simbolico e sul narrativo all'interno dell'unità familiare stessa, trascurando il ruolo delle pratiche materiali e incarnate in relazione all'esterno (O'Donohoe et al., 2021). In realtà, i rituali condivisi, le routine quotidiane, gli oggetti, i gesti, i modi di organizzare e abitare fisicamente lo spazio domestico e le interazioni corporee sono dimensioni fondamentali attraverso le quali la famiglia riconosce sé stessa e si legittima come tale.

Partendo da queste basi, il presente contributo abbraccia la concettualizzazione dell'identità familiare come una configurazione dinamica e situata, che comprende una moltitudine di pratiche materiali incarnate, discorsive e affettive. Attingendo anche alla ricerca in antropologia, sociologia e al fiorente campo degli studi alimentari (Fischler, 1988; Douglas, 1975; O'Connell & Brannen, 2016), questa sezione intende approfondire il cibo come dimensione materiale, culturale e interattiva intrinseca alla vita familiare, ponendo l'attenzione su aspetti che vanno oltre le tradizionali preoccupazioni nutrizionali e sanitarie che guidano la maggior parte dei programmi rivolti alle famiglie. L'introduzione del dominio alimentare come lente attraverso cui interpretare l'identità familiare e le sue dinamiche in costante mutamento, risponde alla necessità di ampliare i confini tradizionali della ricerca psicologica sull'identità familiare, riconoscendo che, anche in questo caso, le pratiche alimentari svolgono un ruolo centrale nella costruzione, negoziazione e trasformazione del "noi" familiare.

Il cibo e le pratiche alimentari familiari

Il cibo e le pratiche alimentari, dall'approvvigionamento e dalla cottura al consumo e allo smaltimento degli avanzi, sono fondamentali nella vita familiare, sia come attività quotidiana pervasiva che come spazio simbolico e relazionale (Helton et al., 2023; Kwon & Adams, 2022). Come afferma Jackson (2009), il rapporto tra le famiglie e il cibo è "*socialmente significativo, personalmente coinvolgente, emotivamente carico e politicamente controverso*" (ibid., p. 2). L'idea che le pratiche alimentari della famiglia contribuiscano alla costruzione dell'identità familiare è legata alla più ampia argomentazione, originariamente proposta da Bourdieu (1984), secondo cui i gusti e le preferenze di consumo tendono ad esprimere e rafforzare la propria posizione in relazione ai confini sociali e culturali. I ricercatori hanno sottolineato le implicazioni sociali e identitarie del consumo alimentare familiare (O'Donohoe et al., 2021; Migliorini et al., 2017), prestando particolare attenzione alle relazioni di genere (DeVault, 1991) e offrendo una lettura critica delle rappresentazioni idealizzate del pasto familiare come spazio di coesione e armonia. Le pratiche alimentari familiari sono così intese come un veicolo attraverso il quale vengono trasmesse le norme e rafforzati i codici morali propri di famiglie e generazioni, ma anche come uno spazio in cui si possono manifestare tensioni, negoziazioni e trasformazioni nelle relazioni.

Tuttavia, secondo Daly (2003), queste attività legate all'alimentazione rappresentano uno degli "*spazi negativi*" della teorizzazione psicologica della famiglia, elementi tanto centrali quanto poco esplorati. Sebbene il momento dei pasti in famiglia sia stato oggetto di numerosi studi, in particolare in relazione alla promozione di abitudini alimentari sane e alla prevenzione di comportamenti alimentari rischiosi, il modo in cui queste pratiche contribuiscono alla costruzione dell'identità familiare e di un più ampio

senso di appartenenza sociale rimane poco esplorato dalle scienze sociali (O' Donohoe et al., 2021). Questo è confermato ulteriormente dalla scarsità di studi inclusi a questo livello dalla revisione di letteratura presentata nel capitolo 2. Le pratiche e i rituali familiari legati al cibo svolgono un ruolo fondamentale nell'organizzazione della vita collettiva della famiglia (Fiese, 2006; Fiese & Parke, 2002). Analizzarli risulta pertanto particolarmente rilevante per comprendere come identità, appartenenze, ruoli e significati vengano definiti e rinegoziati nel quotidiano. Porre lo studio dei pasti e delle relazioni alimentari familiari al centro dell'analisi psicologica consente infatti di mettere in luce i processi di costruzione identitaria che si sviluppano in forma incarnata, relazionale e situata, e che si ripetono nelle pratiche quotidiane della vita familiare, anche in contesti complessi e mutevoli come quello della migrazione (Scabini & Cigoli, 2012).

La migrazione come transizione critica e di ridefinizione dell'identità familiare

Riprendendo quanto detto in introduzione, la migrazione può essere concettualizzata come un evento transitorio che comporta un punto di svolta, un momento cruciale in grado di generare un cambiamento nella traiettoria di un individuo e di una famiglia (Chakshu e Rituparna, 2024). Le transizioni segnano cambiamenti nella vita, e possono introdurre profonde fratture e trasformazioni improvvise che richiedono nuove narrazioni e aggiustamenti da parte degli individui. Il contatto con nuove realtà culturali, normative e istituzionali implica per una famiglia l'esposizione a pratiche diverse e la necessità di riorganizzare le routine quotidiane, ridefinire i ruoli e anche ripensare la coesione familiare (Bacallao & Smokowski, 2007; Bulut et al., 2024; Falicov, 2012).

Nel contesto di queste molteplici trasformazioni, le routine e i rituali svolgono un ruolo centrale: la letteratura sottolinea che, nei contesti migratori, le pratiche familiari non solo vengono modificate, ma talvolta rigenerate, acquisendo nuove funzioni di stabilizzazione e contenimento dello stress per i migranti (Fiese, 2006). Le famiglie possono impegnarsi in rituali di memoria e reinventare riti quotidiani, cercando al contempo una coerenza tra passato, presente e futuro, attivando memorie collettive e mantenendo un senso di continuità biografica nonostante le fratture spaziali e simboliche che hanno subito nel corso del percorso migratorio (Falicov, 2012). In questo procedere, le pratiche alimentari rappresentano una delle dimensioni più concrete in cui le famiglie esprimono e riorganizzano le loro routine e i loro rituali che rivelano, materializzano e rendono evidenti i cambiamenti che la migrazione innesca nei processi di appartenenza, cura e coesione (Kwon & Adams, 2022). Il pasto familiare può allora essere considerato una forma concreta di ritualità che organizza la vita domestica e, nel contesto della migrazione, rappresenta un'arena complessa per le pratiche, in cui continuità e rottura, adattamento e resistenza si intrecciano (Abbots, 2016; Cinotto, 2013; Ray, 2004; Sutton, 2001). Anche l'approvvigionamento alimentare costituisce una sfida

continua che le famiglie devono affrontare sia per mantenere le proprie abitudini sia per adattarsi a quelle nuove (Bartholini & Pascoal, 2021). Ingredienti, piatti, modalità di consumo e significati simbolici sconosciuti devono essere infatti valutati attraverso processi di comunicazione interculturale spesso ritenuti scomodi (Parasecoli, 2011). Ecco allora che le abitudini alimentari per una famiglia possono assumere un valore ambivalente: l'atto di preparare un piatto tradizionale, ricordare un sapore o aderire a una regola alimentare ricorrente in tempi passati può rappresentare una forma di legame intergenerazionale, di posizionamento culturale o di resistenza all'identità, ma può anche essere una scelta di distacco, rinegoziazione o sperimentazione, rispondendo al desiderio di differenziarsi o di aderire al contesto ospitante (Parasecoli, 2014). Letti attraverso le lenti alimentari, i percorsi identitari familiari si articolano attraverso gesti materiali quotidiani condivisi tra i membri che diventano veri e propri strumenti per posizionarsi, differenziarsi e definire identità e appartenenza in contesti plurali.

Neofobia alimentare e acculturazione: costrutti psicologici per l'analisi delle pratiche familiari

In continuità con le riflessioni presentate, appare utile approfodnire e riprendere due costrutti psicologici che assumono un rilievo particolare nel presente studio: la neofobia alimentare **e** l'acculturazione. Entrambi offrono strumenti analitici aggiuntivi per indagare come i processi di apertura o resistenza verso nuovi cibi si intreccino con le dinamiche di incontro culturale.

La neofobia alimentare emerge come un costrutto psicologico particolarmente rilevante nello studio di tali fenomeni, in quanto la letteratura sottolinea come influenza direttamente la disponibilità ad accettare o a rifiutare cibi nuovi. Essa viene definita come la riluttanza di un individuo a provare cibi nuovi o sconosciuti (Pliner & Hobden, 1992) e può essere influenzata da numerosi fattori, tra cui l'avversione, la percezione di pericolo o il disgusto (Rozin & Fallon, 1980). Inizialmente concettualizzata come un tratto della personalità, la neofobia alimentare è stata successivamente intesa come una dimensione continua del comportamento individuale che porta ad evitare cibi sconosciuti e non familiari (Tuorila et al., 2001). Riprendendo la definizione originaria, intendiamo qui il costrutto come un fattore di predisposizione che potrebbe influenzare la disponibilità a provare cibi sconosciuti poiché appartenenti a una cultura diversa da quella delle proprie origini. Dovrebbe quindi essere preso in considerazione quando si esaminano le pratiche alimentari adottate dai migranti nel loro nuovo contesto di vita (Tuorila et al., 2001). La *Food Neophobia Scale* (FNS), sviluppata da Pliner & Hobden (1992), è uno strumento ampiamente utilizzato per lo sviluppo di una misura standardizzata della neofobia (Ritchie et al., 2013; Meiselman et al., 2010).

Allo stesso tempo, intendiamo qui l'acculturazione come il processo di adattamento e scambio culturale che si verifica quando individui o gruppi entrano in contatto diretto con una cultura diversa

dalla propria (Berry, 1997). L'acculturazione, in particolare in relazione al cibo (acculturazione alimentare), è un processo costante che svolge un ruolo fondamentale nell'influenzare le scelte alimentari dei migranti e i cambiamenti nella loro dieta (Castro & Fabron, 2022; Lin et al., 2020). Numerosi studi hanno evidenziato l'importanza di indagare la relazione tra i livelli di acculturazione e le scelte e i modelli alimentari adottati dai migranti (Lin et al., 2020). Come già illustrato, nel contesto familiare, ad esempio, la letteratura esistente sottolinea spesso la propensione dei genitori a perpetuare le pratiche culinarie tradizionali anche nel nuovo paese di insediamento (Arcadu et al., 2025; Mude & Nyanhanda, 2023; Trofholz et al., 2020; Calandre & Ribert, 2019). La letteratura evidenzia anche le possibili tensioni e frustrazioni che potrebbero sorgere nei migranti qualora non fosse possibile riprodurre i piatti dei paesi di origine poiché il reperimento di ingredienti familiari risulta difficoltoso (Kwon, 2022), o qualora il costo dei prodotti tradizionali importati risulti essere troppo elevato per un loro consumo quotidiano. La letteratura riconosce quindi ampiamente il ruolo della cultura nel plasmare atteggiamenti di apertura o chiusura nei confronti di cibi sconosciuti (Rabadan et al., 2021; Choe & Cho, 2011; D'Antuono & Bignami, 2012; Olabi et al., 2009), nonché il ruolo di dimensioni specifiche legate all'acculturazione sembrano essere cruciali (Demes e Geeraert, 2014).

Nonostante i significativi progressi in questo campo di ricerca, tuttavia, tali argomenti sono spesso stati trascurati dalle scienze sociali in particolare relativamente all'impatto che la neofobia alimentare potrebbe avere sul grado di acculturazione e scambio con il nuovo contesto per i migranti (Verbeke & López, 2005). Inoltre, sebbene siano state condotte ricerche sul tema delle diete dei migranti, pochi studi hanno esaminato specificamente il contesto familiare (Mascarello et al., 2020). A questo proposito e in continuità con le lacune evidenziate dalla revisione della letteratura, dunque, appare particolarmente interessante e pertinente approfondire le modalità di costruzione identitaria famigliare in migrazione attraverso le lenti degli studi alimentari, indagando il ruolo della neofobia nell'influenzare i diversi domini dell'acculturazione.

Obiettivi dello studio

Il presente capitolo si propone di analizzare, in prospettiva familiare, il processo di espressione e costruzione identitaria in contesti migratori, esplorando da un lato il rapporto che le famiglie, intese come unità primarie di analisi, instaurano con il cibo e con le pratiche alimentari, e dall'altro le dinamiche psicologiche legate alla neofobia e ai processi di acculturazione che accompagnano tale costruzione. L'attenzione non sarà quindi esclusivamente sui singoli individui componenti della famiglia, ma sui significati, le dinamiche e le pratiche collettive e condivise all'interno del nucleo che permettono di negoziare e ridefinire costantemente l'identità familiare.

Per rispondere all'obiettivo, pertanto, lo studio adotterà un approccio *mixed-methods*, articolato su due livelli complementari:

- Da un lato, attraverso l'analisi qualitativa, l'obiettivo è comprendere come coppie parentali migranti esprimano e rielaborino l'identità familiare attraverso il ruolo giocato dal cibo nella vita familiare;
- Dall'altro, la componente quantitativa si propone di indagare come i costrutti di neofobia alimentare e acculturazione intervengano nelle dinamiche di apertura o resistenza verso nuovi cibi, illuminando i processi attraverso cui l'identità familiare migrante viene espressa e negoziata. L'uso congiunto di due diverse metodologie statistiche ha consentito di approfondire tali relazioni da prospettive differenti ma complementari: in un primo momento il modello APIM ha permesso di cogliere le interdipendenze che caratterizzano i legami all'interno delle coppie; in un secondo momento l'approccio PLS-PM ha consentito di analizzare l'acculturazione come costrutto multidimensionale e di valutarne la relazione con la neofobia attraverso la proposta di un modello complessivo.

Metodologia dello studio complessivo

Il presente studio adotta un disegno mixed methods di tipo convergente parallelo (Creswell & Plano Clark, 2018), in cui i dati qualitativi e quantitativi sono stati raccolti e analizzati in modo parallelo e successivamente integrati al fine di offrire una comprensione articolata del fenomeno indagato. Pur provenendo dallo stesso gruppo di partecipanti e momento di rilevazione, i dati sono stati ottenuti attraverso strumenti differenziati e analizzati mediante approcci distinti, in coerenza con le specificità di ciascuno degli obiettivi illustrati. I dati qualitativi e quantitativi sono stati analizzati inizialmente in modo separato. L'integrazione tra i due insiemi di dati è avvenuta in una fase successiva, di tipo interpretativo, attraverso un processo di fusione (*merging*) (ibid.), che ha consentito di mettere in relazione i risultati emersi dai due approcci. Nello specifico, i risultati sono stati posti in dialogo al fine di individuare convergenze, divergenze e complementarità, permettendo di articolare una comprensione multilivello dei processi di costruzione identitaria a livello familiare. In questo processo, i dati qualitativi hanno contribuito a contestualizzare e approfondire i risultati quantitativi, mentre questi ultimi hanno consentito di mettere in evidenza pattern e relazioni tra le variabili considerate.

Nei paragrafi successivi, i dettagli metodologici, i risultati e le discussioni vengono presentati in forma congiunta quando condivisi tra le due componenti dello studio, oppure distintamente nei casi in cui sia necessario descrivere separatamente tecniche, strumenti o procedure specifiche della parte qualitativa e di quella quantitativa.

Partecipanti

Al presente studio ha partecipato un gruppo di 33 coppie eterosessuali migranti (66 individui) residenti in una regione dell'Italia nord-occidentale. Le coppie sono state selezionate in base ai seguenti criteri di inclusione: entrambi i genitori dovevano essere nati in un paese differente dall'Italia, aver compiuto un percorso di migrazione in Italia, parlare e comprendere sufficientemente bene la lingua italiana, avere almeno un figlio congiuntamente e quest'ultimo doveva essere nato in Italia. È stata utilizzata una tecnica di campionamento a valanga, particolarmente efficace per raggiungere una popolazione non facilmente accessibile con i metodi di campionamento convenzionali. Il gruppo iniziale di partecipanti è stato reclutato a partire da contatti di prossimità con il ricercatore che a loro volta hanno segnalato conoscenti disponibili a partecipare.

Le principali caratteristiche sociodemografiche dei partecipanti sono presentate nella tabella 9.

	Categorie	**Frequenza relativa (%)**
Genere	Femmina	50,00
	Maschio	50,00
Età	<= 38y	28,57
	39y-42y	22,22
	>=43y	49,21
Origine	Africa	15,87
	America	42,86
	Asia	14,29
	Europa	26,98
Anni in Italia	<=10	25,40
	10--20	31,75
	>= 21	42,86
Livello educazione	Elementare	17,46
	Scuola superiore	63,49
	Laurea triennale	6,35
	Laurea magistrale	12,70

Tabella 9 Caratteristiche descrittive del gruppo di partecipanti

Il numero medio di figli per coppia nel campione è 2, il che indica una tendenza generale verso famiglie di medie dimensioni. L'età media dei figli è 15,4 anni, il che riflette un'ampia fascia d'età e la presenza sia di figli minorenni che adulti all'interno dei nuclei familiari.

È utile menzionare che il progetto di ricerca non ha coinvolto direttamente i figli, ma si è concentrato sulle percezioni e le esperienze dei genitori. Tale scelta è stata motivata da diverse considerazioni di ordine metodologico e teorico: in primo luogo, in molte delle famiglie partecipanti i figli erano ancora troppo piccoli per poter offrire un contributo riflessivo o narrativo rispetto a pratiche e significati alimentari; in secondo luogo, i bambini nati o cresciuti nel Paese ospitante non hanno vissuto in prima persona l'esperienza migratoria; infine nelle famiglie con figli di età prescolare o scolare, le responsabilità legate alla spesa, alla preparazione dei pasti e alla definizione delle scelte alimentari rimangono ancora prevalentemente affidate agli adulti, rendendo i genitori i principali attori nella gestione delle pratiche alimentari quotidiane. Più in generale quindi, i genitori rappresentano figure chiave non solo perché sono coloro che hanno avuto la responsabilità della decisione relativa al percorso di migrazione, ma anche perché sono loro stessi che svolgono il ruolo cruciale nel trasmettere il patrimonio culturale e, in questo caso alimentare, alle nuove generazioni.

Procedura

La procedura ha previsto un primo contatto telefonico con i partecipanti per le presentazioni e per confermare la disponibilità, seguito poi dalla programmazione dell'intervista. In questa prima sede sono stati anche valutati i criteri di ammissibilità allo studio.

Prima di iniziare la raccolta dei dati, è stato chiesto a tutti i partecipanti di firmare il modulo di consenso informato (si veda nella sezione relativa alle considerazioni etiche). Ai partecipanti è stato garantito il diritto alla riservatezza e all'anonimato, sottolineando che i dati raccolti sarebbero stati utilizzati esclusivamente a fini di ricerca e sarebbero stati presentati in forma aggregata. Solo dopo aver ottenuto il consenso scritto e discusso e risolto eventuali dubbi o criticità in merito allo studio, si è proceduto con l'intervista di coppia. Successivamente, a ciascun partecipante (ciascun genitore quindi) è stato chiesto di compilare il questionario in formato cartaceo contenenti le domande di tipo sociodemografiche e le scale previste (si vedano i dettagli nella sezione successiva). Infine, i dati raccolti sono stati inseriti e analizzati con specifici software per l'analisi dei dati (Nvivo per la parte qualitativa e Jamovi e R per la quantitativa).

Strumenti

Sezione qualitativa

In linea con precedenti ricerche che hanno esplorato i pasti in famiglia, le pratiche alimentari e le relazioni sociali (Trofholz et al., 2020), è stato utilizzato un protocollo di intervista semi-strutturata per affrontare le aree chiave del fenomeno, mantenendo comunque la flessibilità necessaria per consentire l'emergere di elementi aggiuntivi inaspettati. La struttura delle interviste è stata sviluppata

dai membri del gruppo di ricerca con esperienza nella ricerca qualitativa sulla famiglia e successivamente ad un'analisi approfondita della letteratura su questi temi. Le interviste hanno così esplorato le routine, i discorsi, i significati e le emozioni associati al cibo in occasioni ordinarie e speciali, prima, durante e dopo il viaggio migratorio per le famiglie individuate. La durata media delle interviste è stata di circa 45 minuti e tutte sono state registrate e trascritte *verbatim* per la successiva analisi.In appendice si riporta il protocollo completo dell'intervista e i materiali utilizzati.

Sezione quantitativa

Per la sezione quantitativa sono stati somministrati un questionario sociodemografico e le scale psicometriche individuate, validate per l'uso nel contesto italiano.

- Il questionario sociodemografico ha raccolto dati su sesso, età, paese di origine, numero di anni di residenza in Italia, titoli di studio, religione ed eventuali prescrizioni alimentari per motivazioni etiche o religiose, numero di figli e stato civile.
- Rispetto alle misure psicometriche, la prima scala è quella relativa al costrutto di neofobia alimentare e si tratta della *Food Neophobia Scale* (FNS), validata nel contesto italiano per gli adulti e con una buona validità di costrutto (Guidetti et al., 2018). La scala è stata scelta sulla base di una revisione completa della letteratura e di revisioni sistematiche nel campo rispetto a tutti gli strumenti sviluppati e utilizzati per misurare la neofobia alimentare (Flight et al., 2003; Damsbo et al., 2017). La scala nel contesto italiano ha mostrato una buona consistenza interna con un alfa di Cronbach pari a 0,84. La validità di costrutto della scala è stata confermata dall'analisi fattoriale confermativa, che ha indicato un modello unidimensionale con un buon adattamento ai dati ($\chi2(6) = 30,02$, TLI = 0,96, CFI = 0,99, RMSEA = 0,07).
- Il secondo protocollo riguarda il costrutto dell'acculturazione, ed è suddiviso in quattro scale progettate per misurare l'adattamento socioculturale, l'adattamento psicologico, la distanza culturale percepita e l'orientamento all'acculturazione (Demes & Geeraert, 2014). Le scale specifiche sono le seguenti: la *Brief Socio-Cultural Adjustment Scale* (BSAS) – scala di adattamento socioculturale, la *Brief Psychological Adjustment Scale* (BPAS) – scala di adattamento psicologico, la *Brief Perceived Cultural Distance Scale* (BPCDS) – scala della distanza culturale percepita, e la *Brief Acculturation Orientation Scale* (BAOS) – scala di orientamento all'acculturazione. Lo sviluppo di queste scale da parte degli autori (Demes & Geeraert, 2014), è nato dall'esigenza di affrontare alcune limitazioni inerenti alle misure esistenti. Tali limitazioni includevano la variabilità dovuta a sfumature specifiche del contesto e difficoltà nel generalizzare i risultati a popolazioni diverse. Inoltre, le misure preesistenti spesso contenevano un numero elevato di voci, il che risultava dispendioso in termini di tempo. Per le ragioni presentate si è ritenuto un ottimo strumento da applicare in questo

contesto. Le quattro scale brevi sviluppate hanno dimostrato proprietà psicometriche ottime, offrendo un approccio efficiente ed efficace alla valutazione dei domini individuati. In particolare, la scala di adattamento socioculturale (BSAS) ha mostrato una forte consistenza interna con un alfa di Cronbach di 0,85, la scala di adattamento psicologico (BPAS) ha riportato un alfa di 0,82. La scala di distanza culturale percepita (BPCDS) ha riportato un alfa di Cronbach pari a 0,85, e infine la scala di orientamento all'acculturazione (BAOS) ha mostrato valori alfa pari a 0,78 per la sotto scale del paese di origine e 0,72 per la sotto scale del paese ospitante. Inoltre, anche la validità di costrutto di tutte le scale è stata confermata (Demes & Geeraert, 2014).

Approccio metodologico del disegno dello studio

Sezione qualitativa

La metodologia dello studio qualitativo si basa sull'approccio tipico della *family research* (Tagliabue e Lanz, 2004), che considera la famiglia non solo come sfondo delle singole vite individuali dei membri che la compongono, ma come unità primaria di analisi. Questo approccio prevede la raccolta di dati da diversi membri della stessa famiglia per poter analizzare aspetti emergenti della vita familiare complessiva, in questo caso rispetto alla costruzione identitaria a seguito della migrazione. Questo disegno si è rivelato particolarmente adatto per esplorare i processi di identità familiare, poiché l'intervista alla coppia parentale ha permesso di cogliere dinamiche dialogiche e pratiche discorsive condivise che sono emerse nel racconto congiunto, offrendo una rappresentazione co-costruita di come la famiglia configura la propria identità.

Sezione quantitativa

Studio con Modello APIM

Questa sezione dello studio utilizza un disegno che tiene conto della struttura familiare diadica dei dati, poiché è necessario considerare la natura indistinguibile e intercambiabile delle diadi, dato che il campione è composto principalmente da coppie di individui migranti (Vlisides-Henry et al., 2020). Il modello di interdipendenza attore-partner utilizzato (APIM; Cook e Kenny, 2005; Fitzpatrick et al., 2016), rappresenta un quadro ampiamente utilizzato per l'analisi dei dati diadici, pienamente in linea con gli studi familiari. La caratteristica fondamentale distintiva di questi dati, che provengono da diversi membri della stessa famiglia, è la loro non indipendenza. Ciò significa non considerare indipendenti i dati provenienti da individui poiché si parte dal presupposto che essi siano in qualche modo legati, e, quindi, probabilmente influenzati l'uno dall'altro. In questo caso tale non indipendenza è attribuita alla loro appartenenza condivisa a un gruppo, al destino comune e

all'influenza reciproca, della famiglia appunto. Pertanto, dal punto di vista dell'analisi quantitativa, la non indipendenza è considerata una preziosa fonte di informazioni per l'analisi del gruppo familiare, che è intrinsecamente uno spazio di natura fortemente relazionale (Kenny et al., 2020).
Il modello di interdipendenza attore-partner consente l'esame simultaneo sia degli effetti attore (come le caratteristiche di un individuo influenzano i risultati propri di quell'individuo) sia degli effetti partner (come le caratteristiche di un membro influenzano i risultati del proprio partner). Questo modello pertanto è particolarmente interessante rispetto allo studio delle dinamiche familiari, poiché coglie la natura interdipendente degli atteggiamenti e dei comportamenti alimentari all'interno delle coppie.

Studio con modello PLS-PM

La seconda sezione quantitativa dello studio ha adottato invece il *Partial Least Squares Path Modeling* (PLS-PM) come approccio metodologico per l'analisi di fenomeni complessi. Se il modello di interdipendenza attore-partner APIM ha permesso di esplorare in profondità le relazioni diadiche e gli effetti reciproci all'interno delle coppie, l'impiego successivo del PLS-PM risponde all'esigenza di estendere l'analisi a un livello più sistemico, capace di integrare in un unico quadro le relazioni tra costrutti psicologici complessi. Tale approccio consente di analizzare in modo integrato come le dimensioni latenti genitoriali di neofobia alimentare e acculturazione si articolino tra loro e influenzino le dinamiche di apertura o resistenza verso nuovi cibi all'interno delle famiglie migranti, offrendo elementi interpretativi utili per una successiva riflessione sui processi di costruzione dell'identità familiare.
Il PLS-PM, un tipo di *Structural Equation Modeling* (SEM), ha suscitato notevole interesse grazie alla sua versatilità ed efficacia nella gestione delle relazioni multi variabili (Lauro et al., 2018). È particolarmente adatto per esplorare e modellare sistemi complessi che coinvolgono variabili latenti (LV), ovvero costrutti teorici non osservabili direttamente ma dedotti da più variabili manifeste (MV). La premessa alla base del PLS-PM è che l'insieme completo delle relazioni causali tra le variabili latenti, ciascuna misurata da diversi indicatori, può essere utilizzato per esaminare e comprendere meglio la complessità del sistema (Cataldo et al., 2017). Funzionando come un sistema di equazioni di regressione simultanea, il PLS-PM consente la stima di reti causali teoriche, offrendo un potente strumento sia per la modellizzazione esplicativa che predittiva.
Il framework PLS-PM è costituito da due componenti principali, rappresentate in figura 13:

1. Il modello di misurazione (noto anche come modello esterno), che definisce le relazioni tra ciascuna variabile latente e i suoi indicatori osservati (variabili manifeste); e
2. Il modello strutturale (o modello interno), che cattura le relazioni causali ipotizzate tra le variabili latenti (Cataldo et al., 2023).

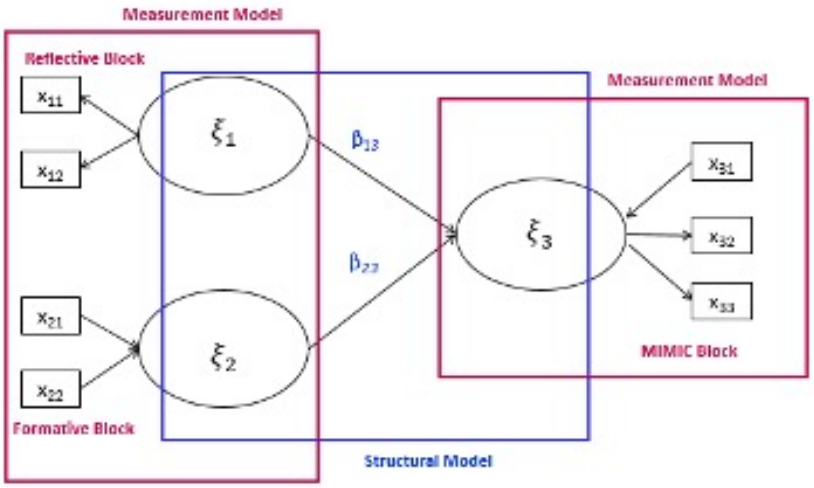


Figura 13 PLS-PM rappresentazione del modello di misurazione e del modello strutturale

L'approccio SEM PLS-PM si basa su un algoritmo iterativo per stimare le LV e le relazioni tra di esse. Queste LV vengono misurate indirettamente attraverso le MV associate e le loro interconnessioni vengono modellate utilizzando un sistema di equazioni interdipendenti basate su tecniche di regressione sia multipla che semplice (Lauro et al., 2018). Questo processo iterativo affina le stime del modello attraverso approssimazioni successive fino al raggiungimento della convergenza. Per una panoramica completa e approfondita della metodologia e delle sue caratteristiche principali, si rimanda a Hair et al. (2016), Lauro et al. (2018) e Cataldo et al. (2017).

La realtà in cui viviamo però è spesso troppo complessa per essere adeguatamente rappresentata da un solo unico modello. Spesso, infatti, l'ipotesi di omogeneità tra tutti gli individui (Lamberti et al., 2016), ovvero l'ipotesi secondo la quale un unico modello possa rappresentare l'intera popolazione, non è sempre valida. È pertanto ragionevole e logico mettere in discussione tale omogeneità, soprattutto quando gli individui possono mostrare comportamenti e atteggiamenti diversi in base a fattori quali lo status sociale, la formazione educativa, l'area di provenienza o la posizione professionale e, non per ultimo in termini di importanza per il presente studio, il vissuto di migrazione. Pertanto, per tenere conto di questa potenziale eterogeneità, questo studio applica anche l'algoritmo *Path Modeling Segmentation Tree* (PATHMOX), introdotto da Sanchez e Aluja-Banet (2006). PATHMOX utilizza variabili di segmentazione esterne, in questo caso le caratteristiche di tipo socio-demografiche, per eseguire divisioni binarie nei dati, stimando un modello PLS separato per ciascun sottogruppo risultante. L'algoritmo identifica, da un insieme di potenziali variabili di segmentazione, quelle con il più forte potere discriminante, con l'obiettivo di massimizzare le differenze tra i modelli di percorso specifici per sottogruppo.

Analisi dei dati

Sezione qualitativa

I materiali testuali relativi alla sezione qualitativa dello studio sono stati analizzati adottando un approccio induttivo ispirato alla grounded theory (GTM) (Charmaz & Belgrave, 2019), che ha guidato le fasi iniziali di codifica e la costruzione progressiva delle categorie a partire dai dati con particolare attenzione alle azioni e alle esperienze situate nelle pratiche di vita dei partecipanti.. Il software NVivo15 è stato utilizzato per supportare l'organizzazione dei materiali e la sistematizzazione dei codici emergenti. Parallelamente, l'analisi è stata informata dal modello in sei fasi dell'analisi tematica proposto da Braun e Clarke (2021), utilizzato come cornice per l'organizzazione, la revisione e l'interpretazione dei temi. In questo senso, la grounded theory ha orientato il processo di generazione e affinamento delle categorie in chiave induttiva, mentre l'analisi tematica ha fornito una struttura metodologica per la costruzione di una mappa tematica coerente e per la restituzione interpretativa del fenomeno nelle sue diverse componenti, senza l'obiettivo di sviluppare una teoria formale del processo sociale. I temi iniziali sono stati codificati e raggruppati attraverso un processo di codifica assiale (Strauss & Corbin, 1990), con affinamenti iterativi volti a garantire una rappresentazione accurata dei dati. La codifica è stata condotta in modo indipendente da due ricercatori, al fine di favorire una lettura plurale dei materiali e ridurre il rischio di interpretazioni idiosincratiche. Le discrepanze emerse sono state discusse fino al raggiungimento di un consenso condiviso; inoltre, una terza ricercatrice ha svolto un ruolo di supervisione e verifica esterna. L'intero procedimento è stato quindi caratterizzato da un affinamento iterativo delle categorie, volto a garantire una rappresentazione accurata e fedele dei dati.

Sezione quantitativa

Studio con Modello APIM

Per questa sezione, coerentemente al modello utilizzato, il campione è stato organizzato in coppie genitoriali, così da permettere l'analisi diadica dei dati (Kenny et al., 2020). Tale impostazione consente di esplorare la natura interdipendente delle risposte dei partner, riconoscendo che i dati provenienti da membri della stessa famiglia non possono essere trattati come indipendenti, in quanto influenzati da legami affettivi, ruoli e dinamiche condivise (Cook & Kenny, 2005). In questo studio, i membri della diade sono stati considerati distinguibili per sesso (marito e moglie), il che consente di stimare separatamente gli effetti per ciascun ruolo (Kenny et al., 2020).

Le analisi preliminari sono state condotte per verificare la presenza di differenze tra sottocampioni e la bontà di adottare un modello diadico. L'APIM è stato stimato utilizzando un approccio di regressione strutturale che includeva, per ciascun membro della coppia, le variabili di interesse

relative alla neofobia alimentare e ai processi di acculturazione (nelle loro componenti di adattamento psicologico, adattamento sociale, distanza culturale percepita e orientamento all'acculturazione). Questo approccio consente di esplorare come le caratteristiche di ciascun genitore influenzassero non solo i propri punteggi (effetto attore), ma anche quelli del partner (effetto partner), si veda figura 14 per l'illustrazione del modello.

Le stime dei parametri sono state ottenute mediante il software Jamovi, con la verifica della bontà di adattamento complessiva e l'esame degli effetti diretti e incrociati.

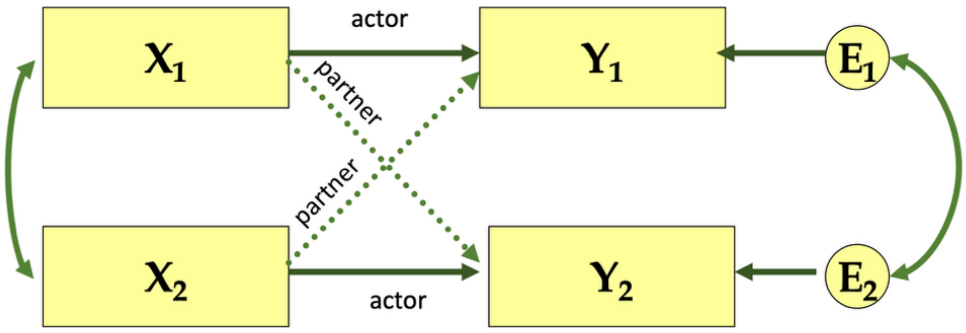


Figura 14 Actor–Partner Interdependence Model (Kenny, Kashy & Cook, 2020)

I risultati emersi da questa prima fase di analisi diadica hanno costituito la base per un successivo approfondimento delle relazioni multivariate tra i costrutti psicologici di interesse mediante il modello PLS-PM, volto a esplorare la struttura latente e le connessioni sistemiche sottostanti ai processi familiari di adattamento e costruzione identitaria.

Studio con modello PLS-PM

In questo studio, il PLS-PM viene impiegato per analizzare l'impatto della neofobia sullo stato complessivo di acculturazione degli individui partecipanti allo studio. Il costrutto dell'acculturazione viene concettualizzato in questo caso come una dimensione latente di secondo ordine, composta da quattro dimensioni sottostanti, ciascuna delle quali rappresenta un aspetto distinto del processo di acculturazione (vedi figura 15).

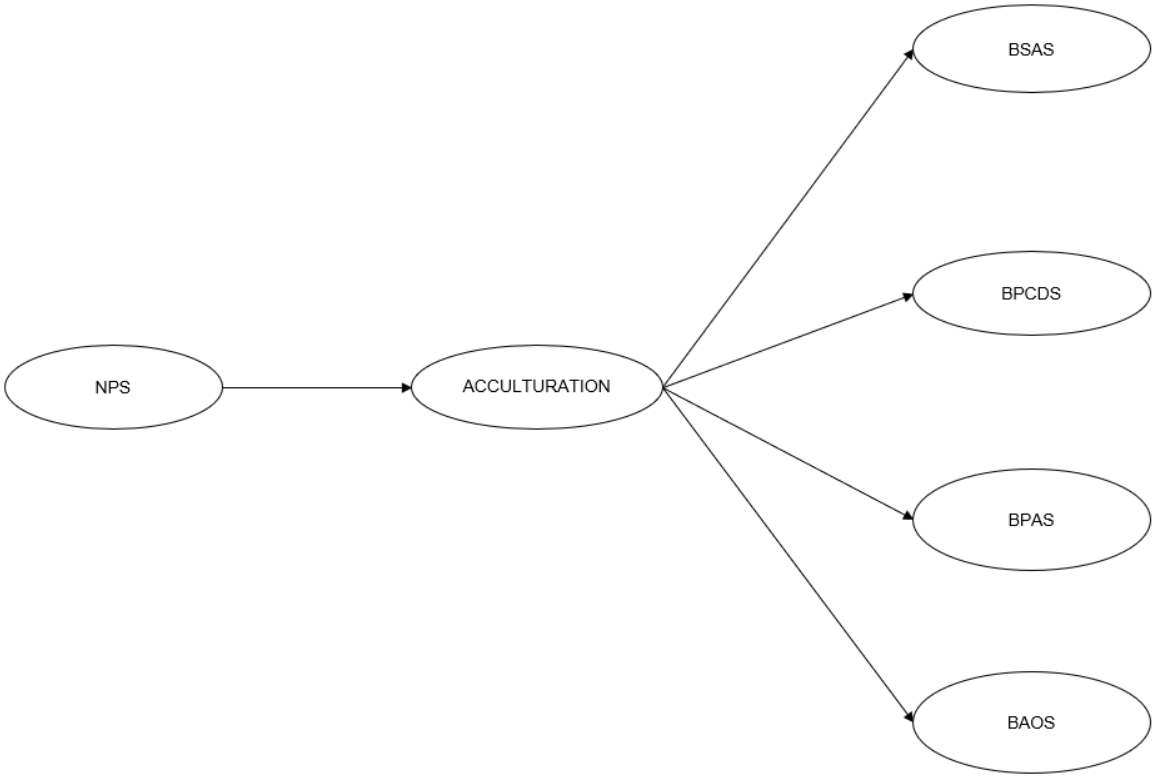


Figura 15 Path diagram

Le LV (dimensioni) e le MV (indicatori) relative a ciascuna LV sono state descritte in dettaglio nella Tabella 10.

LV	MVs	Descrizione
NPS Quanto pensi che le seguenti affermazioni ti descrivano, da 1 a 5? (1 = non mi descrive affatto; 5 = mi descrive molto bene)	1. Provo sempre cibi nuovi e diversi	Disponibilità a provare cibi nuovi e diversi (codifica inversa)
	2. Non mi fido dei cibi nuovi	Diffidenza nei confronti dei cibi nuovi
	3. Se non so cosa c'è in un piatto, non lo provo	Rifiuto di assaggiare piatti se gli ingredienti sono sconosciuti
	4. Mi piacciono i cibi di paesi diversi	Gusto per i cibi di paesi diversi (codifica inversa)
	5. Il cibo etnico mi sembra strano	Percezione del cibo etnico come strano
	6. Sarei disposto a provare nuovi cibi durante le vacanze	Disponibilità a provare cibi nuovi durante le vacanze (codifica inversa)
	7. Ho paura di mangiare cibi che non ho mai provato prima	Paura di mangiare cibi mai assaggiati prima
	8. Quando si tratta del cibo che mangio, mi considero una persona schizzinosa	Tendenza a considerarsi un mangiatore selettivo/schizzinoso
	9. Mangio quasi tutto	Abitudine a mangiare quasi tutto (codifica inversa)
	10. Mi piace provare nuovi ristoranti etnici	Interesse a provare nuovi ristoranti etnici (codifica inversa)
BSAS Riflettendo sulla vita in Italia: quanto è difficile o facile per te adattarti ai seguenti aspetti?	1. Clima	(ad esempio, temperatura, precipitazioni, umidità)
	2. Ambiente naturale	(ad esempio, piante e animali, inquinamento, paesaggio)
	3. Ambiente sociale	(ad esempio, dimensioni della comunità, ritmo di vita, rumore)
	4. Vita quotidiana	(ad esempio, igiene, abitudini di sonno, senso di sicurezza)
	5. Informazioni pratiche	(ad esempio, spostarsi, usare i mezzi pubblici, fare acquisti)

(1 = estremamente difficile; 7 = estremamente facile)	6. Cibo e alimentazione	(ad esempio, cosa si mangia, come si mangia, orari dei pasti)
	7. Vita familiare	(ad esempio, quanto sono vicini i membri della famiglia, quanto tempo la famiglia trascorre insieme)
	8. Norme sociali	(ad esempio, come comportarsi in pubblico, stile di abbigliamento, cosa la gente considera divertente)
	9. Valori e credenze	(ad esempio, cosa la gente pensa della religione e della politica, cosa la gente considera giusto o sbagliato)
	10. Persone	(ad esempio, quanto sono amichevoli le persone, quanto sono stressate o rilassate, atteggiamento nei confronti degli stranieri)
	11. Amici	(ad esempio, fare amicizia, quantità di interazioni sociali, cosa fanno le persone per divertirsi e rilassarsi)
	12. Lingua	(ad esempio, imparare la lingua, capire le persone, farsi capire)
BPCDS Ora pensa al tuo Paese di origine e all'Italia contemporaneamente. Quanto pensi che siano simili o diversi in relazione a queste dimensioni? (1 = estremamente simili; 7 = estremamente diversi)	1. Clima	(ad esempio, temperatura, precipitazioni, umidità)
	2. Ambiente naturale	(ad esempio, piante e animali, inquinamento, paesaggio)
	3. Ambiente sociale	(ad esempio, dimensioni della comunità, ritmo di vita, rumore)
	4. Vita quotidiana	(ad esempio, igiene, abitudini di sonno, senso di sicurezza)
	5. Informazioni pratiche	(ad esempio, spostarsi, usare i mezzi pubblici, fare acquisti)
	6. Cibo e alimentazione	(ad esempio, cosa si mangia, come si mangia, orari dei pasti)
	7. Vita familiare	(ad esempio, quanto sono vicini i membri della famiglia, quanto tempo la famiglia trascorre insieme)
	8. Norme sociali	(ad esempio, come comportarsi in pubblico, stile di abbigliamento, cosa la gente considera divertente)
	9. Valori e credenze	(ad esempio, cosa la gente pensa della religione e della politica, cosa la gente considera giusto o sbagliato)
	10. Persone	(ad esempio, quanto sono amichevoli le persone, quanto sono stressate o rilassate, atteggiamento nei confronti degli stranieri)
	11. Amici	(ad esempio, fare amicizia, quantità di interazioni sociali, cosa fanno le persone per divertirsi e rilassarsi)
	12. Lingua	(ad esempio, imparare la lingua, capire le persone, farsi capire)
BPAS Nelle ultime due settimane, quanto ti sei sentito (1 = mai; 7 = sempre)	1. Emozionato di essere in Italia?	Entusiasmo e positività riguardo all'esperienza in Italia
	2. Fuori posto, come se non “sentissi” la cultura italiana?	Senso di alienazione e mancanza di appartenenza alla cultura italiana
	3. Triste di essere lontano dal tuo Paese?	Tristezza per la lontananza dal proprio Paese d'origine
	4. Nervoso su come comportarti in determinate situazioni?	Ansia e incertezza riguardo alle regole sociali nel nuovo contesto
	5. Solo senza la tua famiglia e i tuoi amici del tuo Paese intorno a te?	Solitudine dovuta all'assenza della famiglia e degli amici del proprio Paese d'origine
	6. Nostalgico pensando al tuo Paese?	Nostalgia e pensieri ricorrenti sul proprio Paese d'origine
	7. Frustrato dalle difficoltà di adattamento all'Italia?	Frustrazione per le difficoltà di adattamento alla vita in Italia

	8. Felice della tua vita quotidiana in Italia?	Soddisfazione per la vita quotidiana in Italia
BAOS Quanto sei d'accordo con le seguenti affermazioni? (1 = fortemente in disaccordo; 7 = fortemente d'accordo)	1. È importante avere amici provenienti dal mio Paese d'origine	È importante avere amici provenienti dal mio Paese d'origine
	2. È importante partecipare alle tradizioni del mio Paese d'origine	È importante partecipare alle tradizioni del mio Paese d'origine
	3. È importante mantenere le caratteristiche del mio Paese d'origine	È importante mantenere le caratteristiche del mio Paese d'origine
	4. È importante fare le cose come le fanno le persone del mio Paese d'origine	È importante fare le cose come le fanno le persone del mio Paese d'origine
	5. È importante avere amici italiani	È importante avere amici italiani
	6. È importante partecipare alle tradizioni italiane	È importante partecipare alle tradizioni italiane
	7. È importante sviluppare le mie caratteristiche italiane	È importante sviluppare le mie caratteristiche italiane
	8. È importante fare le cose come le fanno gli italiani	È importante fare le cose come le fanno gli italiani

Tabella 10 Tabella delle variabili selezionate e considerate

L'analisi è stata eseguita utilizzando il pacchetto "plspm" nel linguaggio di programmazione R (Sanchez et al., 2013), includendo il metodo di quantificazione di Russolillo (2012) per le variabili manifeste su cui si basa il questionario. PLS-PM esamina pertanto il modello e si concentra su un solo modello riflessivo-formativo, derivato dalla combinazione di un modello di misurazione riflessivo insieme ad un modello strutturale formativo. La valutazione del modello di misurazione e strutturale è stata condotta utilizzando l'algoritmo *bootstrapping* e le impostazioni all'interno di PLS-SEM, seguendo le linee guida fornite da Hair et al., (2011). Per il modello è stato scelto lo schema di ponderazione dei percorsi Hair et al., (2016), che è stato stimato con un massimo di 1000 iterazioni, utilizzando 500 repliche, con un campione *bootstrap* pari a 1000.

Considerazioni etiche

Il Comitato Etico della Ricerca dell'Università di Genova ha approvato l'intero studio, nelle sue applicazioni qualitative e quantitative (numero di approvazione 2023/55, consenso riportato in appendice). Questo studio è stato condotto in conformità con i principi etici delineati nella Dichiarazione di Helsinki e ha seguito le linee guida etiche per la ricerca che coinvolge partecipanti umani. I partecipanti sono stati informati dello scopo dello studio e la loro partecipazione è stata interamente volontaria.

Risultati e discussione

Nelle sezioni che seguono vengono presentati separatamente i risultati e le relative discussioni delle diverse componenti dello studio, articolate secondo un disegno qualitativo–quantitativo integrato.

In primo luogo, viene proposta la sezione qualitativa, incentrata sull'analisi delle configurazioni identitarie familiari attraverso le pratiche alimentari e sulla successiva elaborazione di un modello di configurazione dell'identità familiare mediata dal cibo. Tale analisi è stata condotta durante il periodo di visiting presso la New York University, in collaborazione e sotto la supervisione del professor Fabio Parasecoli, attraverso un confronto continuativo sui dati e momenti periodici di riflessione condivisa sui risultati emergenti.

Successivamente, viene presentata la sezione quantitativa basata sul modello APIM, sviluppata congiuntamente al professor Paolo Cáceres Serrano durante il periodo di co-tutela in Cile, che ha contribuito alla realizzazione delle analisi statistiche. Infine, viene illustrata la sezione quantitativa sviluppata mediante il modello PLS-PM, condotta in collaborazione con la professoressa Rosanna Cataldo, con la quale è attiva una collaborazione scientifica continuativa sin dai primi anni di formazione dottorale, già consolidata in precedenti pubblicazioni su temi legati ai cambiamenti delle pratiche alimentari in diverse fasi del ciclo di vita (Arcadu et al., 2025).

Risultati per la sezione qualitativa (1)

L'analisi qualitativa delle interviste ha rivelato quattro aree tematiche ricorrenti che evidenziano il ruolo delle pratiche alimentari nella vita psicologica e relazionale delle famiglie migranti. Queste pratiche emergono come spazi significativi attraverso le quali le famiglie esprimono, mantengono o riorganizzano le dinamiche relazionali, gli equilibri emotivi e le routine quotidiane. I temi identificati riflettono i processi che si svolgono sia all'interno della famiglia nucleare che in relazione al più ampio contesto sociale.

La tabella 11 presenta i temi principali emersi dall'analisi, insieme ai relativi sottotemi. Ciascuna di queste aree sarà esaminata in seguito dettagliatamente.

Preservare le tradizioni all'interno del nucleo familiare (1) Il pasto in famiglia Pratiche domestiche di continuità culturale Trasmissione intergenerazionale delle conoscenze culinarie e dei ruoli di genere	**Mantenere le tradizioni nel contesto sociale (3)** Acquisti: reti di approvvigionamento informali e negozi tradizionali Relazioni con la comunità di origine Feste e festività
Il cibo come arena per le trasformazioni interne alla famiglia (2) Trasformazioni delle pratiche alimentari: ingredienti, struttura e ritmo dei pasti, oggetti tradizionali da cucina, pratiche incarnate e sensoriali Ibridazione delle pratiche culinarie e delle ricette Negoziazioni relative all'acculturazione dei bambini Ridefinizione dei ruoli di genere	**Fare esperienza del cambiamento nel contesto sociale (4)** Il cibo come mediatore delle relazioni sociali familiari Cambiamenti nelle abitudini di acquisto delle famiglie Consapevolezza della globalizzazione alimentare

Tabella 11 Panoramica dei temi principali e dei sottotemi emersi dall'analisi qualitativa delle interviste alle famiglie.

1.Preservare le tradizioni all'interno del nucleo familiare

All'interno della sfera domestica, il primo tema che emerge in maniera significativa è come le famiglie di migranti considerino i pasti condivisi in famiglia un momento fondamentale per coltivare le relazioni e rafforzare la coesione e il legame familiare. In particolare, dalle testimonianze raccolte, è la cena ad essere emersa con maggiore enfasi come il pasto centrale nella vita familiare quotidiana, poiché spesso rappresenta il momento in cui tutta la famiglia si riunisce attorno alla tavola, al termine di una giornata ricca di impegni (scuola, lavoro, incontri ecc.). Una madre in questo senso racconta: "*c'è un aspetto emotivo perché è qualcosa che ci unisce, la cena è un momento in cui possiamo stare insieme con la nostra famiglia*". (Int 10b).

In secondo luogo, i pasti e la loro preparazione offrono per queste famiglie l'opportunità di riprodurre alcune pratiche del luogo di origine. Le famiglie spesso menzionano la coltivazione di ortaggi o la lavorazione degli ingredienti in casa in modi che garantiscono forme di continuità emotiva e culturale, spesso con grande attenzione ai metodi di preparazione che suggeriscono l'importanza dell'esperienza incarnata della cucina: "*Prepariamo lo yogurt con latte intero per mantenere vive le tradizioni dei nostri genitori. Compro il latte, lo faccio bollire e quando è caldo aggiungo lo yogurt, lo copro con un panno e lentamente diventa come lo yogurt di una volta"* (Int. 1b) oppure "*abbiamo un orto, con cose semplici: lattuga, mais fresco, che qui non si mangia molto. E coriandolo... che si chiama perejil. È una specie di prezzemolo, ma con un sapore più forte che a molte persone qui non piace*" (Int. 7b). È molto importante per queste famiglie mantenere anche il ricordo delle modalità di preparazione, utilizzando gli stessi oggetti, utensili e cercando di coltivare il medesimo prodotto in Italia. Nonostante l'impegno volto a mantenere le preferenze alimentari e le abitudini alimentari dei loro paesi d'origine, la maggior parte delle famiglie sottolinea però che le ricette non tornano mai ad essere le stesse: le inevitabili trasformazioni e differenze percepite sono talvolta accompagnate da un senso

di perdita che si esprime anche in termini sensoriali: "*Chi vive in campagna* (ricordando il paese d'origine) *... coltiva qualcosa. Ma non è lo stesso prodotto, il sapore è completamente diverso. Secondo me, è a causa del terreno; il sapore non è autentico*" (Int. 3a). Le interviste hanno aiutato a comprendere in questo senso come l'esperienza migratoria sia stata anche un'occasione per queste famiglie di ritrovare e familiarizzare con le radici culinarie che prima avevano trascurato o dato per scontato, innescando processi di riscoperta retrospettiva a distanza. Una signora a questo proposito racconta: "*Quando sono arrivata qui, ho imparato con mia madre al telefono perché il giorno prima la chiamavo e le dicevo: "Domani voglio fare il riso con il pollo". Così ho comprato tutti gli ingredienti e lei mi ha spiegato tutto passo dopo passo al telefono* (Int. 8a)".

Infine, come ultimo elemento di mantenimento delle tradizioni interne alle famiglie, il cibo e le pratiche che ruotano attorno ad esso, sono in grado di attivare processi di trasmissione intergenerazionale di conoscenze, spesso caratterizzati da una forte componente di genere (anche qui tema emerso, in continuità e ampliamento delle riflessioni fatte in precedenza nello studio individuale). Le pratiche culinarie diventano quel veicolo attraverso il quale si consolidano i modelli educativi familiari e si tramandano i rituali domestici alle nuove generazioni: "*Mia madre lo trasmette a noi; e mia nonna lo trasmette a mia madre, e mia madre lo trasmette alle sue figlie, e così via... È così che la famiglia è collegata, unita dal cibo* (Int. 7a)". Infine, la presenza femminile nella famiglia allargata è fondamentale per l'acquisizione delle conoscenze alimentari del paese d'origine: "*Principalmente* (ho imparato) *da mia madre, a casa. Ma ho molte zie che preparano piatti spettacolari, quindi ho imparato anche da loro, in modo da poter continuare* (Int. 10b)".

Queste prime narrazioni all'interno di questa prima sezione di risultati mostrano come le pratiche alimentari all'interno della famiglia siano vissute come importanti elementi favorevoli per la continuità identitaria culturale e relazionale con le proprie origini, rafforzando i legami familiari (reali, immaginati e/o ricordati) e mantenendo vivo il rapporto con la propria storia nel contesto della migrazione.

2.Il cibo come arena per le trasformazioni interne alla famiglia

Dalle interviste sono emersi, in direzione contraria alla precedente sezione, elementi che sottolineano anche cambiamenti alimentari che avvengono all'interno della famiglia a seguito della migrazione.

Una prima serie di questi riguarda le trasformazioni in ambito di abitudini alimentari quotidiane. In primo luogo, la mancanza nei contesti di vita di ingredienti percepiti come essenziali per la preparazione delle ricette tradizionali è stata una delle difficoltà più frequentemente segnalate dalle famiglie, soprattutto nel periodo iniziale, subito successivo alla migrazione. Alcuni genitori raccontano: "*Quando siamo arrivati, qui non c'era cibo peruviano. Se non riuscivi a trovare gli*

ingredienti... non potevi preparare nulla, quindi dovevi abituarti a ciò che era disponibile (Int. 8b)". La mancanza di ingredienti familiari e conosciuti crea un iniziale senso di disorientamento nella cucina domestica, quasi da non poter addirittura "preparare nulla", e richiede un graduale processo di comprensione, conoscenza e riequilibrio. In secondo luogo, cambiano la struttura e il ritmo quotidiano dei pasti, elementi non di second'ordine se pensiamo alla scansione delle nostre giornate. Una famiglia riferisce: "*Qui gli orari sono diversi, perché in Ecuador sono leggermente più sbilanciati: il pranzo è più tardi e la cena è verso le otto o le nove di sera... è questione di abituarsi a uno stile* diverso (Int 12a)"; "(qui in Italia) *Si mangiano primi piatti, antipasti e dessert... Noi non lo facciamo. Abbiamo un unico piatto e tutto è lì dentro* (Int. 16a)". Queste nuove abitudini nella strutturazione del pasto per come composto e i nuovi ritmi quotidiani richiedono uno sforzo importante da compiere per rinegoziare le routine domestiche, che si intrecciano con i più generali ritmi di vita. In terzo luogo, un aspetto molto interessante è che molti genitori hanno menzionato la difficoltà di accedere a utensili da cucina e oggetti specifici della cultura di origine, le materialità di cui si è parlato in precedenza. Ad esempio, una madre: "*C'è una pentola che qui non abbiamo. Si chiama wawa. Quando la si usa, cambia l'odore di tutto il cibo. Non è come una pentola* (italiana)*. Questa pentola non può essere usata con il gas. Solo con il fuoco* (Int. 1a)". Le modalità di cottura e gli aspetti sensoriali sono anch'essi quindi profondamente influenzati dai contesti di produzione e preparazione degli alimenti, il che implica inevitabilmente per le famiglie un processo di riadattamento al nuovo ambiente e una negoziazione anche identitaria significativa. In quarto luogo, la trasformazione viene vissuta anche a livello fisico, attraverso l'acquisizione di nuove modalità sensoriali e gesti incarnati. Alcuni raccontano "*Perché nel nostro paese non si mangia il riso con il cucchiaio (...) lo si mangia con le mani. Ma prima (bisogna) lavarsi le mani con l'acqua. Poi si mangia con le mani... E qui dovevo usare forchetta e cucchiaio... all'inizio era un po' difficile. Ho chiesto a mio marito se potesse mangiare prima lui perché non sapevo come fare* (Int. 1a)". Questo estratto interessante e profodno mostra come il cambiamento legato alla migrazione si manifesti per questa madre anche sul piano corporeo e sensoriale: l'adozione di nuove modalità di consumo alimentare, come in questo caso l'uso delle posate al posto delle mani, implica un processo di apprendimento che coinvolge abitudini pratiche e significati culturali profondi. Le pratiche del mangiare sono forme di conoscenza incorporata che riflettono certamente identità, appartenenze, norme e codici condivisi; modificare tali gesti significa pienamente negoziare la propria identità nel nuovo orizzonte di senso del paese d'arrivo.

Un secondo tema molto interessante che è emerso dai racconti delle coppie è l'ibridazione culinaria dei pasti quotidiani in famiglia e più in generale delle ricette, che si esprime attraverso la fusione creativa di elementi della cultura d'origine e delle pratiche alimentari del paese ospitante: "*Sono*

creativa... invento cose: ho fatto un risotto con l'avocado. Ho preso l'avocado e ho fatto il risotto. Era delizioso. Un piatto italo-cileno (Int. 7b)", racconta una mamma. Sebbene come questa madre in questo senso la maggior parte delle famiglie riferisca di pratiche di contaminazione culinaria, alcune famiglie dichiarano però di preferire il mantenimento di una distinzione tra le cucine, preservando la "purezza" delle ricette tradizionali: "*No, cerchiamo di fare le cose per bene, non mescoliamo nulla, non le mescoliamo. Ne facciamo un po' di ciascuna, una peruviana, una italiana, ma senza mescolarle* (Int. 12a)".In alcuni casi, il cibo viene quindi vissuto come un ambito da dover proteggere dal cambiamento e dalle modifiche. La decisione di non mescolare le ricette suggerisce quasi il bisogno per queste famiglie di conservare una distinzione simbolica tra i due mondi culturali, dove la cucina tradizionale mantenuta nella sua integrità rappresenterebbe un ancoraggio identitario. È tuttavia interessante osservare come, nelle narrazioni familiari, questa esigenza di preservare la "purezza" delle ricette tradizionali coesista spesso anche con il riconoscimento della loro inevitabile trasformazione, suggerendo che proprio il cibo permetta di sostenere una continuità identitaria che si costruisce attraverso una differenza riconosciuta e accettata.

Un terzo tema importante riguarda le negoziazioni interne alla famiglia ovvero relativamente alla presenza dei figli e quindi delle nuove generazioni. I bambini sono un importante occasione di cambiamento e contaminazione culturale nelle abitudini alimentari della famiglia. Nati e cresciuti in Italia, essi adottano principalmente le abitudini alimentari locali; questo comportamento è generalmente accolto con favore dai genitori intervistati, poiché ne riconoscono il valore adattivo e l'importanza per la vita e le relazioni in Italia dei loro figli. Allo stesso tempo però, preservano il forte desiderio che i loro figli mantengano un legame con il paese delle origini familiari proprio attraverso le abitudini alimentari tradizionali: alcuni genitori manifestano preoccupazioni rispetto a questo aspetto, sottolineando l'importanza di questo aspetto, e un padre afferma: "*A casa non riesco a integrare molto il nostro cibo... La mia paura è che perderemo i nostri valori umani, il nostro senso di umanità. Perché credo che perdendo certe tradizioni, perdiamo noi stessi e gli altri. (...) Sono consapevole dell'evoluzione che sta avvenendo. (...) ma mi piacerebbe molto trasmettere qualcosa di buono del mio passato che è bello... che gli permetta di mettere radici, di non dimenticare le sue radici.* (Int. 6b)".

Infine, sebbene la questione dei ruoli di genere sia già stata affrontata nella sezione precedente e in forma più approfondita nello studio individuale del capitolo precedente, vale la pena menzionare qui che anche dalle interviste familiari è emerso come la migrazione possa rappresentare un'opportunità per rinegoziare i ruoli all'interno della famiglia, principalmente con un focus di genere. Alcuni partecipanti mostrano come si sviluppino configurazioni più flessibili e condivise nella divisione dei compiti domestici e una madre afferma: "*Entrambi cuciniamo in famiglia; il lavoro ci ha costretti ad*

abituarci a comportarci in modo diverso. Ci dividiamo i compiti (Int. 6b)". Questo esempio mostra ancora una volta ad un livello differente come, nel contesto della migrazione, siano le pratiche alimentari quotidiane a costituire uno spazio concreto attraverso cui i ruoli di genere vengono messi in discussione e rinegoziati, permettendo la sperimentazione di configurazioni più flessibili e condivise all'interno della vita familiare.

3.Mantenere la tradizione nel contesto sociale

Spostando lo sguardo dall'organizzazione interna delle pratiche alimentari familiari alle relazioni che le famiglie intrattengono con il contesto sociale e urbano, le interviste mostrano come, nello spazio esterno alla famiglia, emerga uno sforzo intenzionale di preservare le abitudini alimentari come legame tangibile con la cultura di origine.

Un primo tema emerso riguarda il modo in cui le famiglie si organizzano per acquistare ingredienti e prodotti legati alle loro tradizioni culinarie, che avviene spesso attraverso reti di approvvigionamento informali o frequentando negozi di alimentari etnici. Queste strategie di approvvigionamento riflettono un investimento forte di tipo emotivo e identitario nella continuità delle abitudini alimentari. Un papà racconta di quando "*Mio padre mi ha portato un paio di litri di olio d'oliva. Ma non perché non avessi i soldi per comprarlo, ma perché proviene dalla mia terra natale, dove sono cresciuto, e ci tenevo* (Int. 17a)". È quindi forte il desiderio di continuare a sentire e provare quei sapori che si ha nella memoria, come manifestazione di continuità biografica. La maggior parte delle famiglie riferisce poi con un tono di soddisfazione che la disponibilità di prodotti provenienti dai loro luoghi di origine è aumentata in modo significativo negli ultimi anni, rendendo decisamente più facile tentare di riprodurre le ricette tradizionali. Una famiglia marocchina racconta: "*Ricordo che la curcuma all'inizio era difficile da trovare... ma ora ci sono i pakistani. Sono i numeri uno per queste cose. Ha sia i tagine che l'altro piatto di terracotta che usiamo per preparare il couscous* (Int 6b)". È interessante notare qui un ulteriore aspetto significativo: la ricerca degli ingredienti tradizionali non si limita alla ricerca nei grandi supermercati o nei piccoli negozi esclusivi ma si estende anche ai negozi appartenenti a culture affini, riconosciuti e divenuti significativi come fonti affidabili per prodotti simili a quelli ricercati; non ugualmente autentici ma simili, e pertanto, fondamentali in un contesto molto diverso dal punto di vista alimentare. Se ne può dedurre quindi che l'approvvigionamento si basa sulla vicinanza culturale, non solo sulla piena coincidenza delle origini, evidenziando un aspetto di affinità tra tradizioni culinarie di paesi simili. Inoltre, questi luoghi forniscono anche le menzionate materialità degli utensili da cucina tradizionali per riprodurre le pratiche alimentari, anch'essi fondamentali per rimanere coerenti con le pratiche di chi si era un tempo. Nonostante ciò, alcune famiglie osservano che la disponibilità non è uniforme in tutto il paese

e alcune volte è pertanto necessario visitare diversi negozi per trovare tutto ciò di cui hanno bisogno. In altri casi ancora, alcuni prodotti sono disponibili solo nelle grandi città o tramite servizi online, spesso a costi elevati, il che rappresenta una grande criticità per queste famiglie, come evidenziato in questa frase: "*solo a Milano o nelle grandi città... Ci sono persone che hanno creato un supermercato online iraniano e vendono lì, ma alcune cose sono molto costose.* (Int. 12b)". Il costo elevato dei prodotti tradizionali riportato come criticità è un tema ricorrente; tuttavia, molte famiglie continuano ad acquistare questi ingredienti per continuare a cucinare le loro ricette tradizionali: "*Quando prepariamo un piatto peruviano, lo facciamo una volta alla settimana perché i prodotti sono costosi, costano molto*... (Int. 8a)". Il valore simbolico e l'importanza di consumare cibo tradizionale giustificano però il sacrificio economico: "*Sì, costano di più... perché questi prodotti costano meno della metà da dove veniamo e qui dobbiamo pagarli perché ne abbiamo bisogno!* (Int. 13b)". L'investimento economico sembrerebbe, in questo senso, un vero e proprio investimento identitario necessario: il cibo tradizionale non è solo nutrimento, ma un modo di cui si "ha bisogno" per riaffermare la continuità culturale e mantenere vivo il legame con le origini in un contesto di cambiamento.

Le famiglie migranti riconoscono anche il cibo come elemento centrale negli incontri con i connazionali: una coppia descrive queste occasioni come "*un momento di ritorno alle nostre origini, di gioia, di condivisione delle nostre usanze. Di ricordo di ciò che eravamo e avevamo prima* (Int 5b)". Il cibo diventa un dispositivo regolatore nel rapporto tra la famiglia e il contesto esterno, segnando i tempi, le regole implicite e le forme di reciprocità: "*Beh, sì, il cibo è un simbolo. Quando inviti qualcuno, mangi; quando sei invitato, mangi. Il più delle volte è così: qualunque cosa sia, almeno abbiamo un aperitivo in stile marocchino, che è un tipo di focaccia, un caffè, un tè. (...) E ci sentiamo come se fossimo tornati a casa.* (Int. 6b)". Il cibo, in queste esperienze, si configura come un dispositivo di mediazione tra interno ed esterno, individuale e collettivo. Mangiare insieme ai connazionali rappresenta un atto di ancoraggio identitario attraverso i sapori e le pratiche condivise che ricostruisce un senso di continuità con le origini e rinnova il legame con la propria comunità. Anche frequentare ristoranti che servono cucina tradizionale è emerso come un'ulteriore strategia per mantenere un senso di continuità con il passato nello spazio pubblico. Questo può implicare spostarsi verso città più grandi, dove la maggiore presenza della propria comunità di origine offre contesti simbolicamente familiari. Una famiglia racconta: "*A volte andiamo a Milano dove ci sono molti ristoranti e perché c'è una grande comunità peruviana. Quindi preferiamo andare lì* (dove) *preparano questi piatti* (tradizionali) *come si deve* (Int. 8a)". In tali luoghi, i ristoranti diventano punti di riferimento affettivi e culturali, capaci di rievocare sapori, atmosfere e legami che contribuiscono a rafforzare il senso di appartenenza.

Infine, anche il ruolo delle celebrazioni e festività appare centrale, anch'essi intesi come momenti chiave per mantenere i legami comunitari ed esprimere il legame con le proprie origini. Raccontano: "*Mi piace molto il cibo italiano perché è molto naturale... Ma nei giorni in cui ho più tempo, cucino piatti del mio paese perché il cibo peruviano è più elaborato. Ma è per occasioni speciali*." (Int. 12a). Oppure ancora: "*È un rituale sacro. Ogni venerdì, tutte le famiglie preparano il couscous. Vanno alla moschea, tutta la famiglia si riunisce e mangiamo tutti dalla stessa pentola... Sempre tajine. Se abbiamo una festa, seguiamo tutte le nostre tradizioni e dobbiamo preparare qualcosa di veramente delizioso da mangiare*. (Int. 15b)". Le celebrazioni e i rituali alimentari rappresentano così momenti di rinnovata connessione con le origini, in cui il cibo diventa veicolo di memoria e appartenenza. Preparare e condividere piatti tradizionali consente alle famiglie di ricreare, anche a distanza, un senso di continuità e di rafforzare i legami comunitari attraverso la ritualità del mangiare insieme.

4.Fare esperienza del cambiamento nel contesto sociale

Nelle narrazioni delle coppie genitoriali, infine, il cibo emerge anche come un potente facilitatore relazionale e come uno specchio attraverso cui osservare il cambiamento identitario familiare a livello sociale. L'esperienza migratoria delle famiglie, infatti, si traduce in un confronto quotidiano con nuove pratiche, gusti e significati che si manifestano nei contesti pubblici e di relazione. Attraverso il cibo, le famiglie sperimentano e interpretano la diversità, costruendo legami con l'ambiente ospitante, ridefinendo abitudini di consumo e riconoscendo l'impatto più ampio dei processi di globalizzazione alimentare sulle proprie pratiche e rappresentazioni. Vediamo ora nel dettaglio tali nuclei tematici emersi.

In primo luogo, il cibo crea opportunità di contatto con le comunità locali e quindi contatti con persone di differente cultura, come affermato in questo scambio con una coppia: *"Quando nostro figlio aveva tre anni, per la sua prima festa all'asilo, hanno chiesto a tutti di portare un piatto. Lei ha portato questo nostro piatto e si è fatta degli amici incredibili. Da allora, ogni anno tutte le mamme aspettavano che lei portasse quel piatto. Lo mangiavano loro stesse, ma lo portavano anche ai loro mariti! Quindi il cibo ci ha davvero aiutato a fare nuove amicizie* (Int.15a)". Oppure ancora in questo senso: *"Ad esempio, quando usciamo a mangiare in gruppo, se non so come cucinare qualcosa, chiedo come si fa, per informarmi, per imparare... ma anche per avvicinarmi alle altre persone (...) Una volta eravamo in un bar e qualcuno ha detto: "Mi piace molto un piatto albanese", e lei (mia moglie) è andata a casa, l'ha preparato e glielo ha portato*. (Int. 1b)". Attraverso il cibo e le pratiche ad esso connesse, le famiglie costruiscono spazi di relazione e di dialogo interculturale, fondati sulla reciprocità, sul riconoscimento e sull'apprezzamento della propria eredità culinaria. Anche se poco esplicitata come scelta consapevole, questa modalità sembrerebbe essere stata utilizzata come una

forma di incontro con l'altro che si sviluppa in chiave conviviale e piacevole, dove il cibo diventa un linguaggio condiviso capace di superare le eventuali barriere linguistiche e culturali. In molti casi, proprio la tavola e la preparazione dei piatti tradizionali si configurano come un terreno di gioco e di curiosità reciproca, favorendo una conoscenza più immediata e accessibile tra le famiglie migranti e la comunità locale, spesso attratta e interessata alle loro culture gastronomiche. Tuttavia, sebbene segnalate in casi sporadici, queste stesse esperienze possono diventare fonte di disagio emotivo per alcuni, soprattutto quando la dimensione alimentare si intreccia con il giudizio o la percezione della distanza culturale: *"Il fatto che non beviamo alcolici. Ci giudicano come se non sapessimo apprezzare il cibo: "Guarda, è buono, assaggialo e vedrai". Ma no, non dobbiamo nemmeno assaggiarlo...* D: E hai mai rinunciato a mangiare qualcosa in situazioni sociali? *Sì, per non chiedere se c'è lo strutto... perché magari ci sono molte persone* (Int 6b)". L'esperienza riportata mette in luce come il cibo, pur essendo un potente mediatore relazionale, possa anche diventare un campo di tensione simbolica se non ben gestito, dove il riconoscimento dell'altro lascia spazio al giudizio. La difficoltà di far comprendere scelte o restrizioni alimentari culturalmente motivate rivela anche in questo caso la vulnerabilità del corpo che mangia come luogo di espressione dell'identità e, al tempo stesso, di esposizione alla norma sociale dominante. In tal senso, il momento del pasto condiviso può diventare un contesto ambivalente sul quale porre estrema attenzione, capace di generare inclusione ma anche esclusione.

In secondo luogo, un ulteriore aspetto emerso riguarda una concreta riorganizzazione delle routine quotidiane e della cura domestica. Molti partecipanti descrivono un passaggio da acquisti frequenti, spesso quotidiani, a un approccio più sporadico, legato all'uso dei supermercati e alle tecniche di conservazione degli alimenti: "*In Ecuador facevamo la spesa ogni giorno, ma qui compriamo per la settimana e conserviamo le cose nel congelatore, così non dobbiamo andare* (spesso) (Int. 8b)". Questo cambiamento testimonia come gli effetti della migrazione sulle pratiche alimentari incidano anche sull'organizzazione della vita quotidiana. La necessità di pianificare gli acquisti, di adattarsi a nuove abitudini di consumo e di fare uso di tecniche di conservazione differenti, riflette un diverso modo di gestire il tempo e le risorse domestiche. La spesa settimanale sostituisce così l'acquisto quotidiano, segnando un passaggio da una dimensione relazionale e di prossimità a una più funzionale ed economica, tipica del contesto di arrivo. Altri genitori sottolineano anche il valore emotivo attribuito ai luoghi di acquisto nel loro paese d'origine, come i mercati di quartiere, che creavano opportunità di incontro: "*Ora, quando vado lì, mi piace andare al mercato, al Suq... nei piccoli negozi tradizionali... Mi piace fare la spesa così, come ai vecchi tempi* (Int. 9a)". In un altro caso, viene evocato anche il legame con i venditori stessi: "*C'erano i mercati... andavi a comprare prodotti locali, da persone che andavano a pescare... ti raccontavano la loro storia. Qui è un po' più difficile, mi*

manca il rapporto che si ha con il mercato stesso (Int. 7b)". Il legame affettivo con i luoghi del cibo nel paese d'origine riportato evidenzia come le pratiche d'acquisto siano per queste famiglie anche e soprattutto pratiche relazionali e di memoria. I mercati di quartiere e i venditori locali così raccontati e ricordati incarnano una forma di prossimità sociale e simbolica che va oltre lo scambio economico, costruendo reti di fiducia e appartenenza. La distanza rispetto a questa dimensione, sperimentata nel contesto d'arrivo, rivela la trasformazione delle pratiche connesse per queste famiglie da esperienza comunitaria a esperienza più individualizzata e mediata dal mercato globale.

Proprio in questo senso, l'ultimo tema emerso in quest'area di cambiamento familiare visibile nello spazio extrafamiliare, riguarda la crescente consapevolezza delle famiglie di vivere all'interno di un ambiente alimentare in costante trasformazione. Le narrazioni raccolte mostrano come i partecipanti riconoscano che le loro pratiche quotidiane si inseriscono in un dialogo più ampio tra sistemi alimentari locali e globali, nel quale si intrecciano disponibilità di prodotti, modelli di consumo e influenze culturali. Il contatto con nuovi ingredienti, abitudini e cucine non viene percepito solo come un cambiamento pratico, ma come parte di un processo più ampio e collettivo di ibridazione che ridefinisce, allo stesso tempo, i confini del gusto, della tradizione e dell'identità. Come riconosce lucidamente un partecipante: "*Va anche detto che i supermercati hanno sicuramente fatto alcune ricerche e studi e poi hanno iniziato a portare qui il nostro cibo. Ad esempio, i supermercati ora vendono datteri durante il Ramadan, importandoli dalla Tunisia. Hanno anche iniziato a vendere spezie* (Int 6b)". Un altro partecipante riflette: *"Stavo parlando con un amico che sta preparando il risotto in Cile perché tutta questa cosa della cucina è diventata... globale, voglio dire, la globalizzazione ti ha portato a mangiare di tutto. Ci sono stati molti cambiamenti. E sono stati creati anche altri piatti... Come una lingua... creano nuove parole!* (Int. 7b)".

Questi riferimenti esprimono un modo di posizionarsi nel mondo in cui le famiglie non sono semplici spettatrici dei processi di globalizzazione alimentare, ma attori attivi che li interpretano, li rielaborano, dialogano e li incorporano nelle proprie pratiche quotidiane. La presenza di prodotti etnici nei supermercati o la diffusione internazionale di piatti tradizionali vengono lette sia come segni di riconoscimento culturale, sia come indizi di un cambiamento strutturale nel rapporto tra locale e globale. In questo senso, le famiglie migranti si collocano in uno spazio intermedio, dove il cibo diventa il linguaggio attraverso cui leggere, negoziare e partecipare alle più ampie trasformazioni culturali contemporanee. L'esperienza del livello globale entra così a contatto con la sfera domestica intima, generando nuove forme di appartenenza che non cancellano le radici, ma anzi le reinterpretano e le complessificano forse alla luce di un orizzonte più ampio, aperto e in continua evoluzione.

Discussione e conclusioni per la sezione qualitativa (1)

I risultati dello studio evidenziano la centralità delle pratiche alimentari nella formazione delle identità familiari migranti. Le traiettorie ricostruite attraverso le narrazioni dei partecipanti rivelano dinamiche complesse che coinvolgono dimensioni relazionali, culturali e simboliche all'interno del nucleo familiare e in relazione al contesto sociale. A partire dall'analisi dei dati raccolti e dal lavoro di riflessione teorica e interdisciplinare condotto durante il periodo di visiting a New York, proponiamo, a conclusione di questa sezione, un modello dinamico di formazione dell'identità alimentare delle famiglie migranti, ispirato ai contributi della psicologia della famiglia e degli studi contemporanei sull'alimentazione. Il modello, illustrato nella figura 16, è strutturato lungo due assi: l'asse del *posizionamento relazionale*, che si estende lungo un continuum tra *intra-familiare* ed *extra-familiare*, e l'asse delle *dinamiche alimentari*, che si estende tra *conservazione* e *trasformazione*. L'intersezione di questi due assi genera quattro quadranti che corrispondono a domini di modalità e pratiche di identificazione messe in atto e raccontate dalle famiglie, rappresentando diverse posizioni e collocazioni biografiche da loro assunte.

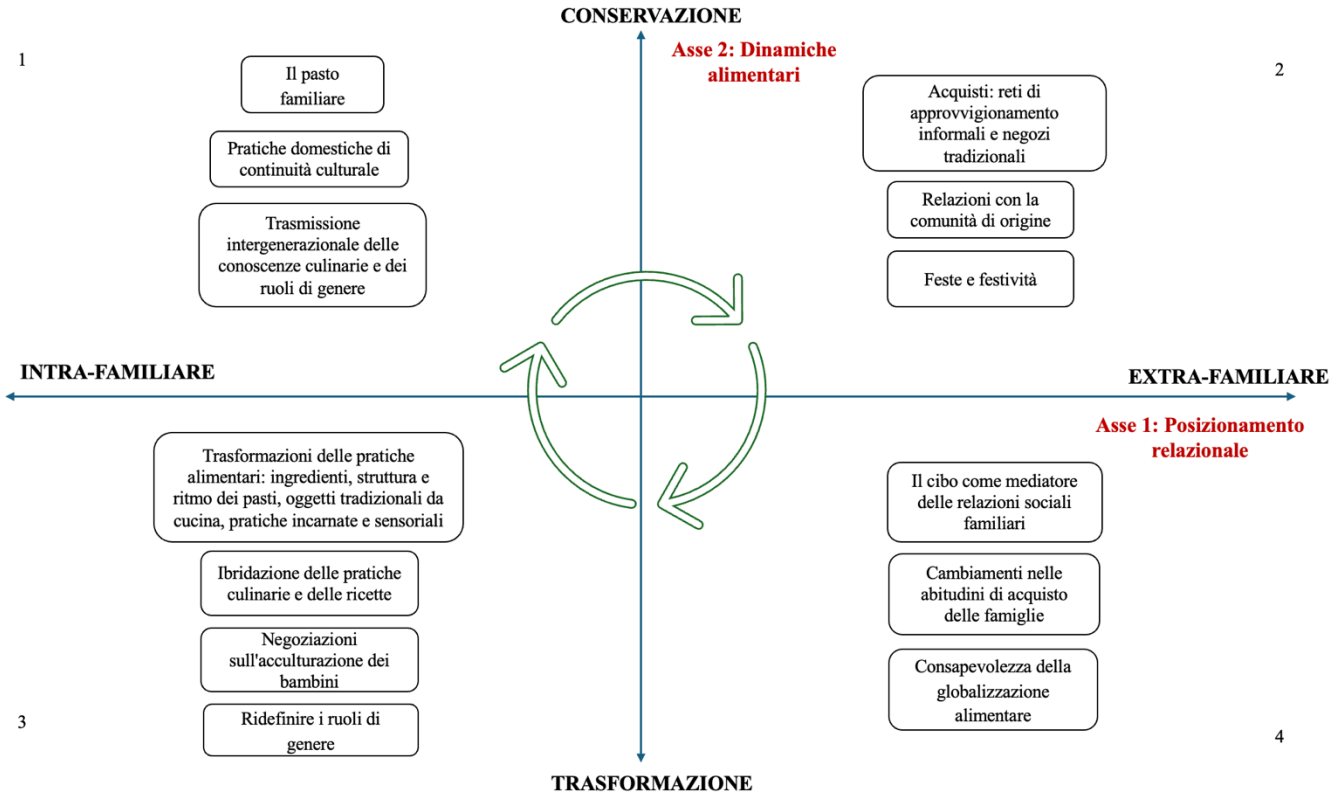


Figura 16 Modello dinamico della configurazione dell'identità alimentare delle famiglie migranti

Il primo quadrante si riferisce alle pratiche di continuità all'interno del nucleo familiare. Le attività descritte dai partecipanti mirano a preservare i rituali e le tradizioni alimentari come mezzo di continuità biografica, memoria intergenerazionale e trasmissione educativa. Questi momenti

rappresentano forme di coesione familiare e di regolazione interna, in cui l'atto di cucinare fornisce un capitale di memoria e connessioni con il passato, in accordo con la letteratura (Arcadu e Migliorini, 2024; Castro et al., 2022; Forrest e de St. Maurice 2022; Soltani, 2021). La riproduzione di ricette tradizionali, anche se imperfetta, esprime anche in questo studio il desiderio di mantenere vivo un legame culturale condiviso (Calandre e Ribert, 2019). Da un punto di vista psicologico, tali dinamiche possono essere interpretate come vere e proprie ancore identitarie (Fivush et al., 2010), ovvero sforzi volti a garantire la continuità di un senso di identità familiare intima di fronte al cambiamento contestuale. Il secondo quadrante riguarda le pratiche attraverso le quali le famiglie migranti mantengono un legame con la loro cultura alimentare al di fuori della casa. Il cibo riafferma l'appartenenza culturale e crea continuità nella sfera pubblica e sociale della vita familiare (Arcadu, 2023; Arcadu et al., 2024). Interpretiamo queste pratiche attraverso il concetto di Sé collettivo e grazie alle teorie che descrivono l'appartenenza al gruppo (Tajfel & Turner, 1979), che evidenziano il ruolo delle pratiche sociali nel definire i confini tra ciò che appartiene alla famiglia e ciò che non appartiene: la partecipazione a pratiche alimentari collettive (banchetti, scambio di ingredienti dal paese di origine, ecc.) permette alle famiglie di posizionarsi all'interno di un gruppo culturale specifico riconoscendone i confini. Tali pratiche sono sia strategiche per la costruzione di reti di sostegno sociale, sia profondamente identitarie: mangiare “come in passato” in pubblico rafforza e legittima la visibilità del proprio patrimonio culturale. In questo senso, il cibo agisce come artefatto di appartenenza (Barthes, 1961), mediando le relazioni tra la famiglia e il contesto e sostenendo una narrazione di continuità dell'identità. Il terzo quadrante riguarda le trasformazioni interne alla famiglia. Dopo la migrazione, intesa come un punto di svolta identitario, il cibo contribuisce a ristrutturare l'identità familiare (Castro e Fabron, 2022; Kwon & Adams, 2022). Le pratiche apprese in cucina, i nuovi modelli alimentari, l'introduzione di nuovi oggetti culinari e le negoziazioni alimentari con i bambini diventano strumenti di trasformazione familiare. L'identità familiare viene così ridefinita attraverso micro-adattamenti quotidiani e continui, con il cibo che funge da catalizzatore per nuovi equilibri relazionali e generazionali. L'ultimo quarto quadrante riguarda i cambiamenti visibili nel contesto sociale. Partecipare a momenti conviviali di aggregazione comunitaria, scoprire nuovi ingredienti e diventare consapevoli del contesto più ampio della globalizzazione alimentare rappresentano spazi di apertura, contatto e apprendimento per le famiglie migranti (Cesnuityte, 2020; Arcadu et al., 2025). Questa interpretazione supporta i risultati di studi sull'identità familiare che evidenziano come le famiglie siano sistemi dinamici che rinegoziano continuamente la loro configurazione in relazione ai cambiamenti del contesto circostante (De Guzman, 2021). Il cibo agisce come un agente in grado di avviare trasformazioni all'interno della famiglia, accompagnando i cambiamenti di identità attraverso pratiche quotidiane semplici ed

estremamente potenti che rendono permeabili i confini tra il nucleo familiare e il mondo esterno (Bennett, 2010).

Questo lavoro qualitativo di analisi si è concentrato sul cercare di proporre un ampliamento teorico nell'ambito della teoria dell'identità familiare introducendo il dominio delle pratiche alimentari come campo di studio autonomo e privilegiato. Il nostro lavoro qui riportato non vuole certamente puntare a definire tipi stabili di identità familiari, piuttosto a descriverne i cambiamenti dinamici e le posizioni in divenire. Abbiamo qui inteso l'identità come un campo interattivo e relazionale in costante negoziazione, in linea con le premesse teoriche in introduzione (Mead, 1934).

Alla luce dell'analisi empirica condotta, proponiamo qui il costrutto di identità alimentare familiare migrante. Con questo costrutto, sosteniamo che le pratiche alimentari rappresentino campi reali di costruzione dell'identità in grado di regolare l'appartenenza e la continuità biografica. L'identità alimentare della famiglia migrante non è né monolitica né immutabile nel tempo, ma abbraccia forme situate, dinamiche, relazionali e contestuali a seconda delle interazioni con l'ambiente. Si tratta di un processo continuo, parte della gestione attiva dello scambio culturale: il cibo come campo materiale e simbolico consente la negoziazione di trasformazioni in cui l'identità può essere plasmata nella vita quotidiana (Parasecoli, 2014). In contrasto con gli approcci più tradizionali che interpretano le identità familiari come configurazioni fisse o binarie, il modello proposto - in linea con i lavori che esplorano la coesistenza e la negoziazione di molteplici domini identitari nel tempo (Dahl e Galliher, 2012) - sottolinea che le configurazioni dell'identità familiare sono processi continui e negoziati contestualmente. Sosteniamo quindi che il modello che proponiamo a questo punto della trattazione possa offrire una chiave interpretativa alternativa e complementare per comprendere le dinamiche identitarie delle famiglie migranti, contribuendo al più ampio dibattito sull'identità familiare e offrendo un cambiamento teorico che integra il corpo, i sensi e la materialità, aspetti talvolta trascurati dalla psicologia familiare tradizionale (Sutton, 2001). Infine, un’ulteriore specifica necessaria è relativa al fatto che questo modello non dovrebbe essere concettualizzato in modo astratto, ma piuttosto all'interno dei più ampi contesti sociopolitici ed economici che influenzano l'accesso e la scelta del cibo (Parasecoli, 2022).

Nonostante i limiti inerenti alla natura qualitativa dello studio, i risultati offrono spunti rilevanti per le famiglie, i professionisti e i responsabili politici: in particolare, forniscono una chiave interpretativa utile per comprendere come le pratiche alimentari funzionino come spazi di negoziazione in cui vengono ridefiniti l'appartenenza, i ruoli e i ricordi, suggerendo la necessità di politiche e interventi che tengano conto della dimensione culturale e relazionale del cibo nei percorsi verso l'inclusione e il benessere familiare (Al-Sayed e Bieling, 2022).

Risultati per la sezione quantitativa con utilizzo modello APIM (2)

La fase iniziale dell'analisi ha riguardato un'esplorazione descrittiva delle variabili considerate nello studio, con particolare attenzione ai punteggi riportati separatamente dai due membri della diade (si veda tabella 12).

Variabili	**Attore**				**Partner**			
	M	**SD**	**Range**		**M**	**SD**	**Range**	
Anni di residenza in Italia	19,86	9,10	1	34	18,77	8,26	5	34
Distanza culturale percepita (BPCDS)	53,97	14,71	20	76	54,69	14,27	25	76
Adattamento socioculturale (BSAS)	63,62	12,67	36	84	62,69	14,83	20	84
Adattamento psicologico (BPAS)	29,52	6,54	18	41	31,17	8,12	20	48
Orientamento all'acculturazione(BAOS)	42,72	8,76	19	55	39,24	9,54	15	56
Neofobia alimentare*	21,55	5,54	10	33	21,41	4,92	11	30

Tabella 12 descrittive dei predittori quantitativi

* Neofobia alimentare: rappresenta la variabile dipendente

Si riscontrano nelle coppie livelli tendenzialmente comparabili tra i punteggi rilevati con lievi discrepanze in particolare per quanto riguarda le variabili di adattamento psicologico e orientamento all'acculturazione.

La tabella 13 presenta le statistiche descrittive relative alle variabili considerate come predittori nel modello, con una distinzione tra i due membri della diade (attore e partner). Per ciascun gruppo vengono riportati il numero di casi (n), la media (M) e la deviazione standard (SD).

Variabili	**Diade**	**Livelli**	**n**	**M**	**SD**
Età	Attore	38 anni o meno	5	20.2	5.59
		Tra i 39 e i 42 anni	7	22.9	3.98
		43 anni o più	17	21.4	6.22
	Partner	38 anni o meno	10	22.8	5.39
		Tra i 39 e i 42 anni	7	18.3	5.94
		43 anni o più	12	22.1	3.18
Prescrizione alimentare	Attore	Si	9	21.7	6.20
		No	15	21.9	5.91
		Altro	5	20.2	3.56
	Partner	Si	10	22.7	5.29
		No	15	20.0	4.87
		Altro	4	23.5	3.11
Tipo di lavoro	Attore	Produzione	15	22.7	5.60
		Servizi	12	20.3	5.82

		Altro	2	20.5	2.12
	Partner	Produzione	3	22.7	6.11
		Servizi	16	22.4	5.20
		Altro	10	19.5	3.95
Origine	Attore	Africa-Asia	6	22.0	3.41
		America	15	20.1	5.33
		Europa	8	23.9	6.85
	Partner	Africa-Asia	6	21.3	4.80
		America	15	21.5	3.74
		Europa	8	21.4	7.23
Livello di istruzione	Attore	Elementari	6	22.0	7.59
		Licenza media	5	20.6	4.22
		Laurea triennale (T)	3	20.0	5.00
		Laurea magistrale (M)	15	22.0	5.57
	Partner	Elementari	4	21.3	7.50
		Licenza media	3	23.3	4.16
		Laurea triennale (T)	1	20.0	na
		Laurea magistrale (M)	21	21.2	4.79

Tabella 13 Descrittive dei predittori qualitativi

Come illustrato, le variabili incluse nel modello riguardano età, prescrizioni alimentari, tipo di lavoro, origine e livello di istruzione. Nel complesso, le differenze tra i membri della diade risultano contenute e suggeriscono che gli effetti osservati nel modello potrebbero essere in parte attribuibili a caratteristiche specifiche di uno solo dei due membri, confermando la pertinenza di un approccio diadico capace di considerare simultaneamente gli effetti dell'attore e del partner.

Per verificare la necessità di un approccio diadico, è stata preliminarmente valutata l'interdipendenza tra i membri delle coppie rispetto alla variabile di interesse principale, la neofobia alimentare. La correlazione tra i punteggi dei partner ha restituito un valore di r = .32, indicativo di una relazione moderata tra i membri della diade. Inoltre, il coefficiente di correlazione intraclasse (ICC = .36) ha confermato che circa il 36% della varianza nella neofobia è condivisa all'interno delle coppie, suggerendo l'interdipendenza dei dati. Questi risultati supportano quindi la scelta di utilizzare un modello di analisi diadica (APIM; Cook & Kenny, 2005), capace di stimare simultaneamente gli effetti che ciascun membro esercita su Sé stesso (effetto attore) e sul partner (effetto partner).

A seguito della verifica dell'interdipendenza tra i membri della diade, è stato quindi stimato un modello di regressione diadica (Cook & Kenny, 2005). Il modello include la neofobia alimentare come variabile dipendente e le dimensioni dell'acculturazione come predittori principali, insieme alle variabili sociodemografiche.

Il modello spiega una quota significativa della varianza nella neofobia alimentare (R^2 = .58; R^2 adj. = .37). I coefficienti stimati per gli effetti dell'attore e del partner sono riportati nella tabella 14.

Variabili	**B**	**SE**	**t**	**p**		**B**	**SE**	**t**	**p**	
Intercept	16.13	6.69	2.41	0.021	*					
	Effetto attore					**Effetto partner**				
Perceived cultural distance (BPCDS)	-0.15	0.08	-1.79	0.082		0.11	0.09	1.16	0.253	
Sociocultural adaptation (BSAS)	0.00	0.09	0.05	0.964		0.02	0.10	0.17	0.867	
Psychological adaptation (BPAS)	0.05	0.11	0.42	0.678		0.05	0.11	0.46	0.646	
Acculturation orientation (BAOS)	0.05	0.11	0.47	0.642		-0.22	0.13	-1.76	0.087	
Età										
tra i 39 e i 42 anni	1.95	2.13	0.92	0.364		-5.36	2.63	-2.04	0.049	*
43 anni o più	3.69	2.63	1.40	0.169		-3.11	3.44	-0.90	0.372	
Origine										
America	10.00	4.03	2.48	0.018	*					
Europa	8.46	3.07	2.76	0.009	**					
Prescrizioni alimentari										
Si	16.64	4.55	3.66	0.001	***					
Altro	20.20	5.81	3.48	0.001	**					

Tabella 14 Coefficienti del modello di regressione (R^2 = .58). B: non standardized coefficients, SE: standard error, t: represents t-value.

Come illustrato, nessuna delle dimensioni dell'acculturazione ha mostrato in questa analisi effetti statisticamente significativi, né in termini di effetti attore né di effetti partner. Tuttavia, alcune variabili sociodemografiche risultano associate in modo significativo ai livelli di neofobia.

Nella lettura dei coefficienti relativi alle variabili categoriali, è importante considerare che ciascuna variabile viene rappresentata attraverso le sue categorie di risposta, ma una di esse non compare in tabella in quanto utilizzata come livello di riferimento. Pertanto, i coefficienti riportati indicano la differenza nella variabile dipendente (neofobia alimentare) tra ciascuna categoria e il livello di riferimento corrispondente.

Per quanto riguarda gli effetti dell'attore, emergono differenze rilevanti in funzione dell'origine geografica: i partecipanti provenienti dalle Americhe riportano punteggi di neofobia più elevati rispetto a quelli di origine africana o asiatica ($\beta = 10.00$, $p < .05$), mentre i partecipanti europei si collocano in una posizione intermedia ($\beta = 8.46$, $p < .01$).

Un altro risultato significativo riguarda la presenza di prescrizioni alimentari ($\beta = 16.64$, $p < .001$) e, in misura minore, altre forme di restrizioni alimentari ($\beta = 20.20$, $p < .01$), associate a livelli più alti di neofobia.

Tra gli effetti del partner, l'unico risultato significativo è osservato per la fascia d'età compresa tra 39 e 42 anni ($\beta = -5.36$, $p < .05$), suggerendo che una maggiore maturità anagrafica del partner si associa a minori livelli di neofobia nella diade.

Nel complesso, il modello evidenzia come la neofobia alimentare non sia direttamente influenzata dai processi di adattamento culturale, ma risulti maggiormente legata a fattori biografici e normativi, quali le restrizioni alimentari e l'origine culturale, che sembrano modulare le aperture o resistenze verso nuovi cibi.

Per verificare l'eventuale presenza di multicollinearità tra i predittori del modello, è stato calcolato il *Generalized Variance Inflation Factor* (GVIF), un'estensione del classico VIF che consente di includere anche variabili categoriali con più di due livelli (Fox & Monette, 1992). Poiché il GVIF varia in funzione dei gradi di libertà associati a ciascuna variabile, è stato considerato il valore corretto GVIF$(1/2 \cdot df)$, comunemente indicato come aGVIF, che permette il confronto tra predittori con diverso numero di categorie. In questo studio, i valori medi calcolati sono risultati pari a GVIF = 11.29 e aGSIF = 2.07, indicando livelli accettabili di collinearità e confermando l'adeguatezza del modello stimato.

Discussione e conclusioni per la sezione quantitativa con utilizzo modello APIM (2)

I risultati della nostra analisi hanno suggerito come alcune caratteristiche sociodemografiche nei contesti familiari influenzino in modo differenziato le pratiche e le percezioni relative al cibo, specialmente nel contesto della migrazione.

Il modello APIM ha permesso di distinguere e stimare simultaneamente gli effetti tra attori e partner, evidenziando alcuni risultati significativi, rispetto ad alcune variabili demografiche. Un elemento di particolare interesse riguarda il ruolo dell'origine geografica, che esercita un impatto sui risultati intrapersonali individuali (effetti attore) relativi al livello di neofobia. Ciò suggerisce che l'esperienza migratoria e le caratteristiche culturali legate all'origine influenzano direttamente il rapporto con il cibo e, più in generale, la costruzione dell'identità alimentare nel nuovo contesto. Questo risultato è coerente con la letteratura recente che conferma il cibo come veicolo centrale per esprimere l'appartenenza culturale e l'identità attraverso il suo ruolo nelle celebrazioni culturali e nella conservazione dell'identità di origine (Kerkeny, 2024; Gingell et al., 2022; Reddy & Dam, 2020).

Allo stesso modo, la presenza di prescrizioni o restrizioni alimentari (di natura religiosa, medica o etica) risulta associata a livelli più elevati di neofobia, suggerendo che le norme che regolano il "cosa" e il "come" si può mangiare possono agire come vincoli che riducono la propensione alla sperimentazione e al cambiamento. Anche questi risultati sono coerenti con la letteratura che evidenzia il ruolo delle prescrizioni alimentari come forme di controllo personale e come riflesso dei

valori culturali e religiosi che orientano le pratiche quotidiane (Major-Smith et al., 2023; Desjardins, 2022; Leslie, 2022). Al tempo stesso, tale atteggiamento potrebbe rappresentare una risposta protettiva, volta a preservare la continuità con le abitudini alimentari di origine e a mantenere una coerenza identitaria nel contesto migratorio (Rozin, 1976). In questa prospettiva, le prescrizioni alimentari potrebbero assumere una duplice funzione: da un lato, esprimono l'adesione a un sistema culturale e di valori; dall'altro, contribuiscono a costruire spazi di sicurezza e riconoscimento all'interno della famiglia, fungendo da ancora simbolica in un contesto di cambiamento. Tali riflessioni invitano a considerare le pratiche alimentari regolate, esse stesse come risorse identitarie e relazionali che consentono ai genitori di mantenere un senso di continuità.

Un ulteriore elemento di interesse riguarda la variabile dell'età, che mostra un effetto significativo nella fascia compresa tra i 39 e i 42 anni, associandosi a livelli inferiori di neofobia nella diade. Esso suggerisce che l'età del partner possa incidere sulle dinamiche relazionali che regolano il cambiamento alimentare, riflettendo forse una maggiore stabilità o una capacità di mediazione maturata nel corso del ciclo di vita familiare. Questo risultato, pur discostandosi in parte dalla letteratura che descrive una relazione positiva tra età e livelli di neofobia alimentare (Del Campo et al., 2024; Van Den Heuvel et al., 2019), invita a considerare come il significato dell'età possa assumere sfumature diverse nei contesti migratori: è possibile ipotizzare che, piuttosto che rappresentare un semplice fattore anagrafico, l'età agisca come indicatore di fase di vita o di tappa del percorso migratorio, segnalando momenti di maggiore o minore apertura al cambiamento. Da questa prospettiva, la fascia di età intermedia potrebbe coincidere con una fase di maggiore familiarizzazione con l'ambiente ospitante e con una riorganizzazione delle pratiche alimentari, che diventano progressivamente più flessibili e ibride. Tale interpretazione trova riscontro nei costrutti di fasi critiche o *turning points* identitari (Bulut et al., 2024; Migliorini et al., 2016), secondo i quali i passaggi di vita innescano processi di rinegoziazione delle pratiche e delle relazioni, specialmente in contesti di mobilità e cambiamento. Studi precedenti hanno mostrato infatti che la fase iniziale della migrazione è spesso caratterizzata da difficoltà nel reperire alimenti familiari o nel riconoscersi nei sapori locali (Gu et al., 2022). Con il tempo, l'esposizione a nuovi contesti e la possibilità di ricreare abitudini culinarie proprie del paese d'origine potrebbero favorire una progressiva apertura verso nuovi alimenti e, di conseguenza, una riduzione della neofobia. L'apertura verso nuovi cibi non appare più quindi come un tratto individuale, ma come fenomeno dinamico e co-costruito, che si sviluppa nel dialogo tra l'esperienza migratoria, il ciclo di vita familiare e la possibilità di adattamento al nuovo contesto.

Nel complesso, il modello evidenzia come la neofobia alimentare non emerga come esito diretto dei processi di adattamento culturale all'interno della diade, risultando piuttosto associata a fattori

biografici e normativi, quali le restrizioni alimentari e l'origine culturale, che sembrano modulare le aperture o resistenze verso nuovi cibi. Questi risultati preliminari hanno mostrato come atteggiamenti e comportamenti alimentari siano poi influenzati non solo da fattori individuali, ma anche dal dialogo e dalle interdipendenze all'interno della coppia. Questa prima analisi ha pertanto sottolineato la natura complessa e mediata dei costrutti indagati: l'APIM, infatti, si focalizza principalmente sull'analisi delle interdipendenze diadiche tra i membri della coppia, permettendo di stimare gli effetti che ciascun individuo esercita su sé stesso e sul partner, ma non consente invece di esplorare le relazioni strutturali più ampie che legano tra loro i costrutti psicologici e socioculturali considerati.

Di qui è emersa la conseguente necessità di adottare un approccio più ampio, capace di considerare le relazioni indirette e configurazioni più complesse tra i diversi costrutti. Ed è proprio in questa direzione che si colloca la successiva analisi presentata, condotta attraverso il modello PLS-PM, volta a esplorare la struttura complessiva delle relazioni tra neofobia alimentare e variabili acculturative, in ottica sistemica.

Risultati per la sezione quantitativa con utilizzo modello PLS-PM (3)

In continuità con il modello diadico precedentemente testato, questa seconda analisi quantitativa adotta un approccio di tipo strutturale, volto a esplorare la rete di relazioni tra i costrutti considerati. L'obiettivo principale di questa sezione era comprendere come la neofobia alimentare possa incidere sui processi di acculturazione, in particolare sulle dimensioni precedentemente descritte. L'utilizzo del *Partial Least Squares Path Modeling* (PLS-PM) si giustifica per la natura esplorativa dello studio e per la complessità delle relazioni ipotizzate tra le variabili, che includono effetti diretti e indiretti tra costrutti teorici latenti. A differenza del modello APIM, focalizzato sulle interdipendenze diadiche e sugli effetti reciproci tra i membri della coppia, il PLS-PM consente di analizzare l'intero sistema relazionale, offrendo una rappresentazione più ampia e integrata dei legami tra le dimensioni individuali e contestuali. Il livello di analisi ora è quindi il sistema di costrutti di riferimento e la domanda che ci si pone è che effetto ha la neofobia sull'acculturazione rilevata. In questo quadro, la neofobia alimentare è stata intesa come variabile predittiva principale, ipotizzando un suo effetto negativo sulle diverse componenti dell'acculturazione.

La valutazione del modello strutturale, stimata mediante l'approccio PLS-PM, comprende, come descritto precedentemente, misure di qualità sia del modello interno che di quello esterno. Per quanto riguarda la valutazione del modello esterno, poiché tutte le variabili manifeste (MV) dei blocchi sono state trattate in modo riflessivo (ogni variabile manifesta riflette - ed è un effetto della – variabile latente -LV- corrispondente), è importante verificare che i blocchi di MV collegati a ciascuna LV rappresentino lo stesso concetto.

La tabella 15 presenta una verifica dell'omogeneità e della mono dimensionalità dei costrutti.

Dimensioni	Modalità	Cronbach Alpha	Dillon - Goldstein Rho	First eigenvalue	Second eigenvalue	AVE
NPS	Reflective	0.641	0.753	2.39	0.97	0.523
ACCULTURATION	Reflective	0.904	0.935	3.13	0.64	0.847
BSAS	Reflective	0.889	0.909	5.55	1.34	0.610
BPCDS	Reflective	0.843	0.876	4.61	1.38	0.540
BPAS	Reflective	0.710	0.796	2.77	1.33	0.501
BAOS	Reflective	0.830	0.872	3.71	1.33	0.533

Tabella 15 Stima del modello esterno

La consistenza interna di ciascun costrutto nel modello viene valutata utilizzando tre indicatori primari: affidabilità composita, α di Cronbach e PCA *eigenvalues*. Valori superiori a 0,7 sono generalmente considerati indicativi di unidimensionalità (Tenenhaus et al., 2005). In questo studio, tali indici confermano che le ipotesi del modello sono appropriate: sia l'α di Cronbach che il ρ di Dillon-Goldstein (affidabilità composita) superano la soglia di 0,7 per tutte le variabili latenti (LV) e i primi autovalori sono superiori a 1, a ulteriore conferma dell'unidimensionalità.

Per il costrutto Neofobia in particolare, l'α di Cronbach è 0,641, leggermente al di sotto della soglia convenzionale, ma il valore ρ di Dillon-Goldstein è 0,753, il che conferma l'ipotesi di unidimensionalità. Inoltre, gli autovalori PCA confermano ulteriormente la robustezza di questa dimensione.

Per valutare la validità del costrutto, la validità convergente viene esaminata utilizzando la varianza media estratta (AVE), come raccomandato da Fornell e Larcker (1981). Un valore AVE pari o superiore a 0,5 indica che il costrutto spiega, in media, più della metà della varianza dei suoi indicatori. Al contrario, un AVE inferiore a 0,5 suggerisce che la varianza dell'errore supera la varianza spiegata. In questo studio, la maggior parte dei costrutti presenta valori AVE superiori alla soglia di 0,5, confermando una validità convergente soddisfacente. Un'eccezione è rappresentata dalla dimensione BPAS, che ha un AVE leggermente in soglia rispetto al valore limite, ma comunque vicino all'intervallo accettabile. Nel complesso, questi risultati indicano che il modello esterno è ben specificato e che le variabili latenti sono misurate in modo appropriato dalle loro variabili manifeste corrispondenti, riflettendo una buona sintesi.

Per interpretare i risultati, abbiamo analizzato tutti i coefficienti di percorso che collegano la neofobia all'acculturazione e alle sue quattro dimensioni, come mostrato nella tabella 16.

	Estimates	Standard error	p-value
NPS → ACCULTURATION	-0.680	0.0939	8.91e-10
ACCULTURATION → BSAS	0.932	0.0463	1.28e-28
ACCULTURATION → BPCDS	0.764	0.0827	3.39e-13
ACCULTURATION → BPAS	0.787	0.0789	1.93e-14
ACCULTURATION → BAOS	0.726	0.0881	1.69e-10

Tabella 16 Stima del modello interno

Come si può vedere dalla tabella 15, tutti i coefficienti di percorso sono statisticamente significativi. La neofobia ha un effetto negativo forte e significativo sullo stato di acculturazione (-0,680). Livelli più elevati di NPS sono associati a livelli più bassi di acculturazione. All'aumentare dell'NPS, l'acculturazione diminuisce. Il coefficiente negativo suggerisce che la neofobia potrebbe rappresentare un fattore che ostacola l'integrazione o l'adattamento culturale.

L'acculturazione, a sua volta, ha effetti positivi forti e statisticamente significativi su tutte le variabili di risultato: BSAS, BPCDS, BPAS e BAOS. Tutti gli effetti dell'acculturazione sulle quattro variabili di risultato sono statisticamente significativi e positivi, indicando che una maggiore acculturazione è associata a punteggi più favorevoli su ciascuna di queste scale.

La tabella 17 riporta i principali indici che indicano la qualità complessiva del modello: coefficiente R^2, indici di comunanza e ridondanza. Il coefficiente R^2 mostra che le LV endogene sono ben previste dalle LV esplicative, mentre i valori dell'indice di comunanza (un altro indice che misura la bontà dei modelli di misurazione) sono notevolmente più alti per tutti i blocchi (un valore di 0,50 indica un grado sufficiente di validità del costrutto).

Dimensioni	Tipo	R^2	Communalities	Redundancies
NPS	Esogeno		0.500	
ACCULTURATION	Endogeno	0.473		0.501
BSAS	Endogeno	0.824		0.517
BPCDS	Endogeno	0.618		0.567
BPAS	Endogeno	0.654		0.554
BAOS	Endogeno	0.460		0.497

Tabella 17 Qualità complessiva del modello

Al fine di rendere conto della complessità dei fenomeni in questione e trattare l'eterogeneità calcolando l'albero di segmentazione PATHMOX, vengono utilizzate come variabili di

segmentazione le variabili relative alle caratteristiche sociodemografiche considerate (sesso, età, paese di origine, anni di residenza in Italia, istruzione, numero di figli).
L'albero di segmentazione PATHMOX è rappresentato nella figura 17.

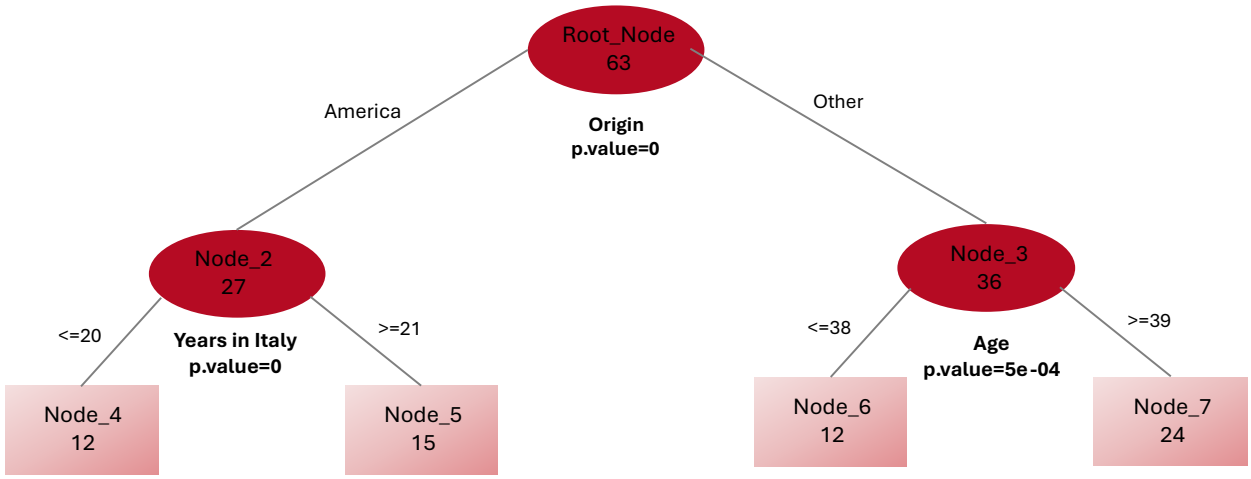


Figura 17 Albero di segmentazione PATHMOX

Alla prima suddivisione, PATHMOX definisce due modelli diversi in base all'origine. L'algoritmo mostra immediatamente come il campione differisca in base all'origine delle persone. Da un lato (lato sinistro della figura) ci sono tutti coloro che provengono dall'America (27 individui), mentre dall'altro lato (lato destro della figura) ci sono invece coloro che provengono dai paesi europei, asiatici e africani (36 individui).
Le seconde variabili di segmentazione più significative sono gli anni vissuti in Italia e l'età. Su coloro che provengono dall'America (lato sinistro), agisce un'altra variabile significativa che divide ulteriormente il gruppo di individui. Si tratta degli anni vissuti in Italia, che da un lato colloca tutti coloro che hanno vissuto in Italia per meno di 20 anni e dall'altro invece coloro che hanno vissuto in Italia per oltre 20 anni. Per quanto riguarda coloro che provengono dai paesi europei, asiatici e africani (lato destro), invece, la variabile significativa è l'età, che crea due gruppi: da un lato tutti coloro che hanno meno di 38 anni e dall'altro invece coloro che hanno più di 38 anni.
Alla fine, l'algoritmo produce quattro segmenti finali, ciascuno corrispondente a un modello distinto. Una volta ottenuti questi gruppi, è possibile capire se ci sono differenze tra il modello globale e i segmenti identificati (tabella 18).

Dimensions	Root Node	Node_4	Node_5	Node_6	Node_7
NPS → ACCULTURATION	-0.680	-0.756	-0.645	-0.675	-0.734
ACCULTURATION → BSAS	0.932	0.864	0.796	0.905	0.888
ACCULTURATION → BPCDS	0.764	0.602	0.468	0.773	0.611
ACCULTURATION → BPAS	0.787	0.845	0.777	0.856	0.579
ACCULTURATION → BAOS	0.726	0.543	0.567	0.714	0.570

Tabella 18 Stima dei coefficienti calcolata per ciascun nodo terminale

L'origine emerge come variabile di segmentazione primaria: i migranti che hanno dichiarato di essere originari del Nord e del Sud America hanno mostrato una relazione tra neofobia e acculturazione che tendeva a differenziarsi ulteriormente in base al numero di anni trascorsi in Italia. Per coloro che vivevano lì da meno di vent'anni, l'effetto della neofobia sembrava essere più pronunciato (-0,756), mentre per coloro che vivevano in Italia da più tempo, la relazione era leggermente attenuata (-0,645). Al contrario, per i migranti provenienti dall'Europa, dall'Asia e dall'Africa, l'età emerge come un fattore predittivo significativo dei risultati, con i migranti più giovani che mostrano un coefficiente di -0,675 e quelli di età pari o superiore a 39 anni che dimostrano un effetto amplificato della neofobia sull'acculturazione (-0,734).

Discussione e conclusioni per la sezione quantitativa con utilizzo modello PLS-PM (3)

Il PLS-PM è stato applicato al fine di misurare l'impatto della neofobia rilevata, sull'acculturazione anch'essa rilevata all'interno del gruppo di genitori partecipanti.

L'analisi ha mostrato che la neofobia ha un effetto negativo forte e significativo sul grado di acculturazione (-0,680). Livelli più elevati di neofobia alimentare, quindi, sono associati a livelli più bassi di acculturazione. In altre parole: all'aumentare del grado di neofobia, l'acculturazione rilevata diminuisce. Questo risultato suggerisce che la tendenza a non provare cibi culturalmente nuovi e sconosciuti del paese d'arrivo potrebbe anche essere indicativa di un atteggiamento più generale di chiusura nei confronti della cultura incontrata.

In accordo con la letteratura esistente che ha sottolineato la funzione del cibo come identificatore di identità e agente dei processi sociali (Abbots, 2016; Cinotto, 2013; Verbeke & López, 2005), tale riluttanza a consumare cibi culturalmente lontani dalle abitudini potrebbe essere interpretata come una manifestazione di resistenza all'incontro con la cultura ospitante. Questo, a sua volta, potrebbe essere considerato un fattore fondamentale nel processo di avvicinamento al paese d'arrivo. Al contrario, l'apertura e l'inclusione di nuove esperienze culinarie nella propria routine alimentare, del nuovo paese di arrivo, potrebbero essere indicatrice anche di una parallela tendenza alla volontà di

creare occasioni di incontro con pratiche e valori culturali diversi dai propri. I dati suggeriscono quindi come il cibo possa essere considerato una dimensione pratica, materiale, concreta e quotidiana dell'acculturazione. Da un punto di vista teorico quindi, questi risultati sottolineano l'importanza di considerare le pratiche alimentari come fattori psicologici e culturali importanti durante il processo di adattamento successivo alla migrazione e questo sottolinea la necessità di approfondire ulteriormente questi risultati.

Allo stesso tempo, i risultati hanno confermato anche la natura multidimensionale del costrutto dell'acculturazione: le associazioni positive e significative con tutte le dimensioni acculturative considerate – *adattamento psicologico e socioculturale, percezione della distanza culturale e orientamento all'acculturazione* – evidenziano quanto siano complessi e interconnessi i processi di adattamento. Questi dati contribuiscono a rafforzare gli sviluppi più recenti della letteratura sul costrutto di acculturazione, che ne sottolineano la natura dinamica, situata e intersoggettiva, piuttosto che intenderla come un costrutto dato e immutabile nel tempo (Kreienkamp et al., 2023; Demes & Geeraert, 2014). In questa prospettiva, i risultati del modello PLS-PM sostengono la necessità illustrata anche in introduzione di integrare l'approccio tradizionale dell'acculturazione, tipico degli studi cross culturali, con una cornice di psicologia culturale, che consideri insieme il modo in cui i significati, le pratiche e i sistemi simbolici si trasformano nel contatto tra culture. L'acculturazione viene intesa quindi come una modalità di stare nel contesto esprimendo, negoziando e interagendo continuamente con significati che coinvolgono l'idea di famiglia, di relazioni quotidiane e degli oggetti materiali, come appunto il cibo, in quanto mediatori culturali. Tale idea avvalora anche la tesi secondo cui l'acculturazione dovrebbe essere concettualizzata come un processo multiforme, in cui elementi psicologici e sociali esercitano un'influenza reciproca (Archuleta et al., 2025).

Infine, nel nostro studio, è stato messo in luce che sia possibile che gli individui partecipanti abbiano atteggiamenti e opinioni diversi a seconda di determinate variabili sociodemografiche. A tal fine, è stato applicato l'algoritmo PATHMOX (*Path Modeling Segmentation Tree*) proposto da Sanchez e Aluja-Banet (2006) per trattare l'eterogeneità del campione. PATHMOX ha definito due modelli diversi in base alla variabile origine. Questa variabile risulta essere significativa nel determinare i diversi gruppi del modello. Ciò mostra, ancora una volta e in accordo con la prima esplorazione quantitativa dei dati, quanto sia cruciale considerare questa caratteristica demografica per analizzare la neofobia e l'acculturazione, poiché tale relazione potrebbe non essere la stessa per tutti.

Inoltre, i genitori migranti che hanno dichiarato di avere origini nordamericane e sudamericane hanno mostrato una relazione tra neofobia e acculturazione che tende a differenziarsi ulteriormente in base al numero di anni trascorsi in Italia: per coloro che risiedono da meno di vent'anni, l'effetto della neofobia appare più elevato, mentre per coloro che vivono in Italia da più tempo, la relazione è

leggermente attenuata. Questo risultato potrebbe indicare che la progressiva familiarità con il contesto ospitante diminuisca l'impatto della riluttanza verso i cibi nuovi, corroborando così l'idea che il tempo sia un fattore promotore di avvicinamento culturale (Berg et al., 2020; Del Pino-Brunet et al., 2021). Al contrario, per i migranti provenienti dall'Europa, dall'Asia e dall'Africa, l'età è risultata essere una variabile demografica predittiva dell'acculturazione. Nello specifico, nelle persone con un'età più elevata, la neofobia ha esercitato un'influenza maggiore sul livello di acculturazione. Questa distinzione, come evidenziato dalle ricerche precedenti, potrebbe essere indicativa di un maggiore grado di flessibilità e apertura tra i soggetti più giovani nei confronti di cibi e esperienze culturali nuovi. Ciò però risulta essere in contrasto con il maggiore livello di resistenza osservato generalmente tra i soggetti più anziani (non però migranti), le cui abitudini alimentari forse più radicate possono costituire una barriera (Mascarello et al., 2020).

Conclusioni integrate

L'insieme delle analisi condotte nei tre studi presentati offre una visione articolata dei processi attraverso cui le famiglie migranti si confrontano con il cambiamento alimentare e con la costruzione identitaria nel contesto d'arrivo a seguito della migrazione. Il quadro che emerge è dinamico e le pratiche alimentari relative all'apertura o chiusura verso un cibo nuovo, che può essere incontrato o ricordato nella sua riproduzione mai uguale, operano come veri e propri campi di mediazione per la costruzione biografica dei partecipanti, rispetto ai loro riferimenti duplici (quello d'origine e quello incontrato). L'interazione tra i risultati qualitativi e quantitativi rivela una tensione fra dimensioni e variabili sociodemografiche, di costrutto, relazionali e simboliche, che si declinano in modo differente ma complementare nei tre livelli di analisi considerati.

Lo studio qualitativo ha messo in luce la profondità dei racconti delle pratiche alimentari, evidenziando come esse siano considerate al tempo stesso spazi di memoria e luoghi di trasformazione, all'interno e all'esterno del nucleo intimo. All'interno del nucleo familiare, cucinare ricette tradizionali e condividere il pasto insieme sono stati raccontati come strumenti per mantenere e riaffermare legami e continuità biografiche, oltre che per mantenere la memoria con le nuove generazioni; sempre all'interno della famiglia però, parallelamente, le pratiche alimentari sono state raccontate anche come modalità per riflettere sulle trasformazioni attuate e sull'adattamento necessario a nuove abitudini intraprese nel nuovo contesto nonché sulle tensioni che possono emergere nel rapporto con le nuove generazioni. Nel rapporto con il contesto sociale più ampio, le famiglie hanno attribuito al cibo una funzione duplice: da un lato, esso rappresenta un segno tangibile di appartenenza e di visibilità culturale, mantenuto attraverso pratiche di acquisto e consumo che

riaffermano le origini; dall'altro, si configura come spazio di interazione e apprendimento, in cui il contatto con altre culture alimentari favorisce processi di apertura, contaminazione e rinnovamento delle abitudini familiari. Il finale modello dinamico di identità alimentare familiare migrante presentato ha mostrato come le famiglie si muovano lungo questi due assi emersi: conservazione/trasformazione e intra/extra-familiare. Questo primo quadro di matrice qualitativa ha offerto le basi per considerare il cibo come dispositivo culturale e psicologico attraverso il quale l'identità familiare si costruisce in relazione ai contesti di vita.

Il successivo approfondimento preliminare quantitativo di analisi diadica condotta mediante il modello APIM ha consentito di fare un ulteriore passo per approfondire le dinamiche relazionali all'interno della coppia. Pur in assenza di effetti significativi per le variabili di tipo acculturativo, il modello ha evidenziato il ruolo di alcune caratteristiche sociodemografiche. L'emergere dell'origine geografica, della presenza di prescrizioni alimentari e dell'età come variabili significative ha suggerito che il rapporto con il cibo meno conosciuto sia modulato da elementi identitari radicati anche nella storia personale e familiare, oltre che in visioni etiche e valoriali. In particolare, l'origine ha restituito il peso del contesto culturale di provenienza; le prescrizioni alimentari, religiose o etiche, sono apparse come forme di continuità dettate da un piano normativo che forniscono coerenza e senso; infine, l'età è un buon indicatore per confermare l'importanza delle diverse fasi di vita in cui le famiglie negoziano in modo differenziato l'apertura al nuovo.

Il successivo impiego del modello PLS-PM ha permesso di ampliare questa analisi mettendo in evidenza la struttura sistemica del fenomeno e mostrando che la neofobia esercita un effetto negativo forte e significativo sul livello complessivo di acculturazione. Questa relazione potrebbe suggerire che la chiusura verso nuovi cibi potrebbe riflettere, a un livello più ampio, anche un atteggiamento di distanza o resistenza all'incontro con la cultura incontrata, mentre l'apertura alimentare potrebbe costituire una forma concreta e quotidiana di partecipazione e facilitazione dei processi acculturativi. L'acculturazione viene inoltre qui confermata nella sua forma processuale e situata, sostenuta dalla psicologia culturale contemporanea.

L'origine culturale è emersa come variabile discriminante nel primo nodo di segmentazione del modello, confermando in parte la rilevanza di tale fattore già osservata nel modello diadico. Nel modello PLS-PM, tuttavia, l'origine non agisce più solo come predittore individuale, ma come variabile moderatrice che modella la struttura complessiva delle relazioni tra i costrutti di acculturazione e neofobia. Ciò suggerisce che le famiglie provenienti da contesti culturali differenti possano seguire percorsi di adattamento diversi. È interessante notare che, a differenza dell'analisi quantitativa, nei risultati qualitativi l'origine culturale non emerge come elemento esplicitamente tematizzato dai partecipanti. Le famiglie, infatti, non si sono definite attraverso appartenenze

geografiche specifiche, ma piuttosto si sono raccontate attraverso le esperienze comuni di migrazione, adattamento e trasformazione che attraversano la loro vita quotidiana. Questa divergenza rappresenta una complementarità tra le prospettive: mentre le analisi quantitative mostrano che l'origine differenzia le configurazioni dei processi di acculturazione e di rapporto con la neofobia, il livello qualitativo rivela che, nella dimensione vissuta e narrata, tali differenze si dissolvono a favore di un senso condiviso di esperienza migratoria. In questa prospettiva, la provenienza geografica assume il valore di una matrice simbolica che informa le traiettorie di adattamento senza però predeterminarle agendo come sfondo di significati, conoscenze e pratiche materiali che orientano, in maniera talvolta implicita, il modo in cui le famiglie incontrano e incorporano i nuovi cibi.

Un ulteriore elemento di riflessione riguarda la variabile del tempo, sotto forma di età e anni passati in Italia, che si rivela concettualmente rilevante. In entrambi i modelli quantitativi, l'età sembra agire come segnale di una diversa fase del percorso migratorio in corso nonché relazionale. La presenza di un partner collocato nella fascia intermedia della vita adulta influenza livelli inferiori di neofobia all'interno della coppia, suggerendo che questa fase possa rappresentare un momento di equilibrio tra apertura e stabilità. Parallelamente, i risultati quantitativi del modello PLS-PM indicano che l'età interviene come fattore che sfuma e regola l'impatto della neofobia nei processi di acculturazione, mostrando quindi come il tempo vissuto, nelle sue dimensioni di avanzamento biografico e relazione con il paese d'arrivo, costituisca un elemento chiave per il fenomeno considerato. Questa lettura potrebbe essere riscontrata implicitamente anche nell'analisi dei dati qualitativi, dove sebbene l'età non venga mai menzionata direttamente, il tempo e le fasi del vivere compaiono nelle narrazioni come dimensioni centrali: le famiglie infatti raccontano un prima e un dopo rispetto all'arrivo dove inizialmente sono prevalse le difficoltà dell'insediamento dal punto di vista alimentare, come ad esempio l'impossibilità di cucinare con gli stessi strumenti o ingredienti, il senso di distanza dai sapori conosciuti ecc., seguite da una progressiva familiarizzazione con il contesto. Nel tempo, questa esperienza si traduce in una maggiore flessibilità nonché in una capacità di integrare elementi locali e tradizionali in una forma di continuità reinventata. In questa prospettiva, l'età potrebbe essere vista come una chiave per leggere la trasformazione graduale che racchiude le tappe biografiche attraverso cui le famiglie riorganizzano il loro rapporto con il cibo.

Nel loro insieme, la triangolazione dei tre livelli di analisi restituisce un quadro multidimensionale del fenomeno studiato, confermando l'idea secondo cui l'identità alimentare familiare nei contesti migratori sia un processo dinamico, situato e multilivello. I risultati qualitativi e quantitativi convergono nel mostrare che le pratiche alimentari rappresentano un terreno idoneo per osservare la costruzione e la negoziazione dell'identità, in cui fattori sociodemografici, individuali, relazionali e

culturali interagiscono costantemente. L'integrazione dei tre approcci utilizzati invita inoltre a superare modelli interpretativi statici o orientati esclusivamente all'individuo, che rischiano di ridurre la complessità dei percorsi stessi. La prospettiva che emerge è in linea con quella di una psicologia culturale familiare capace di cogliere l'interdipendenza tra dimensioni, variabili e contesti, riconoscendo che l'esperienza migratoria si struttura come una rete di negoziazioni continue, che si giocano anche sul piano alimentare.

Da un punto di vista teorico, questa ricerca ha contribuito ad ampliare la letteratura esistente sul rapporto tra neofobia alimentare e acculturazione, proponendo una linea interpretativa ancora poco esplorata che collega l'apertura alimentare ai processi di adattamento culturale e di costruzione identitaria in migrazione. Allo stesso tempo, in continuità con quanto emerso dai risultati nella revisione di *scoping* presentata in precedenza, questo livello di ricerca risponde anche alla necessità di approfondire tali dinamiche a livello familiare, un ambito ancora marginale, ponendo l'attenzione sul ruolo delle interazioni, delle negoziazioni e delle pratiche condivise nel modulare l'esperienza dell'acculturazione attraverso il cibo.

Infine, sul piano applicativo, i risultati di questo livello di studio suggeriscono che il lavoro sulle pratiche alimentari potrebbe rappresentare una leva strategica per promuovere incontri e dialogo interculturale (Dyen & Sirieix, 2016; Smith & Harvey, 2021): iniziative come i laboratori gastronomici interculturali, le cucine comunitarie o i programmi educativi basati sulla scoperta e sulla condivisione dei cibi potrebbero in questo senso sia ampliare la varietà alimentare sia sostenere la curiosità verso nuovi sapori, oltre che attivare spazi di incontro, favorendo e promuovendo il riconoscimento reciproco e più ampiamente creando reti comunitarie (Steinke et al., 2024). Alla luce dei risultati emersi, la neofobia alimentare può allora essere intesa come una possibile leva di intervento nei contesti migratori, non in quanto obiettivo in sé, ma come dimensione quotidiana e incarnata attraverso cui favorire processi di apertura e di negoziazione culturale. Interventi orientati a lavorare sulle pratiche alimentari e sulla disponibilità alla sperimentazione culinaria potrebbero quindi avere effetti indiretti sui percorsi di acculturazione, contribuendo a creare condizioni più favorevoli all'incontro con il contesto ospitante.

È proprio a partire da questa riflessione che il successivo studio di caso indaga, attraverso il ristorante sociale Roots, se e come le pratiche alimentari multiculturali condivise possano tradursi in processi di costruzione identitaria collettiva e di generazione di legami di comunità.

CAPITOLO

5

Food-Roots. Pratiche di costruzione identitaria e community building attraverso il cibo: Un'analisi di caso

Arcadu, M., Tubertini, E., Reyes Espejo, M. I., & Migliorini, L. (2025). Identity Construction and Community Building Practices Through Food: A Case Study. *Behavioral Sciences*, *15*(12), 1675. https://doi.org/10.3390/bs15121675

Capitolo 5. *Food-Roots* Pratiche di costruzione identitaria e community building attraverso il cibo: Un'analisi di caso

Introduzione

In continuità con i capitoli precedenti, questo studio si colloca a livello comunitario e prende in esame contesti collettivi in cui il cibo entra a far parte delle pratiche quotidiane, delle relazioni e delle forme di organizzazione sociale nei vissuti migratori. In questa prospettiva, il cibo assume un ruolo chiave per osservare le interazioni sociali a livello comunitario (Calvo, 1982; Crenn et al., 2010; Fischler, 1988; Mescoli, 2014). I luoghi alimentari comunitari – quali ad esempio ristoranti, orti urbani o negozi – non sono semplicemente spazi di consumo, ma veri e propri "*ambienti socio-materiali permeati da diverse modalità di costruzione delle identità collettive dei migranti*" (Miranda-Nieto & Boccagni, 2020, p. 1023), che facilitano relazioni, scambi e appartenenze condivise (Amir & Barak-Bianco, 2019; Corrales-Øverlid, 2023; Tat Shum, 2020; Kabanen, 2023). La letteratura sottolinea la generale capacità di tali dispositivi collettivi di promuovere empowerment, appartenenza e agentività nei contesti sociali (Beauregard et al., 2019; Alfadhli & Drury, 2018; Ballentyne et al., 2021). La partecipazione a siti alimentari comunitari è spesso considerata benefica anche per il benessere sociale, mentale e fisico delle persone (Kingsley & Townsend 2006; Parr, 2007; Hawkins et al. 2013; Pitt, 2014) sostenendo il processo di appartenenza al luogo e alla comunità (Sampson & Gifford 2010; Tidball & Krasny 2013; Gómez et al. 2015). Inoltre, gli spazi alimentari comunitari differiscono dai locali commerciali o orientati al profitto in quanto sono concepiti come ambienti relazionali in cui possono emergere il sostegno sociale, la partecipazione collettiva e la creazione condivisa di significato (Veron, 2024). Questa distinzione è fondamentale per il nostro studio, poiché è proprio la natura orientata alla comunità di questi spazi che rende possibili i processi qui esaminati.

In questa prospettiva, nei contesti multiculturali, il cibo e i dispositivi alimentari comunitari potrebbero quindi favorire la continuità identitaria e l'attivazione di nuovi percorsi di cambiamento offrendo alle persone migranti la possibilità di mantenere appartenenze precedenti e di costruirne di nuove (Ballentyne et al., 2021; Jetten et al., 2010; Abramovic et al., 2019). Il cibo, inoltre come abbiamo visto, può essere inteso come elemento mediatore per l'incontro tra migranti e comunità locali, promuovendo la partecipazione attiva, il riconoscimento e la coesione sociale (Lugosi et al., 2023; Webster & Forsberg, 2020; Rabikowska, 2010).

Nonostante la crescente attenzione per il ruolo del cibo nei processi migratori e per le pratiche comunitarie che ne derivano, però, la letteratura ha finora dedicato scarsa attenzione a tali luoghi come dispositivi trasformativi in grado di favorire appartenenza, riconoscimento ed empowerment

nei contesti migratori (Simon-Roberts, 2025). In particolare, manca una riflessione approfondita su come questi spazi siano vissuti, narrati e co-costruiti dalle persone che li abitano, e su quali dinamiche relazionali e simboliche si fondino sulle pratiche quotidiane che ruotano attorno al cibo (Clarebout & Mescoli, 2023; Pitt, 2014).

In questa prospettiva, vogliamo sostenere come all'interno del contesto migratorio il cibo e le pratiche ad esso relativo possano essere intese non solo come un mezzo per preservare l'identità culturale (Arcadu, 2025) ma anche come un *common project* capace di generare connessioni significative e trasformative sia con la comunità ospitante, sia con quella di origine. Il presente studio si propone pertanto di colmare tali lacune esplorando il ruolo del cibo e delle pratiche ad esso correlate come elementi simbolici, materiali e relazionali capaci di attivare processi comunitari profondi all'interno di luoghi alimentari urbani a carattere multietnico e multiculturale. Oltre a colmare una lacuna nella letteratura esistente, questo studio segue l'invito offerto da Alvesson e Sandberg (2013) e Okimoto (2014) volto a costruire domande di ricerca che mettano in discussione i presupposti dati per scontati in un determinato campo: anziché trattare gli spazi alimentari comunitari come ambienti neutri, mettiamo in discussione questo presupposto implicito e li consideriamo come dispositivi socio-materiali e relazionali attraverso i quali i migranti negoziano attivamente l'identità, l'appartenenza e il riconoscimento. Per rendere operativo questo obiettivo, lo studio è stato guidato da tre domande di ricerca. In primo luogo, ci siamo chiesti quale ruolo svolgano gli spazi alimentari comunitari nella vita dei migranti e in che modo le pratiche legate al cibo contribuiscano a plasmare un senso di appartenenza e a costruire una comunità all'interno del ristorante sociale. In secondo luogo, abbiamo esplorato il modo in cui i partecipanti negoziano le loro identità personali e collettive attraverso il loro impegno quotidiano con il cibo in questo contesto. Infine, abbiamo esaminato la co-costruzione di significati condivisi sui luoghi legati al cibo e il loro ruolo all'interno della più ampia comunità locale. Abbiamo adottato una prospettiva multilivello che collega le pratiche alimentari quotidiane dei partecipanti (livello micro) con le dinamiche relazionali e organizzative del ristorante sociale (livello meso) e con i processi più ampi di costruzione dell'identità, appartenenza e partecipazione alla comunità (livello sociale). Questo quadro ci ha permesso di esaminare come le azioni legate al cibo diventino parte integrante della comunità e contribuiscano a modelli più ampi di riconoscimento, empowerment e convivenza. Articolando questi livelli interconnessi, lo studio posiziona il cibo come un dispositivo socio-materiale attraverso il quale si formano le relazioni comunitarie e le traiettorie identitarie. Inoltre, il presente studio utilizza un approccio qualitativo e di ricerca partecipativa basata sulla comunità (CBPR-*Community Based Participatory Research*), promuovendo relazioni collaborative e di empowerment tra i membri della comunità e i ricercatori (Israel et al., 1998; Sánchez et al., 2021). L'approccio CBPR ha informato la co-progettazione delle attività, la definizione

iterativa dei momenti di raccolta dei dati e l'interpretazione condivisa dei significati emergenti con i membri dello staff e i partecipanti.

Metodologia

Contesto

Il presente caso di studio è stato condotto presso Roots[15], un ristorante sociale situato a Modena, una città di medie dimensioni nella regione Emilia-Romagna. Il ristorante è fondato su iniziativa di un'organizzazione locale che promuove l'integrazione delle donne migranti (Associazione per l'integrazione delle donne-AIW[16]).

I ristoranti sociali, noti anche come ristoranti comunitari o solidali, sono spazi ibridi che operano all'incrocio tra ristorazione, inclusione sociale e sviluppo comunitario. In genere combinano la fornitura di pasti con obiettivi più ampi quali la formazione professionale, il reinserimento sociale e l'emancipazione delle persone emarginate, tra cui migranti, donne e persone in situazioni socioeconomiche vulnerabili (Sousa et al., 2021). Lo sviluppo dei ristoranti sociali in Europa è legato all'espansione dell'economia sociale e solidale durante gli anni '90 e 2000, in particolare nell'ambito della crescita delle cooperative sociali e delle imprese sociali di integrazione lavorativa. Questi contesti operano spesso all'interno del terzo settore o di strutture cooperative e cercano di creare ambienti inclusivi in cui il cibo diventa sia una risorsa materiale che uno strumento relazionale. In linea con i principi della psicologia comunitaria, fungono da contesti abilitanti in cui agli individui vengono offerte opportunità di partecipazione, sviluppo delle capacità e riconoscimento.

L'obiettivo primario dell'iniziativa Roots è facilitare l'integrazione sociale e professionale delle donne migranti in condizioni socioeconomiche vulnerabili attraverso la formazione integrata, l'occupazione e il coinvolgimento attivo nella vita della comunità. Il programma è progettato per durare quattro mesi e si basa su un modello di apprendimento esperienziale. Il ristorante è uno spazio ibrido che combina catering, empowerment femminile e pratiche comunitarie, oltre ad essere un luogo di incontri interculturali aperto al pubblico. Organizza eventi pubblici, workshop, iniziative culturali e attività partecipative.

La figura 18 presenta lo spazio di Roots dove si sono svolte tutte le attività per la presente ricerca.

[15] Per approfondire il progetto si veda: https://www.rootsmodena.com/ e al presente link, il video di presentazione: https://youtu.be/Bdo66e4_2Mc

[16] https://www.weareaiw.org/



Figura 18 Immagine della sala del ristorante Roots, dal sito: https://www.rootsmodena.com/

Disegno dello studio

Il presente lavoro adotta un disegno qualitativo di tipo interpretativista (Stake, 1995). Il lavoro si propone di generare una comprensione teoricamente informata attraverso un'analisi in profondità del caso preso in esame. La scelta della metodologia dello studio di caso è giustificata dalla necessità di comprendere un fenomeno complesso nel suo contesto reale (Yin, 2014). Il caso è stato selezionato in quanto rappresenta una configurazione sociale situata di pratiche alimentari, relazioni comunitarie in un contesto migratorio. L'interesse analitico si è focalizzato sull'insieme dinamico delle pratiche, interazioni, significati e narrazioni che attraversano il ristorante. Il disegno della ricerca ha integrato diverse tecniche di raccolta dati secondo una logica di triangolazione metodologica, per cogliere la pluralità delle voci e rafforzare la validità ecologica dello studio. Tali tecniche sono state selezionate per la coerenza con l'impostazione partecipativa e co-costruita che ha guidato l'intero processo.
La descrizione in profondità delle narrazioni e dei temi emersi mostra che i risultati possono essere trasferiti a contesti lavorativi simili a quelli dello studio (Stake, 1995), ovvero quelli che condividono condizioni sociali, culturali e territoriali paragonabili a quelle dei partecipanti, nonché caratteristiche specifiche dei loro percorsi migratori. Il disegno si è sviluppato in modo flessibile e iterativo, guidato dai ritmi e dalle relazioni emerse nel campo, in linea con una concezione della ricerca come attività in divenire radicata nel contesto (Welch et al., 2019).

Raccolta dati, strumenti e procedura

La fase preparatoria dello studio ha avuto inizio nell'ottobre 2024 e ha incluso l'instaurazione dei primi contatti con il ristorante, la pianificazione congiunta delle attività di ricerca e l'organizzazione degli aspetti logistici del progetto. La raccolta dei dati è stata avviata dopo l'ottenimento

dell'approvazione etica da parte del Comitato Etico per la Ricerca, rilasciata nel febbraio 2025, e si è svolta nel periodo successivo fino a giugno 2025.

I partecipanti sono stati reclutati attraverso una combinazione di campionamento mirato e campionamento a valanga, con la collaborazione attiva del personale del ristorante. Poiché lo studio ha coinvolto un gruppo naturale preesistente, la saturazione teorica non è stata applicata in senso stretto; l'attenzione è stata invece rivolta a un'analisi approfondita e situata delle esperienze condivise dal gruppo. In qualità di ricercatrice principale sono stata responsabile della raccolta dei dati e ho potuto beneficiare di un accesso prolungato al campo, nonché di una relazione di fiducia costruita nel tempo con le partecipanti, elemento che ha favorito la qualità e la profondità dei materiali raccolti.

Sono state utilizzate cinque tecniche di raccolta dati:

- *Interviste semi-strutturate individuali:* sono state condotte con 8 membri dello staff (operatori, cuochi, coordinatori e volontari) su un totale di 10 operatori attivi al momento della ricerca. Tutti i membri del personale attivi al momento della ricerca sono stati invitati a partecipare; tuttavia, due di essi non hanno potuto prendere parte a causa di una temporanea indisponibilità legata a circostanze personali e organizzative (ad esempio, congedo di maternità o cambiamenti di lavoro). Il campione finale di otto partecipanti rappresenta quindi la grande maggioranza del personale e include tutti i ruoli professionali chiave, garantendo un'adeguata copertura delle diverse prospettive rilevanti per lo studio. Le interviste, della durata media di un'ora, sono state svolte in lingua italiana e hanno seguito una traccia flessibile articolata in cinque aree tematiche relative al contesto comunitario in oggetto: (1) significato personale del cibo; (2) dinamiche relazionali e comunitarie; (3) ruolo del ristorante nel contesto locale; (4) cambiamenti personali e collettivi a seguito della presenza e del lavoro al ristorante; (5) connessioni tra cibo, migrazione e inclusione. Le interviste semi-strutturate sono state poi trascritte integralmente per la fase di analisi. L'intervista è inoltre stata sottoposta a un processo di perfezionamento iterativo limitato alla formulazione delle singole domande, che sono state semplificate o riformulate qualora risultassero di difficile comprensione, senza tuttavia modificare la struttura tematica complessiva.
- *Mappe ecologiche* (Pfefferbaum et al.; 2013: sono state proposte a tre figure chiave dello staff (gatekeepers) per visualizzare e discutere in modo partecipato la dimensione ecologica del progetto e le relazioni tra il ristorante e altri attori territoriali. La scelta di coinvolgere solo tre professioniste sulle otto partecipanti alle interviste è stata intenzionale: erano le uniche figure con una visione completa del funzionamento organizzativo del ristorante e delle sue relazioni con la comunità più ampia. L'attività ha comportato la costruzione di una mappa grafica che rappresentava la densità e la qualità delle connessioni dei ristoranti con le istituzioni locali, le

associazioni e le reti informali presenti sul territorio. Le mappe sono state analizzate anch'esse utilizzando un approccio qualitativo e sono state poi messe in dialogo con i temi emersi da altri strumenti utilizzati, consentendo una comprensione triangolata delle dinamiche relazionali che circondano il ristorante.

- *Photointervention:* è una tecnica visuale partecipativa sviluppata nell'ambito della psicologia sociale e di comunità (Cantera, 2010). È importante distinguere la photointervention da altre metodologie visuali partecipative, in particolare dal photovoice, con cui condivide alcuni elementi operativi. Tuttavia, le due tecniche si differenziano per orientamento teorico e finalità. Il photovoice si configura come una metodologia di ricerca-azione partecipata orientata a dare voce a gruppi sociali marginalizzati e a promuovere processi di cambiamento a livello comunitario e istituzionale, coinvolgendo anche stakeholder e decisori politici nella restituzione dei risultati. In questo senso, il focus è fortemente orientato verso l'esterno e verso l'advocacy. La photointervention, invece, si colloca all'interno della tradizione della psicologia sociale e di comunità critica e si configura come una tecnica di analisi e intervento psicosociale centrata sul processo riflessivo e trasformativo che si sviluppa all'interno del gruppo partecipante. L'attenzione è posta sulla problematizzazione di contesti sociali, sulla costruzione condivisa di significati e sulla possibilità di attivare cambiamenti a partire dal livello situato dell'esperienza (Cantera, 2012). In questa prospettiva, un elemento distintivo della photointervention è rappresentato dalla fase conclusiva del processo, in cui viene esplicitamente sollecitata una riflessione orientata all'azione. Questo passaggio consente di connettere il piano simbolico e narrativo con quello pratico, favorendo un movimento dalla consapevolezza all'azione trasformativa nel contesto immediato dei partecipanti. Nel caso di questo studio sono stati organizzati due laboratori fotografici partecipativi con due gruppi distinti di donne tirocinanti coinvolte nel programma Roots in due momenti differenti: uno con le tirocinanti attive nel momento della ricerca (T1) e uno con ex tirocinanti che avevano concluso il loro percorso (T2). Ciascuna sessione, della durata di circa mezza giornata (4-5 ore), ha previsto la raccolta di fotografie scattate dalle partecipanti stesse in risposta alla domanda: *secondo il mio ruolo a Roots, che significato ha/ha avuto il cibo?* Il prodotto finale è stato successivamente condiviso e discusso collettivamente. In questa fase, oltre alla restituzione narrativa e simbolica, la photointervention prevede la produzione di un resoconto collettivo che sintetizza i contenuti emersi. L'elemento distintivo consiste tuttavia nella fase conclusiva, in cui al gruppo viene posta una domanda di carattere trasformativo: *dopo aver prodotto e discusso insieme queste riflessioni, come possiamo utilizzarle praticamente?* Questa sollecitazione consente di passare da un piano puramente descrittivo e di pensiero a

uno concreto e orientato al cambiamento, stimolando i partecipanti a interrogarsi sulle implicazioni concrete di quanto emerso e su possibili ricadute future, tanto a livello individuale quanto comunitario.

- *World Café e Cartografia affettiva:* hanno coinvolto un gruppo eterogeneo di donne migranti, rappresentanti istituzionali, volontari e cittadinanza locale. Il World Café ha costituito un primo momento di confronto collettivo, favorendo lo scambio dialogico in un contesto orizzontale e informale (Löhr, 2020). I tavoli di discussione guidati da facilitatori erano organizzati attorno a tre temi centrali: (1) la definizione delle caratteristiche di un "luogo che nutre" nel contesto urbano, metaforizzando la funzione nutritiva effettiva e simbolica dei luoghi del cibo; (2) riflessione sugli spazi che favoriscono l'accoglienza e l'inclusione dei migranti; (3) riflessione sulla relazione tra genere, cibo e legami sociali nei contesti comunitari. I partecipanti sono stati inizialmente invitati a sedersi in modo casuale presso uno dei tavoli. Successivamente, sono stati previsti momenti strutturati di rotazione (circa ogni 15 minuti), durante i quali i partecipanti cambiavano tavolo, cercando di differenziare le composizioni dei gruppi e di non rimanere in dialogo con le stesse persone. Questo ha permesso a ciascun partecipante di contribuire a tutti e tre i temi, favorendo al contempo una circolazione delle idee tra gruppi differenti. Questa scelta metodologica è stata adottata con l'obiettivo di evitare la cristallizzazione di posizioni all'interno di gruppi stabili, di ridurre il rischio di polarizzazione e di favorire una partecipazione più equa, contrastando la possibile predominanza di alcune voci rispetto ad altre. Inoltre, la rotazione ha facilitato la contaminazione dei punti di vista e la costruzione progressiva di significati condivisi tra partecipanti con esperienze e ruoli differenti. I risultati emersi dai tavoli di discussione sono stati condivisi collettivamente ed elaborati in plenaria, dopodiché l'intero gruppo ha co-costruito una mappa affettiva condivisa che rappresentava tutti i luoghi che nutrono menzionati e li ha mappati visivamente sulla città.

In tutte le tecniche, lo studio ha seguito un approccio orientato alla CBPR che ha coinvolto i partecipanti in modo significativo, compresa la condivisione di argomenti di discussione e l'interpretazione collettiva dei significati emergenti.

L'intero percorso di ricerca si è infatti concluso con una restituzione dei risultati emersi dalla ricerca sia ad un livello interno, rivolta allo staff di Roots, che esterno, rivolto alla comunità. Il primo momento di restituzione interna è stato pensato e proposto come uno spazio di dialogo partecipativo, con l'obiettivo di risultare utile al ristorante stesso e volto quindi a stimolare una riflessione condivisa sul significato delle pratiche quotidiane, sugli aspetti di forza e sulle possibili aree di miglioramento

del programma Roots. La giornata ha permesso agli operatori di riconoscersi all'interno delle narrazioni raccolte, di confrontarsi sui diversi punti di vista emersi e di elaborare insieme nuove ipotesi di lavoro. Tale fase ha avuto quindi una vera e propria funzione trasformativa per il gruppo, rafforzando il senso di appartenenza al progetto e alimentando la capacità del gruppo di leggere in modo critico il proprio operato, consapevolizzandosi rispetto agli obiettivi del progetto.
Successivamente, e in continuità con le idee emerse nella fase conclusiva trasformativa della Photointervention, è stata organizzata anche una restituzione allargata alla comunità esterna, realizzata in occasione del Festival delle Migrazioni di Modena, che ha rappresentato un momento pubblico di condivisione e di dialogo con il territorio allargato. Questo evento ha permesso anche di ampliare la portata della ricerca, rendendola fruibile ad un più ampio pubblico di cittadini e proponendo i risultati come occasione di riflessione e confronto collettivo sulla relazione tra cibo, migrazione e inclusione sociale.

Partecipanti

Il disegno di ricerca ha coinvolto un totale di 35 partecipanti, suddivisi in sottogruppi rispetto alle diverse tecniche impiegate. Accanto a questa partecipazione diretta alle tecniche di ricerca, parallelamente, le attività a carattere pubblico e partecipativo, realizzate nell'ambito del Festival della Migrazione, hanno coinvolto un numero più ampio di cittadini, stimabile in circa 60 partecipanti attivi nei World Café, oltre ai visitatori della mostra fotografica.
La tabella 19 riporta le caratteristiche sociodemografiche dello staff con cui sono state condotte le interviste.

Codice	Età	Genere	Luogo di nascita	Anni trascorsi in Italia al momento della raccolta dei dati	Ruolo presso Roots	Tempo trascorso presso Roots (mesi)
01	47	Donna	Cile	2011	Coordinatore del programma	12
02	28	Donna	Albania	2019	Responsabile della comunicazione e assistente di programma	24
03	27	Donna	Italia	NA	Tirocinante	1
04	57	Donna	Marocco	2004	Assistente di sala	26
05	28	Donna	Missouri, Stati Uniti	2018	Assistente responsabile di ristorante	17
06	33	Donna	Guinea	2014	Sous-chef	36
07	31	Donna	Stati Uniti	2017	Presidente	48
08	30	Donna	Ucraina	2016	Chef formatore	18

Tabella 19: Caratteristiche sociodemografiche dello staff partecipante alle interviste

La tabella 20 riporta le caratteristiche sociodemografiche dei due gruppi di partecipanti alla photointervention.

Gruppo T1 (inizio della formazione)					Gruppo T2 (fine della formazione)			
Codice	**Età**	**Genere**	**Luogo di nascita**	**Anni trascorsi in Italia al momento della raccolta dei dati**	**Età**	**Genere**	**Luogo di nascita**	**Anni trascorsi in Italia al momento della raccolta dei dati**
01	32	Donna	Pakistan	15	54	Donna	Marocco	40
02	41	Donna	Marocco	20	32	Donna	Pakistan	10
03	43	Donna	Ghana	12	32	Donna	Nigeria	2
04	46	Donna	Ghana	17	51	Donna	Marocco	22
05	26	Donna	Messico	3	30	Donna	Tunisia	9

Tabella 20: Dati sociodemografici delle partecipanti al programma di photo-interventionnelle due fasi del programma di formazione Roots (T1 = inizio; T2 = fine).

All'incontro di World Café e laboratorio di cartografia affettiva previsto per la ricerca, hanno preso parte 17 persone le cui caratteristiche sociodemografiche vengono presentate in tabella 21.

Codice	Età	Genere	Luogo di nascita	Anni trascorsi in Italia al momento della raccolta dei dati
01	25	Donna	Italia	25
02	28	Donna	Italia	28
03	27	Donna	Italia	27
04	33	Donna	Peru	1
05	63	Donna	Italia	63
06	63	Donna	Italia	63
07	63	Donna	Italia	63
08	54	Donna	Marocco	40
09	45	Donna	Indonesia	2
10	46	Donna	Argentina	2
11	53	Donna	Italia	53
12	36	Donna	Marocco	0.3
13	25	Donna	Guinea	1
14	21	Donna	Bangladesh	3
15	40	Donna	Bangladesh	3
16	65	Donna	Italia	65
17	39	Donna	Italia	39

Tabella 21: caratteristiche sociodemografiche delle partecipanti al World Cafè e alla cartografia affettiva

Analisi dei dati

L'analisi dei dati è stata condotta attraverso un approccio qualitativo integrato, combinando l'analisi tematica (Braun & Clarke, 2006, 2021) e l'analisi tematica narrativa (Riessman, 2008). È stato adottato un orientamento interpretativo che ha permesso di affiancare alle procedure di analisi tematica una lettura narrativa dei materiali. L'integrazione tra approccio tematico e narrativo ha consentito di andare oltre una categorizzazione puramente descrittiva, favorendo il passaggio dalle categorie empiriche a interpretazioni più latenti, orientate alle dimensioni simboliche e affettive delle pratiche alimentari. Il processo analitico si è sviluppato attraverso confronti iterativi all'interno del gruppo di ricerca. I materiali sono stati inizialmente codificati in modo indipendente dai ricercatori coinvolti; successivamente, il gruppo si è riunito per discutere le discrepanze di codifica, confrontare le interpretazioni e affinare progressivamente la struttura tematica emergente. Attraverso questo processo di costruzione del consenso, i temi finali sono stati convalidati congiuntamente; eventuali incertezze residue sono state discusse e risolte in consultazione con gli altri ricercatori del gruppo. Per supportare l'organizzazione e la gestione dei materiali qualitativi, è stato utilizzato in modo collaborativo il software NVivo 15 (Allsop et al., 2022; QSR International, 2014). Le analisi sono state articolate in più fasi: una fase iniziale di familiarizzazione con i dati, condotta in modo indipendente da ciascun ricercatore; una successiva fase di generazione sistematica dei codici iniziali; il raggruppamento dei codici in temi preliminari; e infine un processo di ulteriore affinamento volto a definire e denominare le aree tematiche finali.

Sebbene il lavoro analitico preliminare sia stato condotto dal gruppo di ricerca, l'intero processo è rimasto coerente con il quadro *della Community-Based Participatory Research* (CBPR), attraverso cicli continui di dialogo e co-interpretazione con i partecipanti. I risultati preliminari sono stati infatti restituiti ai partecipanti in una sessione di feedback dedicata, durante la quale i temi e le interpretazioni emerse sono stati discussi collettivamente. Questo momento di validazione dialogica ha consentito ai partecipanti di affinare, mettere in discussione e ampliare le intuizioni analitiche iniziali dei ricercatori, generando al contempo nuovi significati e ulteriori direzioni di sviluppo per il progetto.

Considerazioni etiche

Il progetto di ricerca ha ottenuto l'approvazione del Comitato Etico per la Ricerca dell'Università di Genova (Parere n. 2025/35). Tutti i partecipanti sono stati informati sugli obiettivi dello studio, sulle modalità di partecipazione e sull'uso dei dati raccolti, e hanno fornito il loro consenso informato scritto prima di prendere parte alla ricerca.

Risultati

Interviste e mappe ecologiche condotte con lo staff

Questa prima sezione dei risultati presenta le conclusioni tratte dalle interviste e dalle mappe ecologiche effettuate con il personale interno.

Per orientare il lettore, descriviamo innanzitutto le quattro aree tematiche emerse dall'analisi delle interviste, che illustrano il ruolo delle pratiche alimentari nel promuovere le relazioni interne, nel rappresentare strumenti operativi e strategici all'interno del programma, nell'aprire canali di interazione con la comunità e il territorio e nel contribuire alla trasformazione di rappresentazioni sociali più ampie. Una sintesi di questi temi principali emersi è presentata nella tabella 22.

Tecnica	Tema	Sottotema
Interviste semi strutturate condotte con lo staff	1.Il cibo come elemento centrale del progetto Roots: dall'esperienza personale all'interazione sociale	Il cibo come aspetto centrale del progetto Il cibo come linguaggio Il cibo assume un ruolo ritualizzato e formalizzato
	2.Il cibo come strumento operativo e regolatore all'interno della comunità Roots	Il cibo come "dispositivo terzo": organizzazione del lavoro in cucina, mantenimento dell'obiettivo collettivo del progetto Il cibo e le pratiche alimentari come strategie operative: momenti informali di condivisione del cibo, aspetto ludico, dialogo, narrazione
	3.Dalla cucina alla città: esplorare e trasformare la comunità attraverso il cibo	Apertura, esplorazione e cambiamento Potenziale trasformativo
	4.Il cibo come spazio di agency: pratiche di autodeterminazione e trasformazione identitaria	Riaffermare il senso di identità Empowerment delle tirocinanti La cucina come spazio di riconoscimento e riconfigurazione delle conoscenze

Tabella 22 Principali temi e sottotemi emergenti dalle interviste semi strutturate condotte con lo staff

Presentiamo quindi le mappe ecologiche, create con i membri dello staff, che completano e ampliano questi temi rappresentando visivamente le dinamiche relazionali e territoriali del ristorante.
Una sintesi dei temi principali è presentata nella Tabella 23.

Tecnica	Tema	Sottotema
Mappe ecologiche	Relazioni con la comunità locale	Partner istituzionali chiave Reti di supporto Connessioni critiche/fragili

Tabella 23 Principali temi e sottotemi emergenti dalle mappe ecologiche condotte con lo staff

1.Il cibo come elemento centrale del progetto Roots: dall'esperienza personale all'interazione sociale

Dalle interviste emerge come il cibo rappresenti il fulcro simbolico e materiale attorno a cui prende forma l'intera identità del progetto. Il cibo è descritto dallo staff come una linfa vitale, uno spazio di significato che unisce la comunità, le storie e i valori condivisi. Il cibo e le pratiche ad esso relative vengono descritti come linguaggio, che mette in relazione soggetti diversi e facilita la comunicazione anche in assenza di un codice verbale comune. Come sottolinea una delle operatrici: "*Il cibo è una relazione, una comunicazione. Abbiamo trovato un modo per comunicare. Perché ci sono tanti paesi diversi e uno non sa la lingua dell'altro. Invece parliamo, senza parlare la stessa lingua ma con il cibo. Ogni donna ha il suo piatto e parla di lei, della sua identità*. (Int3)" Oppure ancora è descritto

come un linguaggio con i clienti che vengono dall'esterno, come racconta l'assistente di sala: "*quando io parlo del piatto marocchino, non parlo solo di me ma parlo del popolo marocchino e della sua cultura. A Roots mi assicuro che i clienti ricordino che non è solo andare a mangiare un cibo buono, piacevole, ma è anche tutta un'altra cosa: il cibo dà e cura l'anima*. (Int4)".

Il cibo si intreccia profondamente alla vita quotidiana del progetto, rafforzando il senso di appartenenza, come sottolinea la coordinatrice: "*Il cibo a Roots è effettivamente ciò che ci accomuna tutti, in ogni momento, anche io che lavoro in ufficio arrivo, assaggio qualcosa, c'è sempre il profumo di qualcosa che arriva dalla cucina, perché noi lavoriamo nella sala proprio adiacente alla cucina. Condividere il pasto, succede tutti i giorni, lo facciamo sempre. E anche nei momenti in cui non siamo lì per il lavoro, come le feste, il cibo diventa sempre una parte grandissima, un fulcro che non manca mai*. (Int1)". Accanto alla dimensione informale, il cibo assume anche un ruolo rituale e formalizzato nel percorso formativo. È interessante notare che l'autopresentazione attraverso un piatto significativo rappresenta uno dei momenti più intensi dell'intero percorso, come racconta la trainer chef: "*Il cibo è un po' la storia di tutte, quando noi chiediamo di presentarsi alle nuove tirocinanti, vengono per questo giorno che si chiama 'Chi sono io?' e si presentano preparando un piatto: questo è il primo modo di conoscere le persone, non il piatto in Sé o la tecnica, ma quello che rappresenta per quella persona. Mi emoziona questo giorno, perché le conosco per la prima volta. Poi dopo da lì si crea il menù*. (Int8)" Inoltre, attraverso la condivisione di esperienze alimentari, si possono aprire spazi di dialogo che possono riguardare temi intimi o complessi, come racconta un'intervistata: "*il cibo qui ha un ruolo fondamentale perché è lo specchio delle nostre relazioni e di quello che viviamo. Il cibo è anche il modo di conoscerci meglio, per chiacchierare attraverso il cibo e che ci ha portato a parlare di argomenti che non avremmo affrontato se non fosse stato per quella cosa che stavamo cucinando [...] Durante la lezione sulla pasta una tirocinante mi stava raccontando di suo marito, poi abbiamo parlato anche di mio marito; l'altra tirocinante ha sentito e si è aggiunta al discorso. Quindi, sì, ci siamo conosciute meglio partendo dalla pasta che stavamo facendo, che ci ha portato a parlare del tema di cucinare a casa; una cosa magari semplicissima, che può sembrare banale, ma che forse non avremmo avuto occasione di raccontarci. (Int3)"*

Questa prima sezione di risultati sottolinea come, nel contesto del progetto Roots, il cibo si configuri come un dispositivo sia identitario che relazionale, che offre l'occasione di conoscersi e aprirsi all'altro.

2.Il cibo come strumento operativo e regolatore all'interno della comunità Roots

In questa seconda dimensione, il cibo e le pratiche ad esso relative sono descritti con una funzione operativa all'interno del progetto attraverso i quali si regolano dinamiche gruppali, si affrontano

criticità e si costruiscono strategie di convivenza dando forma alla quotidianità del lavoro comunitario. In questo senso, il cibo agisce come dispositivo terzo: uno strumento materiale e simbolico che invita i soggetti a confrontarsi, prendere decisioni, gestire divergenze e definire modalità comuni di convivenza e collaborazione. Nel contesto del lavoro comunitario, un "dispositivo terzo" si riferisce ad un artefatto, una pratica o un punto di riferimento condiviso e proprio di tutti/e che consente ai partecipanti di interagire tra loro, regolare le dinamiche di gruppo e co-costruire quadri comuni per la collaborazione.

Il primo ambito in cui tale funzione si manifesta è l'organizzazione del lavoro in cucina. È attorno alle pratiche alimentari quotidiane che vengono costruite regole condivise, si sperimentano strategie di team building, si affrontano conflitti interculturali e si generano spazi educativi. L'obiettivo condiviso è di costruire una squadra: "*tre persone qui e due persone dall'altra parte non è una squadra, non è proprio quello che noi vogliamo avere nella cucina. Si deve costruire il gruppo. Lavoriamo tanto con i team building, con le regole condivise in cucina, con technical classes, con la chef, sempre insieme (Int6)*". La costruzione di un contesto collaborativo si confronta anche con le sfide poste dalla diversità culturale, che possono generare incomprensioni in cucina: "*chi non ha molta conoscenza della lingua fa fatica ad esprimersi, e questo rende le cose molto difficili. E quando in cucina c'è bisogno di dire all'altra cosa fare, come farla, quel modo può risultare durissimo per qualcuno, viene percepito e vissuto male (Int5)*".

Attorno all'operatività connessa al cibo, si rendono visibili e quindi affrontabili le sfide del lavoro condiviso per lo staff: "*Ci aiuta avere chiarezza sull'obiettivo che abbiamo rispetto al programma: non dobbiamo rendere questo spazio armonioso a tutti i costi. Non dobbiamo diventare amiche, però ti devo far notare che quando andrai a lavorare se agisci in questo modo, ti torna indietro. La cucina è un laboratorio (Int8)*". Questa riflessione rappresenta un'intuizione particolarmente significativa, poiché sottolinea l'importanza di mantenere l'obiettivo collettivo del progetto come punto terzo di riferimento generale, che va oltre le affinità personali o le tensioni individuali. Grazie alle riflessioni sulle pratiche alimentari e sul cibo stesso, è quindi possibile spostare l'attenzione dalle dinamiche interpersonali all'obiettivo condiviso di sostenere il ristorante. Il personale può così articolare attraverso le pratiche alimentari un processo di responsabilità costante che aiuta a regolare le interazioni quotidiane e ad allineare i diversi contributi.

Il secondo tema emerso è relativo a come il cibo e le pratiche alimentari a Roots diventano vere e proprie strategie operative, formalizzate e continuamente praticate dalla squadra. Una prima strategia consiste nella creazione di momenti informali di condivisione alimentare – come i pranzi o l'accesso libero a bevande e alimenti – che rafforzano il senso di accoglienza e comunità e aprono spazi relazionali anche al di fuori delle attività strutturate: "*C'è un benefit: il caffè gratuito, l'acqua gratuita.*

Oppure avere a disposizione il cibo che c'è in frigo per mangiare. I momenti di pranzo, per esempio, dopo la lezione, aprono a quel momento di condivisione che è molto importante (Int2)". Una seconda modalità è l'uso strategico della dimensione ludica del cibo. Come racconta la trainer chef, l'umorismo e la leggerezza connessi alle pratiche culinarie diventano strumenti per mantenere alta la motivazione: "*Io e la mia sous-chef creiamo in cucina un ambiente di gioco, perché è meglio rispetto al silenzio… Cioè, scherzare aiuta molto! Devi tenere l'umore alto, perché* (la tirocinante) *è una che si è svegliata alle 6, ha portato quattro bambini in scuole diverse, li è andata a prendere e poi è venuta lì (Int8)*". Un terzo uso strategico delle pratiche culinarie è quello di usarle come dialogo e costruzione di sapere condiviso: "(…) *in cucina mentre facciamo l'attività insieme, c'è molto dialogo e anche chi, ad esempio non sapeva cucinare i churros ora li sa fare; quindi, la forza del progetto è proprio la condivisione, lo scambio di conoscenze e arricchirsi a vicenda e produrre qualcosa di nuovo tramite la collaborazione: è questa la cosa che in cucina si nota di più (Int4)*". Infine, un ulteriore uso strategico è rappresentato dalla narrazione culinaria come pratica intenzionale. A Roots è proprio ogni piatto ad essere occasione per dare voce a storie individuali e collettive, per valorizzare le culture di provenienza delle partecipanti e rendere visibile il percorso formativo in atto. Come racconta una partecipante: "*noi facciamo proprio una ricerca, facciamo diversi incontri con le tirocinanti e con la chef principale, dove lei prende l'ispirazione per creare questo menù costruito in base alla provenienza delle tirocinanti; e questo racconto delle culture* (attraverso i piatti) *è così al cuore del lavoro giornaliero che tutta la squadra è coinvolta nel ricercare e creare queste narrazioni (Int1)*". Ogni tre mesi si costruiscono e affinano le narrazioni dei piatti durante il servizio: "*c'è questo compito: 'questo è il menù, adesso costruite la narrazione attorno'.* (Tutto questo) *rafforza questi processi e ogni persona diventa un po' un'ambasciatrice della narrazione stessa (Int7)*". Roots, in questo modo, contribuisce anche a sviluppare un approccio decoloniale, spostando l'attenzione dalla performance tecnica all'esperienza umana e alla valorizzazione della soggettività di chi vive quella comunità. In un contesto, italiano, dove il cibo assume un forte valore identitario e normativo, il progetto lavora per decostruire stereotipi e gerarchie culturali: "*Roots riesce a creare questo dialogo partendo dal racconto legato alla persona che prepara il piatto; non vengo a Roots perché voglio assaggiare il miglior piatto pakistano, ma per supportare il progetto e questa donna che si sta impegnando ad inserirsi, a trovare lavoro, è questo che Roots riesce a fare (Int4)*". Il cibo a Roots pertanto diventa una strategia narrativa esplicita e attraverso una continua riflessività operativa tiene insieme dimensioni valoriali, pedagogiche e comunitarie dell'esperienza lavorativa vissuta.

3.Dalla cucina alla città: esplorare e trasformare la comunità attraverso il cibo

Un ulteriore livello di analisi emerso dalle interviste con lo staff riguarda la connessione tra Roots e il territorio locale, sia in termini di inserimento nel tessuto urbano, sia nella sua funzione trasformativa rispetto alla relazione tra migrazione, cittadinanza e comunità.

In questo caso il cibo è in primo luogo vettore di apertura, esplorazione e cambiamento. Dal punto di vista individuale, lavorare all'interno di Roots ha attivato nelle operatrici nuove conoscenze del contesto urbano: "*A Roots parliamo di tanti posti; ho conosciuto un ristorante un po' particolare. Ora nella mia testa ho una nuova mappa di posti che sono interessanti da andare a provare. Molto più di quanto non avessi prima nei miei lavori precedenti (Int2)*". Lavorare a Roots diventa occasione per ripensare la geografia urbana e tessere nuove connessioni. Una volontaria racconta: "*Mi è capitato che mi chiedessero di andare a comprare qualcosa, sono andata a comprare il pane al forno, ci sono passata mille volte, non l'avevo mai notato. Ho imparato a conoscere anche questa zona. Questo mi ha aiutato tanto anche a riuscire a collocare luoghi che prima non riuscivo a collocare (Int3)*". Anche le relazioni costruite grazie alla routine del ristorante e alla prossimità fisica con altri soggetti del territorio si rivelano importanti: "*Abbiamo questo rapporto con il bar di fronte, o con la donna che fa le pulizie nella biblioteca è passata a chiedere informazioni per una sorella che arrivava dalla Costa d'Avorio (Int2)*". Infine, a Roots il cibo facilita la conversazione con i clienti esterni. Come osserva l'operatrice di sala: "*magari… qualcuno assaggia e poi è curioso* (e chiede) *'mi ripete il nome, voglio farlo a casa, cosa c'era dentro?' È in un certo senso una prova, che diventa centrale nella conversazione (Int4)*".

In secondo luogo, le parole dello staff mettono in luce il potenziale trasformativo che il progetto alimentare ha nei confronti della comunità più ampia. L'esperienza dei clienti al ristorante non si esaurisce alla pura dimensione gastronomica, ma attiva processi trasformativi più profondi, come racconta un'operatrice di sala: "*Quando* [un cliente] *viene a mangiare al ristorante non viene solo per il cibo, ma per provare qualcosa che non hai mai provato. È capitato moltissime volte* (che un piatto non piacesse)*, però poi i clienti tornano perchè capiscono che non sono venuti solo per mangiare (Int8)*". Roots e l'esperienza culinaria che propone diventano riferimenti concreti in grado di influenzare la rappresentazione delle persone migranti, consegnando loro umanità e dignità. La direttrice del programma afferma: "*Prima non c'era niente rispetto alla voce dei migranti nella stampa, era proprio quasi invisibile. E adesso c'è, perché a Roots questa voce è forte, molto presente, molto solida. Quindi adesso penso che le persone abbiano un riferimento fisico quando pensano e collegano le persone con Roots. È una cosa molto psicologica, Roots dà molta umanità, dignità, curiosità, bellezza, è celebrativo, non è triste, è una voce molto positiva. E questo assolutamente non c'era prima (Int7)*". Il dialogo con la comunità rispetto a fenomeni importanti si mantiene vivo anche grazie alle attività quotidiane come riporta la direttrice: "*C'è anche il co-working e questo permette*

un continuo dialogo tra Roots e la comunità intera. Vedo che si parla di più e questo è un cambiamento importante perché affrontare questo argomento a tavola [il fenomeno migratorio] *non si può evitare, è reale, siamo qui, c'è una comunità enorme che deve integrarsi. L'integrazione è proprio la comunicazione tra le due parti, cioè ad esempio non è: 'io la pasta non la mangio' prima devi assaggiare. Quindi è importante perché è l'inizio di qualcosa (Int7)*". Il ristorante assume pertanto valore come dispositivo sociale favorendo l'incontro, la rinegoziazione delle differenze e la costruzione di nuove cornici di significato condivise.

4.Il cibo come spazio di agency: pratiche di autodeterminazione e trasformazione identitaria

L'ultimo tema mette in luce la portata trasformativa che il lavoro connesso al cibo a Roots assume a livello ampio, come spazio simbolico di agency e affermazione di Sé per le tirocinanti.

Il primo nucleo tematico a questo livello riguarda la possibilità di riaffermare la propria identità attraverso il cibo, riscoprendo il valore della propria cultura. Roots viene raccontato come uno spazio di espressione autentica: "*Abbiamo nel menù, la pastella che nella mia cultura viene fatta solo da famiglie di alto livello. Quindi sono fiera, perché io festeggio i compleanni con pastelle grandissime a Roots. Sono fiera del cibo e della tradizione perché prima noi mangiavamo e basta, non pensavamo a queste cose. Adesso con Roots penso che ci sia un'origine e una storia da raccontare legata al cibo (Int4)".* Ritrovarsi permette un cambiamento più profondo nel rapporto con il contesto sociale: "*Io penso che prima sentissi che dovevo diventare italiana in ogni modo. Ho scoperto lavorando a Roots che invece è completamente una bugia, sono molto fiera delle mie diversità che porto al lavoro e alla società. Quindi sì, sono cambiata molto... sono tornata più a come ero prima. Sento molto me stessa, che è molto bello (Int7)*".

Il secondo nucleo riguarda la dimensione dell'empowerment, in particolare per le donne migranti tirocinanti che partecipano al progetto, resa possibile proprio dalle attività connesse al cibo. La cucina non è più uno spazio di doveri di genere invisibili, privatizzati e non riconosciuti, ma un ambito di riconoscimento sociale profondo anche di quelle preparazioni quotidiane e "minori" che vengono risignificate come competenze professionali e culturali, in un processo di trasformazione della propria posizione sociale. La responsabile di sala racconta con un'efficace metafora alimentare "*Prima quando le donne mi raccontavano del cibo che cucinavano, non valeva niente. Invece si sono rese conto che questi cibi che fanno in strada nel loro paese, sono grandi* [di valore] (Int5)*!*". Inoltre, una ex tirocinante, oggi responsabile di sala, racconta come Roots ha rappresentato uno spazio in cui dare forma e direzione a un sapere pratico che già possedeva ma non valorizzava: "*Roots mi ha dato idee giuste. Perché è arrivato in un momento che dico 'cosa sto facendo qua?' e poi mi sono detta con*

Roots 'Non mi posso fermare'. A Roots ho trovato dove mettere l'esperienza (alimentare) *che avevo (Int4)*".

Infine, il terzo nucleo tematico mette in luce il potere della cucina che rende possibile il riconoscimento dell'altro come esperto, sovvertendo le gerarchie del sapere tipiche della professionalizzazione occidentale. La chef racconta in questo senso: "*Io seguo le ricette, ma se non sono sicura chiedo come si fa al suo paese: 'vieni ad assaggiare, voglio sapere perché tu sai meglio di me se il gusto è uguale (Int6)!'*". Le pratiche di cucina interculturale promosse e praticate a Roots diventano pertanto dispositivi simbolici profondamente sociali oltre che politici, avendo il potere di promuovere nuove narrazioni sul valore delle differenze e sul ruolo trasformativo della cultura migrante nella società locale.

Le mappe ecologiche realizzate in coda all'intervista da tre operatrici chiave coinvolte sono presentate in forma congiunta nella Fig. 19.

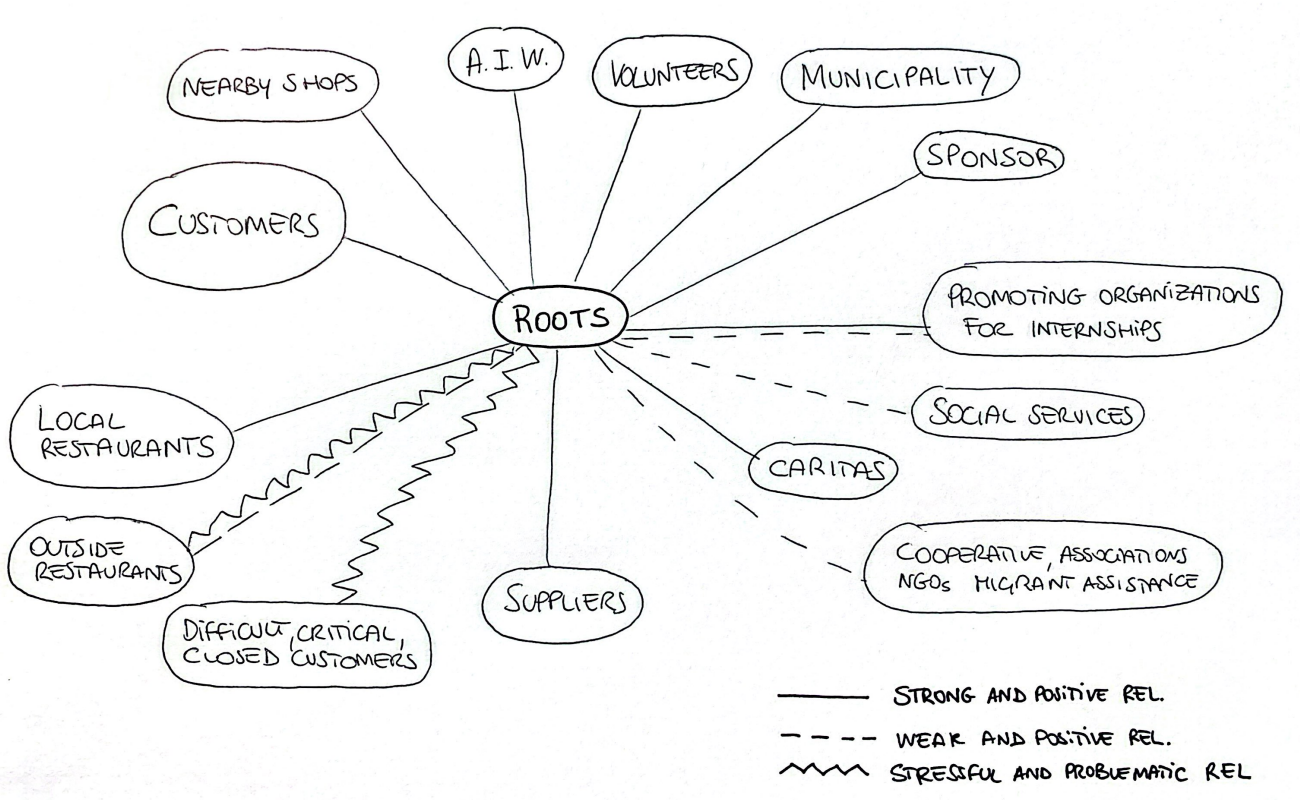


Figura 19: Mappa ecologica congiunta operatrici

Le mappe evidenziano alcune convergenze significative nella percezione del posizionamento di Roots all'interno del tessuto comunitario. Ciò che emerge è l'immagine di un dispositivo interconnesso, in grado di operare come interfaccia tra soggetti sociali eterogenei. Tra gli attori citati compaiono enti promotori dei tirocini e del mondo dell'avvio al lavoro, la Regione, il Comune, volontari, sponsor, fornitori, ristoranti locali, clienti, servizi sociali e associazioni territoriali. Parallelamente, vengono

segnalate alcune relazioni critiche o problematiche con alcuni negozi, associazioni della zona oppure di clienti percepiti come rigidi o poco aperti.

Esperienza di photo-intervention con le tirocinanti migranti

La seconda parte dei risultati si concentra sul processo di photo-intervention condotto con le tirocinanti attive (t1) e le ex tirocinanti (t2). Per guidare il lettore attraverso il processo analitico, presentiamo i modelli tematici emersi separatamente all'interno di ciascun gruppo; quindi, evidenziamo i punti di continuità e cambiamento che ci consentono di comprendere come i significati attribuiti al cibo si siano evoluti a seguito dell'esperienza di formazione.
I temi principali sono riassunti nella tabella 24.

Tecnica	Gruppo	Tema	Sottotema
Photo-intervention	T1	Sviluppo personale e opportunità future	Soddisfazione, felicità e autoefficacia Umiltà e pazienza, impegno e apprendimento costante
	T2	Un nuovo inizio attraverso la crescita personale	Le pratiche alimentari come trasformazione e rinascita Esperienza che favorisce l'indipendenza, le opportunità e l'inclusione sociale
	T1	Il cibo come spazio relazionale e di coesione	L'emancipazione delle donne attraverso la connessione e la collaborazione
	T2	Fiorire insieme e gli uni per gli altri	Lavoro di squadra e senso di famiglia Compromessi e duro lavoro per garantire stabilità Doni, protezione e sostegno reciproco tra donne
	T1	Armonia e ricchezza che superano le differenze	Un nucleo e una radice unificati nella diversità Comprendere le diverse priorità
	T2	Il cibo come mezzo per alimentare la diversità e promuovere il dialogo	Il cibo come linguaggio d'amore oltre le barriere culturali e di personalità Creare nuove radici condivise attraverso la comunicazione e l'unità Enfatizzare le differenze attraverso la creatività e l'espressione di sé
	T1	Portare le proprie origini sulla tavola	Scoperta ed esplorazione attraverso la degustazione e gli ingredienti Sentirsi a casa in Italia Visibilità all'interno della comunità locale
	T2	Legami con la comunità locale	Promuovere l'integrazione mescolando sapori antichi e nuovi Rappresentanza e responsabilità

Tabella 24 Temi principali e sottotemi emersi dalla photo-intervention, organizzati per entrambi i gruppi di partecipanti.

Questa sezione integra quindi la precedente offrendo una panoramica visiva e narrativa delle trasformazioni personali e relazionali associate alla partecipazione al progetto. L'analisi tematica ha

rivelato temi comuni tra i due gruppi, sia in termini di selezione delle foto che di prodotto finale; ha rivelato però variazioni nello stile narrativo che hanno evidenziato differenze in termini di coesione, esperienza, capacità di riflessione, senso di comunità e responsabilità sociale.

Un tema che è emerso in entrambi i gruppi riguarda il significato del cibo a Roots come crescita personale e opportunità future. Il gruppo t1 ha illustrato come le pratiche alimentari condivise a Roots siano apertura verso nuove prospettive future. La crescita personale, nelle fasi iniziali dell'esperienza formativa, assume significato di umiltà, fatica e pazienza *"bisogna sapere che non sappiamo tutto [...] Stiamo scoprendo tante cose nuove e l'umiltà è necessaria [e la chef M.] ha una carriera gigante, poi arriva qua e ci parla come se fossimo amiche. Ci insegna con pazienza e umiltà (T1)"*. Dalle narrazioni emerge che l'apprendimento culinario richiede un processo di sperimentazione, errore e ripetizione, facilitato dalle pratiche di insegnamento e da un ambiente formativo basato sul rispetto e sulle relazioni in cucina. Allo stesso tempo, la crescita personale viene articolata anche tramite la felicità e al senso di autoefficacia derivanti dalla consapevolezza di aver acquisito nuove competenze e aver realizzato qualcosa in autonomia. Anche per il gruppo t2 il tema della crescita personale emerge con evidenza, sebbene con una sfumatura differente, legata alle pratiche alimentari come trasformazione e rinascita. Molte delle donne che hanno vissuto l'esperienza della migrazione descrivono di aver trovato nel percorso a Roots un'opportunità di "fioritura personale". Nelle loro narrazioni, il cibo e le pratiche ad esso collegate a Roots emergono come potenti elementi di libertà per scoprire e riscoprirsi, come spiega questa ex tirocinante mostrando le sue foto, visibili in figura 20: *"Questa sono io da sola, spaventata e con tanti sogni di volare, di andare avanti, però nella nostra cultura non è possibile per una donna uscire di casa, lavorare o avere sogni [...] sono una luna che prima* [aveva] *sempre paura del sole. Però adesso no, adesso sono* [uscita] *di giorno, sono la luna in tempo di giorno (T2)"*.



Figura 20: pratiche alimentari come trasformazione e rinascita (gruppo T2)

In tale prospettiva, la cucina rappresenta per le partecipanti anche un'esperienza di empowerment e di indipendenza. Una delle donne, mostrando una fotografia, spiega *"il mio sogno era diventare una chef, però adesso per me è importante essere indipendente, per i miei figli [...] voglio che vivano in libertà - che io non avevo prima, adesso sì un pochino. Anche questo è Roots per me, questa bicicletta e i fiori: siamo donne, diverse, bellissime, indipendenti, e qui Roots ci ha dato tutte cose bellissime (T2)".* In particolare, dalle fotografie delle ex-tirocinanti (t2) emerge una visione più d'insieme e retrospettiva del percorso a Roots, accompagnata da profonda gratitudine nei confronti del progetto e delle opportunità offerte dalle pratiche condivise nello stesso.

Il tema del cibo come spazio relazionale e coesivo emerge nel gruppo delle tirocinanti (t1), che descrivono come cucinare insieme alle altre donne abbia creato una dinamica oltre il beneficio comune della produttività, che alimenta il sentimento di connessione, costruendo una comunità fatta di legami tra pari. Tale concetto è espresso in maniera più complessa nel gruppo t2 che manifestano un livello di maturità emotiva e coesione del gruppo, nonché una consapevolezza molto spiccata in merito al tema delle relazioni legate al cibo a Roots. Il tema può essere riassunto come fiorire con e per l'altra: "fiorire con", in quanto, mediante il cibo e la cucina, si stabilisce con l'altra donna una dinamica di contatto e conoscenza, come una seconda famiglia che può nutrire, fare crescere e diventare sostegno. Ci si riconosce nell'altra, ricevendo sostegno e protezione da donna a donna. Le amicizie nate durante il percorso a Roots sono descritte e rappresentate nelle fotografie come *"un dono che ho ricevuto, la mano, il cuore, le meravigliose compagne [...] mi ha salvata (T2)"*. E poi "fiorire per", poiché una volta raggiunta una stabilità, si possiede la competenza e la maturità necessarie per offrire radici alle altre persone, sia ai propri figli e alla propria famiglia, sia alle prossime tirocinanti di Roots e alle donne con cui si condivide il percorso, come mostra questa ex tirocinante: *"noi qui siamo tutte qui, [rami] secchi. L'acqua che prendiamo e che diamo a Roots per crescere… e [così] ai nostri figli noi diamo radici, il nostro obiettivo è la radice e noi siamo radici, per i nostri figli però noi lavoriamo [anche] per Roots, ci sacrifichiamo facendo le ambasciatrici…(T2)".* Il concetto di "radici" è infatti non solo la traduzione del nome del ristorante, ma il fulcro delle pratiche alimentari e dei loro significati: il cibo diventa il mezzo attraverso cui ci si riscopre, si diventa *"un albero enorme"* stabile e ancorato a terra, attorno a cui le altre persone possono essere nutrite e coltivare i propri obiettivi. Le pratiche alimentari condivise all'interno di Roots vengono pertanto delineate come un motore di amore, il quale, attraverso la condivisione della preparazione culinaria, fortifica il senso di appartenenza familiare, affettivo e comunitario. Le attività in cucina, che spesso richiedono la presenza di tutte le partecipanti, vengono considerate dalle partecipanti stesse come mezzo di unione, che permette di superare l'isolamento e fornisce il supporto

per emanciparsi, valorizzare la propria unicità anche culturale, e liberandosi, quando necessario, da alcuni ruoli sociali.

Tale aspetto culturale del cibo a Roots viene meglio incapsulato dal tema del cibo come armonia e ricchezza nelle differenze, emerso nel gruppo delle tirocinanti (t1). Intorno al cibo si creano infatti pratiche di condivisione dei saperi ad esso legati che permettono ad ogni singola individualità di esprimersi nella sua diversità, e al contempo di comprendere la ricchezza delle proprie differenze. Lo scambio culturale e di conoscenze intorno al cibo a Roots alimenta un equilibrio tra i diversi background, come spiega questa donna mostrando la sua foto (figura 21): *"Questa rappresenta i sapori che abbiamo nel menù: diversi, molto saporiti, tanti, ma che stanno bene insieme. La diversità, anche se a volte sembra strana, i colori diversi, creano una perfezione che non ci si aspetta. Ho provato sapori che non avevo idea potessero stare insieme (T1)".*



Figura 21: Cibo come armonia e ricchezza nella diversità (Gruppo T1)

La possibilità di confrontarsi permette di comprendere che le priorità, i significati e le storie che vengono legate al cibo, non sempre combaciano con quelle altrui. Il cibo a Roots costituisce il filo conduttore di tutte le esperienze, così come anche l'identità di donna migrante, che unisce le partecipanti non solo nel momento presente come gruppo, ma crea anche una continuità identitaria a livello temporale - nel susseguirsi dei cicli di tirocinanti. Lo stesso tema è descritto in maniera simile anche dal gruppo t2, che parla del cibo per nutrire la diversità e dialogare. Il cibo da un lato enfatizza le differenze, promuovendo la creatività e l'espressione di Sé, dall'altro le annulla ponendo tutte sullo stesso piano, superando barriere culturali e caratteriali. Come spiega una ex tirocinante mostrando una foto di un piatto di cous cous (si veda Fig. 22): *"Il cibo non è per bocca, ho capito che siamo noi, fra di noi… lei da un posto, io dall'altro anche se non sappiamo parlare, qua* [il cibo] *ti unisce, anche se non sai parlare la sua lingua oppure il suo carattere in cucina sei in un altro mondo, trovi tanti amici, assaggiamo, facciamo. Per me la cucina è un modo che unisce in tutto e per tutto (T2)".*



Figura 22: cibo per nutrire la diversità e promuovere il dialogo (gruppo T2)

L'ultimo blocco tematico evidenziato nel percorso di photo-intervention riguarda la relazione con la comunità, sia rispetto al Paese di origine che rispetto al territorio italiano locale. Per quanto concerne le tirocinanti (t1), emerge l'importanza del cibo per sentirsi a casa e incontrare l'altro. Roots, infatti, da un lato "*fa sentire a casa attraverso l'accoglienza, attraverso il cibo (T1)"*, ma è anche *"un'opportunità di far conoscere le tue tradizioni (T1)"*. In questa prospettiva, le pratiche e le narrazioni condivise attorno al cibo e ai piatti presenti nel menu svolgono un ruolo fondamentale nel plasmare questo significato del cibo come ponte tra culture, come illustra con chiarezza questa tirocinante: *"è una responsabilità da una parte, dobbiamo comunicare a un pubblico che non è abituato a mangiare queste cose è una cosa bella e importante. Ho sempre in mente che ci hanno detto 'Noi non facciamo cibo tradizionale, ma un cibo che ci permetta di parlare fra due culture attraverso il cibo', che è diverso. Perché magari tradizionalmente non sarebbero così… c'è la flessibilità di dire 'Il mio piatto deve parlare con l'altra persona, per un primo incontro fra due culture'. Questo per me significa Roots (T1)"*. Secondo le ex tirocinanti (t2), questo tema si declina in maniera differente, nel cibo come rappresentazione, integrazione e responsabilità. Una ex tirocinante descrive il senso di responsabilità di trasmettere al cliente e alla comunità locale ciò che ha appreso da Roots: "*nel cibo trasformiamo chi siamo noi, il nostro carattere, gusto, amore… tutto va dentro questo piatto che creiamo e diamo al cliente (T2)*". In conclusione, emerge come il cibo diventa incontro, e le pratiche alimentari condivise a Roots generino un insieme di sapori nuovi grazie all'aggiunta di ingredienti italiani, in una metafora dell'inclusione sociale*: "In Tunisia non abbiamo il parmigiano reggiano perché è tipico dell'Italia, Emilia-Romagna. Quando ho messo il parmigiano ho mischiato le cose e ho creato proprio qua a Roots questa cosa nuova… è diventato un nuovo piatto perché ha un gusto speciale (T2)"*.

Il confronto finale interno a ciascun gruppo ha infine permesso di stimolare e fare emergere narrazioni visuali e condivise, che hanno portato un prodotto molto simile tra i due gruppi di partecipanti, ovvero due rappresentazioni di alberi (figura 23), seppur con differenti sfumature di significato. Il gruppo delle tirocinanti (t1) descrive il loro albero come unione e radice comune nella diversità: *"Siamo tutte diverse, abbiamo sogni diversi, abbiamo priorità diverse, ma c'è sempre, noi donne, c'è sempre una cosa che ci unisce. Come questo albero, le foglie possono essere diverse, ma la radice è sempre quella (T1)"*. L'albero delle ex tirocinanti (t2) riprende molte delle parole chiave e suggestioni del gruppo precedente, ma vi aggiunge una sfumatura legata all'indipendenza, al senso di famiglia e alla libertà: *"La libertà e la fiducia, la fiducia che ci ha dato Roots attraverso il cibo, attraverso il cibo ci sono altre tante cose, integrazione, famiglia (T2)"*. La convergenza sulla metafora dell'albero in entrambi i gruppi suggerisce un modello simbolico più profondo che va oltre la somiglianza dell'oggetto. In termini psicosociali, l'albero è una potente metafora dell'identità che è sia radicata che in evoluzione. Evoca un legame con le proprie origini (radici), il nutrimento e il sostegno relazionale che consentono la crescita (tronco e rami) e l'apertura alle possibilità future (nuove foglie e direzioni). La ricorrenza di questa immagine in due gruppi indipendenti suggerisce che i partecipanti interpretano collettivamente la loro esperienza nel progetto come un processo simultaneo di radicamento, espansione e trasformazione. L'albero prodotto diventa una materialità condivisa e rappresentativa che articola il duplice movimento delle identità migranti, ancorate alle storie personali e culturali ma dinamicamente rimodellate dalle interazioni, dalle pratiche e dalle opportunità incontrate.

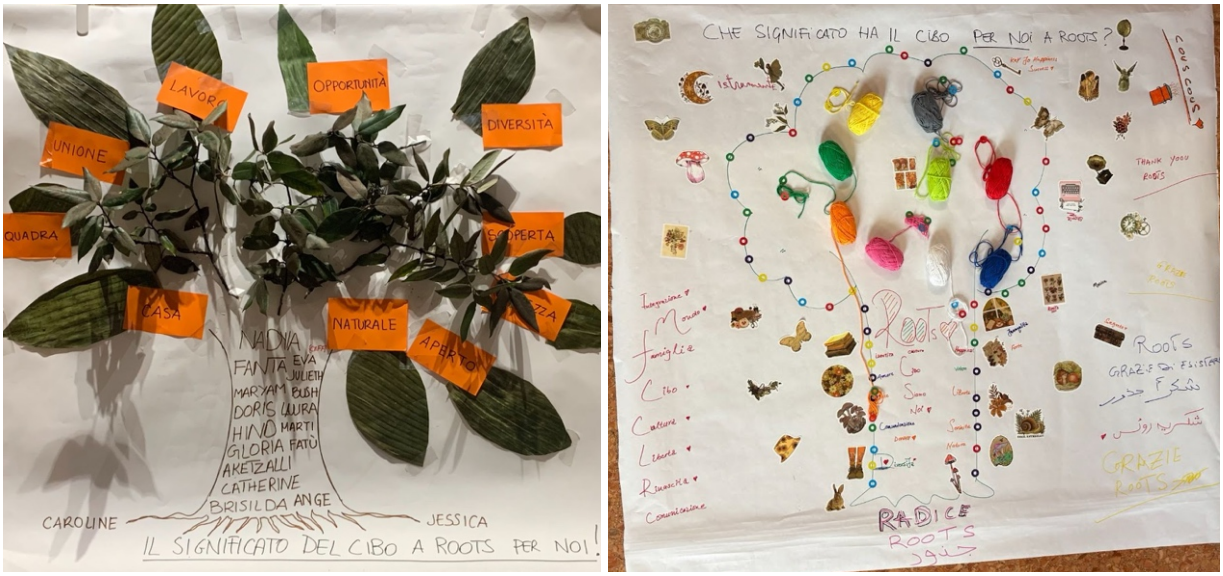


Figura 23: Prodotti finali dei due progetti di Photo-intervention (gruppi t1 prima rappresentazione, gruppo t2 seconda rappresentazione

World cafè e cartografia affettiva partecipativa

La terza e ultima sezione dei risultati si concentra sulle attività collettive svolte durante il World Café e la sessione partecipativa di mappatura affettiva, come illustrato nella figura 24. Per garantire la continuità con le fasi analitiche precedenti, questa sezione esplora come i temi identificati a livello individuale e di gruppo si traducano in riflessioni più ampie sugli spazi urbani e i luoghi di ristorazione nella comunità. Presentiamo innanzitutto le intuizioni tematiche emerse dai tavoli di discussione; quindi, illustriamo come questi contributi siano stati sintetizzati visivamente attraverso la mappa. I principali temi di discussione emersi sono presentati nella Tabella 25.



Figura 24 World Cafè e caretografia affettiva partecipata, svolte in occasione della giornata Internazionale della Donna

Tecnica	Temi di discussione	Sottotemi
World café e cartografia affettiva partecipativa	Caratteristiche dei luoghi che nutrono	Accoglienza relazionale e simbolica Riconoscimento e legittimità nel contesto urbano Ostacoli all'accesso a spazi urbani di sostegno
	Spazi urbani che favoriscono (o limitano) l'accoglienza e l'inclusione dei migranti	I supermercati come spazi linguisticamente sicuri I mercati come spazi di scambio interculturale informale Opportunità frammentarie di socializzazione
	I luoghi alimentari come spazi per la costruzione di comunità	Spazi gastronomici evocativi della famiglia Locali alimentari gestiti da donne come punti di rappresentanza Spazi istituzionali che promuovono la socializzazione interculturale

Tabella 25 Principali temi di discussione emersi dal World Café, successivamente rappresentati visivamente sulla mappa.

Il primo tema ha cercato di definire quali sono le caratteristiche di un luogo che nutre nel contesto urbano. Un luogo che nutre è stato descritto come uno spazio che sostiene, accoglie e permette di

sentirsi riconosciute, favorendo la costruzione di Sé e l'intreccio di legami significativi. Queste riflessioni evidenziano che il concetto di luogo che nutre è associato al suo potenziale relazionale, simbolico ed esperienziale. Si tratta di luoghi in cui è possibile sentirsi riconosciuti, il che rimanda a un processo psicosociale più profondo: la possibilità di essere considerati soggetti legittimi all'interno del tessuto urbano. Tuttavia, sono emersi anche ostacoli che limitano l'accesso a tali spazi per le donne partecipanti: barriere linguistiche, insicurezze relazionali, diffidenze percepite da parte della cittadinanza locale e una scarsa conoscenza del territorio urbano. Il ristorante Roots è stato citato spontaneamente come esempio concreto di luogo pubblico capace di offrire occasioni di scambio, grazie a un ambiente accogliente e a pratiche quotidiane che valorizzano la cultura delle partecipanti.
Il secondo tema verteva su quali spazi favoriscono l'accoglienza e l'inclusione delle persone migranti. Il confronto ha fatto emergere una connessione tra accessibilità urbana, barriere linguistiche e possibilità effettiva di sentirsi accolti. I grandi supermercati vengono percepiti come poco esigenti in termini relazionali e linguisticamente più sicuri: "*Vado al supermercato perché non conosco Modena, non conosco la città. Non esco, se sono donna migrante. E al supermercato non devo parlare con nessuno*". Queste riflessioni evidenziano come l'esperienza di inclusione nella città sia mediata maggiormente dalle condizioni sociali che rendono questi spazi navigabili. La preferenza per i supermercati come contesti linguisticamente sicuri evidenzia come la paura di incomprensioni influenzi la mobilità quotidiana, producendo anche sottili forme di autoisolamento. Il mercato cittadino è stato poi citato come uno dei pochi luoghi in grado di favorire lo scambio interculturale informale. Sono emerse anche esperienze di socializzazione legate a eventi promossi da associazioni o momenti conviviali nell'ambito di progetti specifici, tra cui il ristorante, definito come un'eccezione. Tuttavia, queste esperienze sono ancora frammentarie, poco conosciute e di difficile accesso se non attraverso reti informali. Questo fatto evidenzia la necessità di infrastrutture orientate alla comunità che riducano attivamente le barriere alla partecipazione.
Il terzo tavolo ha lavorato attorno al tema di come i luoghi alimentari possano contribuire a costruire legami. La discussione ha evidenziato differenze tra cittadini nati a Modena con maggiore familiarità territoriale, e migranti più recenti. Sono emerse due tipologie di luoghi: da un lato, spazi evocativi di memorie familiari (come pastifici frequentati da nonne o madri); dall'altro, luoghi gestiti da donne come esempi di rappresentazione pubblica femminile nel lavoro alimentare. Per i residenti di lunga data, i luoghi legati al cibo e ai ricordi familiari evocano continuità e appartenenza intergenerazionale, rafforzando un senso stabile di appartenenza al luogo. Per i migranti più recenti, invece, i luoghi legati al cibo gestiti da donne diventano punti di riferimento attraverso i quali immaginare nuove possibilità. Sono stati menzionati anche spazi istituzionali, come scuole e parrocchie, che attraverso il cibo favoriscono socializzazione e apertura interculturale.

Nel complesso, la discussione ha fornito una visione critica e proattiva della città, sottolineando la necessità di ripensare i luoghi di ristorazione come luoghi di incontro, come arene sociali in cui si stabiliscano relazioni, si negozino identità e prendano forma nuove modalità di cittadinanza. I luoghi di ristorazione emergono come micro-infrastrutture della vita urbana in grado di sfidare l'isolamento, ridistribuire le opportunità di partecipazione e consentire incontri che probabilmente non avrebbero luogo. Ripensare questi spazi come punti di incontro significa quindi riconoscerne il loro potenziale di rimodellare la geografia affettiva e relazionale della città, trasformandoli in ambienti accessibili, inclusivi e culturalmente significativi dove le differenze possono coesistere, essere riconosciute e creare nuove possibilità per la costruzione di una comunità multiculturale.
A partire dai contenuti emersi nei tre tavoli, il gruppo ha co-costruito una cartografia affettiva dei luoghi alimentari nella città di Modena riportata in figura 25.



Figura 25 Costruzione partecipata della cartografia affettiva di luoghi che nutrono nella città di Modena

La mappa ha favorito una sintesi visuale dell'esperienza e uno scambio di saperi situati, consentendo anche di conoscere spazi precedentemente ignoti. Significativamente, il ristorante Roots è stato rappresentato con la parola "rinascita", segnalando il valore trasformativo attribuito al luogo e alle esperienze vissute al suo interno. Oltre alla sua funzione descrittiva, la mappa è servita come strumento psicosociale che ha materializzato il significato collettivo attribuito alla città dal gruppo. Le partecipanti hanno riconfigurato la geografia della città collocando emozioni, ricordi ed esperienze relazionali nel paesaggio urbano; hanno identificato i luoghi che frequentano e quelli in cui sentono di appartenere. La mappa funziona anche come una cartografia delle possibilità, illuminando le condizioni in cui le relazioni possono fiorire, le identità possono essere coltivate e le esperienze che sono state emarginate possono essere riconosciute e rese visibili.

Nel loro insieme, i metodi utilizzati in questo studio offrono un quadro completo di come le pratiche alimentari operino come strumenti relazionali, simbolici e trasformativi a livello comunitario: le interviste hanno messo in evidenza le dinamiche organizzative e interpersonali quotidiane attraverso le quali il cibo promuove la coesione interna, l'efficienza operativa e il coinvolgimento della comunità; le mappe ecologiche rafforzano visivamente questi risultati collocando il ristorante all'interno di un'ampia rete di attori, evidenziandone il ruolo nel tessuto urbano, la photo-intervention aggiunge all'analisi una dimensione esperienziale delle tirocinanti, rivelando come la partecipazione al progetto contribuisca, attraverso il cibo, a far esprimere e continuare a costruire l'identità delle donne, rafforzando la loro capacità di agire e generando nuove forme di sostegno reciproco; infine, il World Café e la mappa affettiva partecipativa estendono questa analisi alla cittadinanza, mostrando come anche altri luoghi alimentari possano contribuire a generare un senso di appartenenza, facilitando gli incontri tra persone diverse e riconfigurando le percezioni di accessibilità e inclusione.

Restituzione pubblica dei risultati: il Festival delle Migrazioni a Roots

Il lavoro di ricerca si è concluso con una restituzione pubblica dei risultati, organizzata in occasione del Festival delle Migrazioni e ospitata presso Roots domenica 26 ottobre 2025. L'evento, intitolato *Radici in mostra: cibo, fotografia e migrazione*, è stato realizzato con il sostegno del Comune di Modena e ha rappresentato un momento di apertura alla cittadinanza. A seguire si presenta la locandina dell'evento:



Figura 26 Locandina pubblicata in occasione dell'evento e diffusa al territorio modenese

L'iniziativa si è articolata attorno a una mostra fotografica partecipativa permanente, allestita negli spazi del ristorante per tutta la durata dell'evento. La mostra era realizzata con le fotografie realizzate durante i laboratori di photo intervention con i gruppi delle tirocinanti e delle ex tirocinanti, accompagnate dalle loro parole e riflessioni. La mostra, sempre in linea con la forte idea di costruire una ricerca che fosse realmente partecipata e co-costruita, non è stata concepita come un prodotto statico con il quale interagire passivamente, ma come un dispositivo dinamico e interattivo: anche i cittadini partecipanti, in continuità con l'attività svolta dalle tirocinanti, sono stati invitati a contribuire con una propria fotografia che rispondesse sempre alla domanda *"Che significato ha il cibo rispetto a chi sei"*. Era data la possibilità di portare immagini già stampate da casa oppure produrne sul momento, grazie alla disponibilità di una stampante fotografica acquistata in occasione dell'evento. In questo modo, l'esposizione si è configurata come una vera e propria opera collettiva in costante costruzione. Alcuni momenti della giornata sono riportati nelle foto seguenti:



Figura 27 Foto di momenti scattati durante l'evento Radici in mostra: cibo, fotografia e migrazione – Modena, domenica 26 ottobre 2025

Parallelamente, sono stati organizzati due momenti di World Café aperti alla cittadinanza, rispettivamente alle 16:00 e alle 17:30, ai quali hanno preso parte persone interessate a condividere le proprie esperienze, riflessioni e memorie legate al cibo e alla migrazione. In totale hanno partecipato circa 70 persone suddivise in due gruppi da circa 35 persone. I tavoli di discussione, ancora una volta come visto in precedenza, hanno favorito un confronto orizzontale dialogico, e hanno saputo stimolare lo scambio di prospettive tra cittadini interessati, donne migranti parte del progetto, volontari e membri dello staff di Roots. È possibile vedere alcuni momenti nelle seguenti immagini:



Figura 28 Immagini del lavoro di World Cafè durante l'evento

È stato fortemente voluto, anche a conclusione dell'intero lavoro di dottorato, che ciascun incontro di discussione si concludesse con un momento culinario organizzato proprio dalle tirocinanti ed ex tirocinanti di Roots, che ha offerto così non solo un momento conviviale, ma anche un'occasione per conoscersi attraverso le tanto citate materialità: i gusti, gli odori e i sapori. Questi momenti sono illustrati in figura 29.





Figura 29 Momento conviviale finale degli eventi di World Cafè aperti alla cittadinanza

L'evento è stato fortemente voluto da chi scrive e ha rappresentato complessivamente un tassello fondamentale del percorso di ricerca condotto. In particolare, la mostra partecipativa e la domanda trasformativa della photo intervention hanno trovato una continuità concreta nella possibilità, offerta ai cittadini, di contribuire con le proprie immagini e narrazioni, ampliando il dispositivo oltre i confini del gruppo originario e radicandolo nel tessuto comunitario.

Discussioni e conclusione

La presente ricerca ha studiato il caso del ristorante sociale Roots come dispositivo comunitario attraverso le pratiche alimentari su cui si fonda, mostrando come queste fungano da mezzo per la negoziazione dell'identità, l'appartenenza culturale e l'esercizio dell'autonomia dei migranti. Come emerge dai racconti dei partecipanti e dal materiale visivo, queste dinamiche si sono concretizzate attraverso pratiche alimentari specifiche e contestualizzate. L'analisi integrata di diverse fonti qualitative ha evidenziato modalità spesso trascurate perché scontate attraverso cui, nel quotidiano e attraverso il cibo, si favoriscono processi di costruzione comunitaria (Corrales-Øverlid, 2023; Lugosi et al., 2023). Le pratiche alimentari agiscono come veicoli generativi di relazione, appartenenza e trasformazione, rivelando un fare comunità situato, incarnato e innovativo (Kabanem et al., 2023; Rivera-Navarro et al., 2020). All'interno di questa dinamica relazionale, anche il cibo emerge come una forma di cura, espressa, ad esempio, attraverso gesti di sostegno reciproco in cucina o l'attento riconoscimento dei bisogni dell'altro, elementi costantemente riflessi nei diversi filoni dei risultati.

L’analisi mette in luce, pertanto, come Roots rappresenti un modello riuscito di gestione del multiculturalismo quotidiano attraverso il cibo e le pratiche correlate. In questo senso riprendendo quanto detto in introduzione, il multiculturalismo quotidiano è inteso come l'insieme delle interazioni, delle negoziazioni e dei gesti relazionali a livello micro che hanno luogo nel flusso quotidiano del lavoro, dell'apprendimento e della convivenza. Le pratiche quotidiane nel ristorante esemplificano come le differenze culturali vengono gestite, rese comprensibili e trasformate all'interno di situazioni ordinarie, che vanno dall'adattamento delle ricette alla cucina collaborativa, dagli incontri di servizio con i clienti ai momenti condivisi di narrazione culinaria. Questi scambi sono fondamentali e dimostrano come il multiculturalismo venga messo in pratica, non come un principio astratto, ma come una forma continua di governance relazionale che permette ai partecipanti di riconoscersi a vicenda, affrontare le tensioni e co-creare nuovi repertori culturali condivisi.

Le pratiche di cucina e servizio presenti in Roots restituiscono inoltre dignità e valore a saperi delle donne migranti spesso non riconosciuti, permettendo alle partecipanti di ridefinirsi come soggetti competenti, visibili nella scena pubblica e professionalmente attivi (Pennisi, 2020). In tal senso, il modello Roots è capace di generare un contesto abilitante che consente la coesistenza e l’articolazione di identità precedenti, nuove e future per le migranti (Jetten et al., 2010). In secondo luogo, il riconoscimento e l’affermazione sociale nel nuovo paese grazie al ristorante e al cibo avviene non solo all’interno della comunità lavorativa, ma si estende anche al territorio circostante, rafforzando il legame tra le partecipanti e il contesto locale (Ciliotta-Rubery, 2016; Malberg Dyg et al., 2020; Kudejira, 2021). È proprio il cibo e il menu di Roots che crea infatti l’occasione di un contatto interculturale durante i pasti tra comunità locale e donne migranti partecipanti al programma.

Tutti questi risultati sollecitano le riflessioni in campo di psicologia di comunità a riconoscere l'importanza di spazi socio-materiali in cui il cibo diventa un potente vettore di incontro e partecipazione. In linea con quanto affermato da Patgiri (2022), i luoghi che sviluppano le proprie attività attorno al cibo rappresentano arene politiche e affettive in cui si negoziano ruoli, si costruiscono relazioni significative e si attivano forme quotidiane di resistenza e cambiamento.

In linea con il quadro teorico di Maton (1995), l'analisi tematica e narrativa suggeriscono che il ristorante sociale opera come un contesto comunitario che promuove empowerment, valori orientati alla crescita, sostegno tra pari ed è caratterizzato da una leadership inclusiva e condivisa. Il caso di studio analizzato sembra incarnare pienamente queste dimensioni attraverso il cibo e le pratiche alimentari collettive.

Questo studio amplia la letteratura precedente anche integrando metodologie visive e dialogiche, mostrando come questi strumenti generino conoscenze situate rafforzando al contempo i legami comunitari e l'azione delle partecipanti. I risultati suggeriscono percorsi pratici per la progettazione

di interventi comunitari che riconoscano le pratiche legate al cibo come spazi di cura e sostegno dei processi di costruzione dell'identità. Essi hanno anche il potenziale per informare i processi di formazione all'interno di gruppi interdisciplinari che lavorano con migranti che condividono traiettorie simili. Infine, le intuizioni qui prodotte possono contribuire allo sviluppo di politiche locali volte a rafforzare le reti di economie basate sulla solidarietà e il sostegno reciproco tra le donne migranti, valorizzando le loro competenze, esperienze e il loro ruolo centrale nella sostenibilità della comunità.

L'analisi dei risultati emersi conferma, pertanto, la rilevanza delle pratiche alimentari come strumenti di mediazione interculturale, spazi di agency e occasioni di risignificazione identitaria e del cibo come "*piattaforma per esprimere identità e appartenenze molteplici e ibride, nonché per rivendicare presenza e visibilità sociale*" (Corrales-Øverlid, 2023, p. 9). Le pratiche osservate nel progetto evidenziano questa potenzialità trasformativa: cucinare, servire, raccontare un piatto diventano atti capaci di sovvertire narrazioni stigmatizzanti sulla migrazione, valorizzare competenze invisibili e costruire relazioni. In questo senso, le pratiche alimentari si configurano anche come atti micropolitici quotidiani, capaci di influenzare e generare forme di cittadinanza più inclusive e relazionali.

Riconoscendo il valore di tali luoghi alimentari, quindi, è fondamentale che siano predisposti programmi e strutture per sostenere la continuità di tali progetti. Sebbene il caso studio rappresenti un esempio di buona pratica comunitaria, è necessario riportare anche una riflessione più ampia e critica sui limiti strutturali, sulla sostenibilità a lungo termine e sulla reale capacità di incidere sul piano collettivo: senza un adeguato sostegno istituzionale, dispositivi come Roots rischiano di rimanere esperienze circoscritte, dipendenti dall'impegno dei singoli, e di essere vissuti come luoghi di inclusione temporanea, anziché come strutture capaci di produrre trasformazioni durature. Inoltre, il riconoscimento ottenuto nel contesto lavorativo e comunitario non sempre si traduce in opportunità concrete future per tutti, come accesso a percorsi professionali stabili, cittadinanza attiva o inclusione politica. È quindi fondamentale che tali pratiche non restino relegate a dimensioni esperienziali individuali, ma che vengano riconosciute come dispositivi trasformativi che meritano continuità, investimenti e riconoscimento nei piani delle politiche sociali e urbane. La sfida è dunque quella di accompagnare e sostenere queste esperienze per renderle a tutti gli effetti pratiche trasformative strutturalmente inserite nel tessuto sociale e comunitario. In questa direzione, appare altrettanto rilevante affiancare al lavoro di riconoscimento e sostegno istituzionale un investimento mirato sulle organizzazioni stesse, volto a rafforzarne l'autonomia, le capacità di autogestione e la sostenibilità nel tempo. Interventi orientati all'empowerment organizzativo possono infatti contribuire a rendere questi dispositivi meno dipendenti da finanziamenti occasionali o da singole figure chiave, favorendo

processi di continuità e consolidamento che permettano loro di incidere in modo più stabile e duraturo nel tessuto comunitario.
Infine, da un punto di vista pratico, i risultati offrono una guida preziosa per una serie di iniziative a livello comunitario. Ad esempio, possono fornire informazioni utili nei contesti europei in cui si stanno sviluppando attività simili: centri comunitari o mense sociali; cooperative incentrate sulla produzione e la vendita di prodotti alimentari, in cui vengono riconfigurati i rapporti di lavoro, l'autonomia socio-lavorativa e il sostegno reciproco; programmi statali o di ONG volti a rafforzare le reti comunitarie intorno alla sovranità alimentare, alla salute collettiva o all'integrazione socio-lavorativa; e progetti educativi o partecipativi che promuovono metodologie visive o creative per esplorare esperienze di integrazione, cura e identità in contesti interculturali.

Limiti e sviluppi futuri

Questo studio presenta limiti che è importante riconoscere per una lettura critica dei risultati.
In primo luogo, nonostante l'obiettivo del lavoro fosse quello di offrire una comprensione in profondità, si tratta di un singolo caso studio, condotto in un contesto specifico la cui natura situata e contestuale non permette una generalizzazione dei risultati ad altri contesti. Nonostante questo aspetto, le sue intuizioni analitiche possono comunque essere trasferite ad altre iniziative comunitarie che operano nell'economia sociale e solidale: concentrandosi sui processi identificati e sulle descrizioni contestuali fornite nello studio, è possibile individuare linee guida concettuali e pratiche che potrebbero essere applicate efficacemente in contesti simili.
In secondo luogo, la raccolta dati si è concentrata prevalentemente sui punti di vista degli operatori e delle donne tirocinanti coinvolte nel progetto, ma non ha incluso in modo sistematico altre prospettive rilevanti, come ad esempio quelle di clienti o attori istituzionali. Includere tali voci potrebbe arricchire la comprensione delle dinamiche intersoggettive e interistituzionali attivate dal progetto.
Un altro potenziale limite riguarda il possibile bias di selezione. I partecipanti che hanno acconsentito a partecipare alle attività potrebbero essere stati quelli che hanno avuto esperienze particolarmente positive del progetto o che hanno un forte senso di appartenenza al ristorante. Sebbene sia stato fatto ogni sforzo per includere prospettive diverse, è possibile che coloro che erano meno soddisfatti o meno coinvolti fossero sottorappresentati, limitando la gamma di opinioni raccolte.
Infine, la prossimità della ricercatrice con il contesto e la natura partecipativa della ricerca, se da un lato costituiscono un punto di forza in termini di rilevanza ecologica, dall'altro richiedono attenzione: in questo senso, il contributo del team di ricerca ha permesso di mitigare possibili bias interpretativi che, tuttavia, non possono essere del tutto esclusi.

Ricerche future potrebbero esplorare come progetti simili si inseriscono in reti territoriali più ampie, interrogandosi su come pratiche alimentari comunitarie possano essere sostenute e istituzionalizzate, su quali fattori influenzino maggiormente la buona riuscita e sostenibilità dei progetti e su quale ruolo possa avere la psicologia di comunità nel favorire il passaggio da pratiche locali a dispositivi trasformativi sistemici. In questa direzione, la psicologia di comunità è chiamata a superare i confini tradizionali dei propri ambiti di intervento e applicazione, aprendosi a nuove sfide sociali che rappresentano luoghi cruciali di trasformazione. Ciò implica un dialogo sempre più stretto con le istituzioni pubbliche, enti locali e attori delle politiche alimentari territoriali, con l'obiettivo di contribuire a sistemi alimentari più equi e inclusivi.

Infine, potrebbe essere utile indagare anche il potenziale formativo, terapeutico e politico del cibo come linguaggio comunitario. Studi longitudinali potrebbero approfondire ulteriormente le traiettorie identitarie e professionali dei partecipanti a tali iniziative, valutando anche l'impatto a lungo termine del coinvolgimento nel progetto sulle loro vite e relazioni.

Parte terza

Sintesi finale e prospettive

CAPITOLO

6

Conclusioni

La presente sezione integra e rielabora alcuni contributi teorici già discussi in:
Arcadu, M., Zanolin, G., & Migliorini, L. (2025). Food Identity and Migrations: Dynamic Processes and Local Communities. *Il Capitale Culturale. Studies on the Value of Cultural Heritage*, (31), 461–482. https://doi.org/10.13138/2039-2362/3533

Capitolo 6. Conclusioni

Conclusioni integrate

Il punto di partenza di questa ricerca dottorale è stato il forte desiderio di chi scrive di costruire un ponte tra due domini di studi che, pur avendo in comune l'interesse per le pratiche umane, raramente si sono incontrati in modo sistematico e strutturato: la Psicologia e i Food Studies. Se gli studi alimentari, da un lato, hanno a lungo indagato il cibo come fenomeno culturale, antropologico, nutrizionale, socioeconomico, storico, politico e molto altro, la psicologia, dall'altro, lo ha affrontato marginalmente, attribuendogli un ruolo secondario rispetto ad altre tematiche. In particolare, l'attenzione della psicologia al cibo si è concentrata sul versante clinico dei disturbi del comportamento alimentare o, in un'ottica più socio-cognitiva, sull'analisi delle preferenze individuali e dei modelli di consumo. Negli ultimi anni, inoltre, si è assistito anche a un crescente interesse rispetto alle scelte alimentari connesse ai temi della sostenibilità e della salute in chiave psicologica, aprendo così un dialogo con i dibattiti contemporanei relativi ai più ampi stili di vita.

Ciò da cui sono partita per riflettere rispetto a questo legame tra discipline è stata dunque, in qualità di psicologa clinica e sociale, la piena volontà di restituire al cibo la sua complessità nell'ambito delle scienze psicologiche. Ho inteso considerarlo non più soltanto come oggetto o comportamento di sfondo quotidiano nella vita umana, funzionale al mero soddisfacimento biologico e fisiologico o connesso a problematiche cliniche, ma come un vero e proprio campo epistemico capace di generare conoscenza. In questo spazio ho riconosciuto l'intreccio inscindibile che si genera tra processi identitari, corpo e materialità, interazioni, luoghi, memorie e culture. È a partire da questa idea che il dottorato di ricerca ha rappresentato un punto di svolta rispetto alle tipologie di studio che avevo condotto in precedenza: mi sono posta l'obiettivo di collocare il cibo al centro della riflessione psicologica, costruendo, attraverso il dialogo con il campo e con gli strumenti teorici offerti dai Food Studies, un terreno comune di indagine e di produzione di conoscenza. Questa tesi quindi si colloca precisamente in questo spazio di intersezione interdisciplinare, proponendo alla psicologia di compiere un movimento che ponga il cibo al centro della riflessione. Esso si è infatti configurato lungo l'intero lavoro come un artefatto materiale e simbolico generatore di senso in cui si sono condensati vissuti affettivi, biografici, corporei, spaziali-geografici, temporali, familiari e collettivi. È emerso come un linguaggio attraverso il quale le persone pensano, sentono e agiscono nel mondo, traducendo le proprie appartenenze, elaborando la propria storia, stabilendo confini e costruendo legami, in un continuo processo di risposta alla domanda identitaria che attraversa le forme di soggettivazione, identificazione e di appartenenza.

Ed è proprio a partire da una domanda che questo lavoro ha preso avvio a partire dal suo titolo*: If we are what we eat, who are we?* (Gabaccia, 2000). I risultati emersi lungo i vari livelli empirici di ricerca invitano però forse a questo punto a ripensare tale interrogativo, spostando lo sguardo da un'identità intesa come esito stabile, ad un'identità come processo. Nei contesti migratori, il cibo non si è limitato a riflettere chi fossero i partecipanti, ma ha anche parallelamente contribuito a rendere i vari Sé riconoscibili e abitabili. In questo senso, più che rispondere alla domanda su chi siamo in base a ciò che mangiamo, questa tesi propone di interrogarsi su come, attraverso il mangiare e le pratiche ad esso connesse, costruiamo ed esprimiamo in un processo continuo e costante i modi di essere e abitare nel mondo, di appartenere, di negoziare il cambiamento e di dare forma alla nostra esperienza: non siamo forse quindi semplicemente l'esito di ciò che mangiamo, ma è proprio attraverso le continue modalità di mangiare e di rapportarci con il gastronomico, che il senso di chi siamo si esprime e prende forma, per noi stessi e gli altri.

Questa tesi ha inteso inoltre mostrare che il cibo così inteso permette alla psicologia stessa di ripensarsi come scienza situata e incarnata: l'attenzione alle pratiche alimentari ha permesso di riflettere sui processi identitari in forme che sfuggono a modelli eccessivamente astratti o di ricerca di universali, ancorandoli fortemente ai contesti materiali e relazionali, ovvero contesti quotidiani di vita praticata. Allo stesso tempo, l'approccio sviluppato attraverso la tecnica del *Foodscape Walking* ha contribuito in questo senso ad ampliare i confini metodologici della ricerca psicologica, introducendo una prospettiva spazio-sensoriale di analisi.

In tal modo quindi, questa tesi contribuisce a riportare il cibo al centro della riflessione psicologica come "fenomeno totale" (Mauss, 1973).



Figura 30 ERRE and Margarita Garcia Asperas, Re/flecting the Border, 2017 (tempo 2). Opera performativa che prevede una lunga tavola affacciata su uno specchio collocato lungo il confine USA–Messico, la cui riflessione crea l’illusione di un pasto condiviso tra le due frontiere.

Il percorso empirico di questa ricerca ha mostrato come il cibo attraversi e connetta diversi livelli dell'esperienza umana. Piuttosto che costituire una serie di risultati isolati, gli studi presentati, letti nella loro complessità, restituiscono un processo identitario che si esprime in forme differenti a seconda dei contesti. Il cibo emerge così come un campo generativo dell'identità, capace di accompagnare il passaggio dal Sé biografico e intimo, ai luoghi e alle relazioni significative, fino alla dimensione collettiva e pubblica dell'esperienza.

Si fornisce ora una breve sintesi dell'intero percorso di ricerca compiuto:

- A livello individuale, le esperienze delle donne italiane migranti in Cile hanno mostrato che il cibo è memoria dei tempi passati, è connessione con luoghi ricercati simili a quelli italiani di un tempo che quindi in qualche modo "non ci sono più, ma ci sono ancora" ed è infine un modo per rinarrare sé stesse nel presente. La scelta di luoghi legati all'Italia ha riflesso un tentativo di preservare le tradizioni e pratiche culinarie d'origine ma anche, al tempo stesso, sottolineandone le differenze e discrepanze, un modo di accompagnare il processo di costruzione della nuova identità. Abbiamo osservato anche la forte dimensione simbolica dei luoghi selezionati che sono stati definiti come luoghi alimentari che nutrono oltre l'aspetto biologico: nutrono le relazioni e le vite delle partecipanti. Ancora e infine, il cibo ha permesso di osservare come, attraverso le pratiche alimentari, possano essere mantenuti, negoziati o trasformati i ruoli tradizionalmente associati al genere femminile. In particolare, la dimensione della cura, dell'acquisto, della preparazione e della condivisione del cibo ha mostrato come tali ruoli siano continuamente rielaborati attraverso la scelta e selezione di luoghi specifici, aprendo nuove possibilità di riflessione e di intervento sui processi di ridefinizione delle identità di genere nei contesti migratori.
- Un ulteriore obiettivo di questa tesi è stato quello di fondare e proporre una nuova tecnica metodologica per lo studio psicologico delle costruzioni identitarie in contesti migratori: il *Foodscape Walking*. I luoghi attraversati insieme alle partecipanti durante le camminate hanno riattivato e connesso ricordi ed esperienze, permettendo di continuare a tessere il filo delle biografie. Il *Fooscape Walking* è stato quindi proposto come tecnica di ricerca qualitativa capace di ampliare gli orizzonti metodologici in psicologia ponendo attenzione alle materialità dei contesti alimentari praticati, dimensioni spesso trascurate nelle indagini psicologiche. Il contesto, ancora una volta in accordo con il modello socio ecologico utilizzato, è esso stesso parte della trama dinamica di intra-azioni che avvengono tra corpi, discorsi e materialità. La materialità che prende parte al cammino, come ad esempio il terreno sotto i piedi, gli odori che emergono, il cibo che appare lungo il tragitto, sono stati a loro volta attori epistemici nella pratica conoscitiva condivisa tra ricercatore e partecipante.

- Proseguendo con il livello familiare, la ricerca ha indagato le pratiche alimentari come spazi in cui l'identità prende forma e si rinnova anche nel contesto familiare. Lo studio qualitativo ha permesso di osservare come, all'interno e all'esterno del nucleo domestico, il cibo si configuri come una trama attraverso cui le famiglie migranti tessono la propria biografia, mantenendo legami con il passato e, al tempo stesso, sperimentando nuove abitudini e relazioni nel presente. Nei racconti, la cucina è emersa come spazio di memoria, ma anche di adattamento e negoziazione, dove la preparazione dei pasti, la condivisione della tavola o la ricerca di ingredienti familiari diventano modi per ridefinire ruoli, trasmettere significati e rielaborare la distanza culturale. Il modello teorico sviluppato ha mostrato come i processi di costruzione identitaria familiare si dispongano lungo due assi dinamici: conservazione e trasformazione, intimo privato ed visibile pubblico. Parallelamente, le analisi quantitative hanno offerto una lettura complementare. La neofobia, intesa come costrutto di chiusura verso cibi culturalmente non familiari, e l'acculturazione, intesa come il costrutto relativo al contatto e all'inserimento in un nuovo contesto culturale, sono stati considerati centrali per comprendere l'incontro con la differenza e la riorganizzazione dei significati alimentari. In particolare, da un lato il modello diadico ha evidenziato come le scelte e le attitudini alimentari siano intrecciate tra i due partner, riflettendo un'influenza reciproca che supera il piano individuale; dall'altro il modello PLS-PM ha poi restituito la struttura più ampia di tali relazioni, mostrando come la neofobia influenzi i percorsi di acculturazione e come variabili quali età, origine e prescrizioni alimentari agiscano da fattori che modulano l'apertura verso la differenza.
- Infine, il livello comunitario, attraverso lo studio di caso condotto presso il ristorante sociale Roots, ha permesso di ampliare l'analisi. Il cibo e le pratiche alimentari hanno qui assunto una valenza collettiva e relazionale, mostrando come il cibo possa farsi veicolo di riconoscimento e di visibilità sociale nonché di aspetti ampi di cittadinanza e convivenza multiculturale. L'analisi qualitativa integrata sviluppata attraverso l'applicazione di diverse tecniche insieme a vari attori che appartengono e ruotano attorno alla comunità di Roots, ha evidenziato come cucinare, servire, raccontare e condividere un piatto culturalmente connotato rappresentino atti di narrazione e di ridefinizione di Sé all'interno di uno spazio pubblico e sociale. Il ristorante è emerso come un dispositivo comunitario che riorganizza ruoli e significati per chi vi partecipa, in particolare per le donne coinvolte che vengono spesso collocate in posizioni di marginalità e che invece trovano qui nel nuovo ruolo di chef e nel valore dei propri saperi gastronomici, la possibilità di essere riconosciute come soggetti competenti e protagoniste di un progetto collettivo di alto valore sociale. Il cibo ha agito e continua ad agire in questo luogo

come mediatore e ponte comunicativo tra origini differenti, generando forme di interazione interculturale che favoriscono processi di empowerment, di costruzione di legami sociali e di partecipazione. Le pratiche quotidiane osservate a Roots dal lavoro in cucina all'incontro con i clienti, hanno mostrato come il cibo possa sovvertire narrazioni identitarie stigmatizzanti e aprire all'opposto orizzonti di possibilità, promuovendo un riconoscimento reciproco che passa attraverso un fare insieme alimentare.

Il filo di lettura che connette i diversi livelli della ricerca mostra quindi come il cibo agisca come una trama viva attraverso cui le persone migranti continuano a cucire, esprimere e trasformare la propria biografia. Nella quotidianità delle pratiche alimentari, come ad esempio l'atto di recarsi in luoghi significativi del cibo per ritrovare sapori familiari, selezionare e acquistare ingredienti, concordare in famiglia con i figli cosa preparare, adattare ricette alle disponibilità del nuovo contesto o rispettare un menù professionale all'interno di un ristorante, prende forma un processo di scrittura biografica. Nel contesto migratorio in cui quasi ogni elemento dell'esistenza muta (la lingua, i luoghi, la casa, gli odori, i colori, le persone e le relazioni), la riproduzione alimentare resta uno dei pochi ambiti di continuità possibile. Il cibo, pur essendo sempre soggetto alle riconosciute trasformazioni e adattamenti evidenziate da tutti gli studi presentati, permette però di riconnettere ciò che è stato con ciò che sarà: anche quando i migranti riconoscono la distanza tra il sapore presente e quello ricordato, dovuta alla ovvia diversità degli ingredienti, dei luoghi o dei climi, essi narrano comunque il proprio mangiare come una continuità con il passato. Proprio in questa solo apparente contraddizione e ambivalenza si rivela la forza psicologica e simbolica del cibo: pur evidenziando la differenza, esso consente di mantenerla abitabile e di trasformarla in una nuova forma di coerenza biografica. Attraverso il racconto e la riproduzione dei piatti di una volta, le persone ricuciono i legami tra tempi e luoghi differenti, dando forma a una identità che resta fedele a Sé proprio nel suo continuo riscriversi e mutare. Grazie anche ai processi di globalizzazione alimentare illustrata, oggi questa continuità è resa ancor più praticabile, consentendo di ritrovare sapori, ingredienti e rituali. Mangiare "in migrazione" è dunque un atto di scelta e di posizionamento identitario costante: ogni pasto implica una decisione, non solo su cosa mangiare ma realmente su chi si vuole essere, su quali legami mantenere e quali invece trasformare. Ecco, quindi, cosa si intende in questo lavoro quando si sostiene che l'atto quotidiano del mangiare diventa una scena di negoziazione identitaria e che il cibo sia dotato di forza epistemica propria: è un momento in cui si affermano appartenenze e si accolgono differenze e, proprio in questa ripetizione quotidiana iterativa e necessaria per la vita, le persone esprimono e producono conoscenza di Sé e del mondo. Lungo i tre piani di analisi considerati, il cibo si è rivelato come un vero e proprio operatore di senso. Riprendendo le già citate riflessioni di Jane

Bennett (2010) integriamo una chiave preziosa per comprendere la portata epistemologica di tale prospettiva: nel capitolo Materia Edibile del testo Materia Vibrante, Bennett descrive il cibo come un "attante", una materia viva che partecipa attivamente ai processi sociali e psicologici, producendo effetti sensibili e trasformativi nell'esperienza umana. Il cibo può essere inteso come operatore che, pur inserito nel concatenamento delle cose, ne modifica l'equilibrio, ne inclina le forze, agendo come un eccitatore termico nel senso proposto da Michel Serres: un elemento che non rivoluziona nell'immediato e in forma brusca, ma che sposta, lentamente le intensità del reale. Questa inclinazione, apparentemente minima, può però generare lentamente trasformazioni profonde, tanto materiali quanto simboliche e identitarie.

In continuità con il quadro teorico introdotto all'inizio di questo lavoro e alla luce di queste considerazioni finali, possiamo ora delineare una prospettiva di sintesi complessiva più definita di quello che si propone e è citato nel testo come costrutto di Identità Alimentare, come processo specifico e complesso di costruzione del Sé, relativo all'ambito della sfera alimentare. Le quattro dimensioni dell'identità personale analizzate nell'introduzione (concetto di Sé, rappresentazione di Sé, identità tipizzata e matrice dei ruoli), costituiscono un impianto teorico che, alla luce dei risultati empirici declinati rispetto all'ambito gastronomico, trova ora la sua piena articolazione.

Il *concetto di Sé*, inteso come quella dimensione intrapersonale e diacronica dell'identità, si esprime attraverso il modo in cui le persone articolano continuità e cambiamento nelle proprie biografie. I risultati dei vari studi hanno mostrato trasversalmente come la sfera alimentare agisca nella vita degli individui come struttura di coerenza narrativa, collegando temporalità diverse e offrendo un senso di stabilità nelle transizioni esistenziali e migratorie. Anche nei casi in cui il cibo diventa segno di discontinuità, è proprio attraverso la sua manipolazione, reinterpretazione o ibridazione, nelle ricette reinventate dalle famiglie, nella scelta di luoghi che evocano l'Italia per le donne migranti, o nella riproduzione collettiva di piatti che avevano valore nel proprio paese d'origine, che si rinnova la possibilità di narrare una continuità di Sé. In questi passaggi, il cibo fornisce la grammatica attraverso cui la biografia può essere riscritta, integrando differenze, trasformazioni e nuovi significati, talvolta apparentemente ambivalenti, in una trama però coerente che tiene insieme ciò che cambia e ciò che resta.

La *rappresentazione di Sé* corrisponde invece alla dimensione interpersonale e situazionale dell'identità, quella che orienta la presenza del soggetto nel mondo e nelle relazioni. Attraverso il cibo, le persone mettono in scena, comunicano, performano e negoziano la propria identità, utilizzando la preparazione o la condivisione di un pasto come linguaggio sociale e simbolico. Nei contesti interculturali vissuti e osservati da chi scrive, il cibo si è rivelato essere un mezzo di

riconoscimento: nelle passeggiate realizzate in Cile, ad esempio, la condivisione del background culturale rendeva visibile come le partecipanti performassero la propria italianità attraverso il racconto e la selezione dei luoghi del cibo (forni a legna, ristoranti con scritte in italiano, piatti "autentici" preparati per ricordare sapori lontani ecc.) quasi a riaffermare la continuità di un'appartenenza; nelle famiglie migranti, lo stesso processo emergeva nei momenti in cui l'offerta di un piatto tipico diventava gesto di apertura e riconoscimento, una forma di racconto silenzioso della propria storia e delle proprie origini e, più in generale, di chi si è ora; infine anche nel contesto comunitario la performance identitaria si manifestava tanto nelle cucine quanto negli eventi pubblici dove l'offerta di un determinato cibo, o il modo in cui veniva narrato, costituivano pratiche di visibilità e di orgoglio culturale. Si evince quindi come il Sé alimentare possa manifestarsi anche come un'identità performata, che cerca e trova il proprio spazio di espressione.

L'identità tipizzata si colloca nel livello intra- e intergruppo della costruzione identitaria, dove il cibo agisce come marcatore sociale e categoriale. In questa dimensione, gli individui si riconoscono e vengono riconosciuti attraverso sistemi di classificazione condivisi, che organizzano il mondo in categorie dotate di valore simbolico: ad esempio nel caso alimentare quelle che sono le categorie ad esempio di "tipico, autentico, locale, italiano, etnico, industriale" ecc. Queste etichette rimandano a più profonde strutture di senso che veicolano le identità. Il modo in cui si mangia (nonché e soprattutto il significato che viene socialmente attribuito a quel modo), diventa linguaggio sociale, una forma di categorizzazione identitaria che consente di collocarsi e di essere collocati dagli altri nel sistema dei riferimenti condivisi, utile quindi a riconoscersi e farsi conoscere. I dati emersi dagli studi presentati mostrano come tali categorie non siano mai neutre: in alcuni casi, vengono addirittura interiorizzate come segni di orgoglio e di appartenenza; in altri, vengono manipolate per affermare differenze o per resistere a processi di omologazione culturale. Ad esempio, si ricordano le parole di una delle donne italiane incontrate in Cile che rivendicava con fierezza di "mangiare italiano" e di considerare la cucina italiana come "la migliore". Quella dichiarazione, espressa davanti a me, interlocutrice che condivideva la medesima origine geografica, assumeva una chiara valenza identitaria come atto di richiesta di riconoscimento, e riaffermazione personale dell'identità nazionale, mediata proprio dal cibo. Nelle famiglie migranti intervistate, lo stesso processo si manifestava attraverso, ad esempio, la cura nel mantenere separati i piatti del Paese d'origine da quelli italiani: preservare la "purezza tradizionale" delle ricette è in linea con il tentativo di mettere in atto anche una forma di salvaguardia simbolica della propria identità culturale. In tutti questi contesti, la tipizzazione alimentare agisce come dispositivo di classificazione ma, al tempo stesso, anche di opportunità di agency. Le categorie alimentari, proprio come le etichette identitarie, vengono continuamente manipolate, risignificate e

trasformate dai soggetti, che le utilizzano costantemente per esprimere Sé stessi e ridefinire la propria posizione nel mondo in maniera coerente.
Infine, *la matrice dei ruoli* costituisce la dimensione più contestuale dell'identità, quella in cui le pratiche alimentari si intrecciano con il sistema di aspettative, prescrizioni e repertori di comportamento condivisi nel contesto sociale. Attraverso il cibo si possono definire anche i confini delle responsabilità, delle gerarchie e delle forme di partecipazione all'interno dei gruppi: mangiare, cucinare o servire sono pratiche che mettono in scena ruoli sociali e li rendono visibili, riproducendo modelli di potere e/o di cura. Nei contesti familiari analizzati ad esempio la condivisione delle responsabilità legate alla preparazione e alla gestione del cibo ha favorito, in alcuni casi, un riequilibrio delle funzioni di genere, promuovendo forme più orizzontali di cooperazione domestica e di corresponsabilità all'interno della coppia genitoriale. A livello comunitario, la matrice dei ruoli assume un carattere fortemente trasformativo: la cucina e i piatti tradizionali hanno rappresentato un dispositivo di empowerment che sovverte i ruoli tradizionalmente attribuiti alle donne migranti poiché è stato proprio attraverso la preparazione e la condivisione del cibo che esse hanno potuto transitare da posizioni di invisibilità e dipendenza a ruoli pubblici di riconoscimento e autorevolezza. La matrice dei ruoli applicata alla sfera alimentare mette quindi in luce la capacità del cibo di poter essere anche il luogo per una trasformazione dell'identità sociale più ampia e dei suoi valori di riferimento.

Queste dimensioni individuate non agiscono certo in modo separato come sono state presentate ai soli fini di chiarezza espositiva, ma sono aspetti interdipendenti di un medesimo processo di costruzione identitaria, che avviene senza mai interrompersi. Gli anni di ricerca che hanno dato forma a questo lavoro mi hanno condotta, passo dopo passo, a considerare il cibo come la lente attraverso cui osservare i processi psicologici di costruzione dell'identità. Il confronto con i diversi livelli analizzati ha reso ancor più evidente come le pratiche alimentari sappiano dare coerenza e continuità all'esperienza umana nei casi di migrazione. Tuttavia, il significato di migrazione qui assunto va inteso in senso più ampio come riportato in apertura di questo lavoro, come esperienza quindi di spostamento e di decentramento che attraversa la vita di ogni individuo: le riflessioni maturate trovano infatti risonanza anche nei piccoli movimenti quotidiani che implicano un contatto con l'alterità, che ognuno di noi si trova a compiere quando cambiamo luogo, viaggiamo, scegliamo un cibo diverso o entriamo in un mercato sconosciuto. Ogni variazione alimentare comporta un incontro tra mondi, un adattamento sensoriale e simbolico che interroga chi siamo e come ci riconosciamo. Certamente la migrazione, come condizione esistenziale diffusa, rende questi discorsi più evidenti e

il cibo in quest'esperienza si conferma un luogo in cui gli spostamenti, grandi o piccoli, prendono forma psichica e narrativa, traducendosi in esperienze di identità.

L'intero cammino di ricerca dottorale ha suggerito la possibilità di formulare una proposta teorica in evoluzione capace di comprendere e restituire l'ampiezza e la complessità di tali processi, che propongo a conclusione di questo intero lavoro: il costrutto di Identità Alimentare. Tale idea è stata, in effetti, una presenza costante che ha permeato l'intero lavoro, un costrutto evocato, discusso e progressivamente delineato tra le righe, ma che solo ora a conclusione di questo percorso, si configura come proposta teorica e analitica compiuta. Essa nasce dall'intreccio tra l'esperienza empirica svolta e vissuta, la riflessione teorica maturata e il dialogo scientifico e personale che hanno nutrito questi lunghi anni di dottorato.

L'identità alimentare può essere definita come *un costrutto dinamico ipotetico che comprende un sistema complesso e interconnesso di rappresentazioni di Sé legate al cibo*. L'identità alimentare, nel suo movimento quotidiano, descrive il modo in cui le persone costruiscono, esprimono e trasformano la propria identità attraverso le loro pratiche alimentari e la più generale interazione che hanno con il cibo a livello individuale e/o collettivo. Piuttosto che rappresentare una categoria fissa o caratteristiche individuali permanenti, questo *costrutto dinamico* è influenzato dalle sue interazioni contestuali e, nel caso delle migrazioni, svolge un ruolo in termini di stile di avvicinamento culturale. Si tratta poi di un *costrutto ipotetico* perché non si riferisce ad alcuna essenza stabile, categoria fattuale o caratteristica immutabile degli individui. Questo costrutto considera il contesto come un campo relazionale e situato entro cui esso stesso (l'identità alimentare) prende forma, si negozia e si manifesta. Tale contesto inoltre non è inteso come uno sfondo neutro "contenitore", ma come uno spazio che è costantemente attraversato da norme, aspettative sociali e relazioni di potere che orientano, abilitano o vincolano le pratiche alimentari e i significati ad esse attribuiti. In questo senso, l'identità alimentare emerge come un processo che si costruisce all'intersezione tra soggettività, relazioni e strutture sociali più ampie e le pratiche alimentari diventano anche luoghi di esercizio, riproduzione o talvolta contestazione di rapporti di potere, legati ad esempio a genere, status migratorio, accesso alle risorse e legittimità culturale. Letta quindi in una prospettiva performativa, l'identità alimentare rimanda al lavoro quotidiano attraverso cui le pratiche del mangiare producono continuità, riconoscibilità e senso di appartenenza. Si tratta di un costrutto dinamico anche in senso temporale, in quanto nel corso della vita di una persona, la sua identità alimentare può modularsi in risposta a diversi contesti interattivi (culturali, familiari, gruppali, sociali economici ecc.). L'identità alimentare, inoltre, si muove in relazione al procedere delle fasi della vita e in interazione con gli altri significativi nella vita di ciascuno.

Pur offrendone qui una definizione teorica "statica", la natura del costrutto è al contrario "mobile": si trasforma con il passare del tempo, con il praticare i luoghi, adattandosi alle esperienze e ai legami. Rispetto a questi ultimi, gli altri significativi fungono da riflesso poiché l'identità alimentare non si costruisce in isolamento, ma nella trama delle interazioni quotidiane che attribuiscono senso e valore alle pratiche del mangiare.

Il costrutto di identità alimentare può essere letto attraverso quattro assi analitici interconnessi, che ne restituiscono la natura dinamica, relazionale e situata:

Multidimensionalità. L'identità alimentare è un costrutto multidimensionale, attraversato da elementi eterogenei (cognitivi, emotivi, valoriali, materiali-sensoriali e sociali) che concorrono a configurare l'esperienza alimentare. Tali elementi possono intrecciarsi, sovrapporsi o entrare in tensione tra loro, dando luogo a configurazioni che si articolano in forma contingente e talvolta frammentata o contraddittoria.

Processualità. L'identità alimentare non è un'entità statica, ma un processo in continua evoluzione. Essa si sviluppa nel corso della vita attraverso transizioni, cambiamenti e interazioni, dando luogo a negoziazioni spesso instabili tra stabilità e trasformazione.

Dialogicità. Il cibo può essere inteso come un linguaggio attraverso cui l'identità si esprime e costruisce con gli altri. Offrire, condividere o raccontare il cibo diventa uno spazio dialogico in cui il soggetto può riconoscersi ed essere riconosciuto, ma anche esporsi a forme di disconoscimento, svalutazione o esclusione, in contesti attraversati da asimmetrie di potere e gerarchie culturali.

Contestualità. L'identità alimentare è situata e si costruisce in contesti materiali, simbolici ed ecologici specifici, non neutri, entro cui il cibo viene preparato, consumato e ricordato. Tali contesti sono attraversati da relazioni di potere, norme e disuguaglianze socioculturali che possono orientare le possibilità di accesso e di significazione attribuibili al cibo, legittimando alcune forme di consumo e di memoria e marginalizzandone altre.

Questi assi rendono l'identità alimentare un processo profondamente relazionale, capace di descrivere come le persone e i gruppi, attraverso il cibo, negoziano, in forma situata e contingente, il proprio posizionamento nel mondo. Più che una sintesi chiusa, l'elaborazione di questa proposta analitica multilivello sull'identità alimentare costituisce un tentativo di articolazione concettuale che intende contribuire a rafforzare l'importanza di considerare il cibo come un ambito di analisi a pieno titolo per la psicologia. In questa prospettiva, il modello apre a linee di ricerca future orientate a complessificare la comprensione dei processi identitari, delle pratiche alimentari e delle loro intersezioni con i contesti sociali, culturali e relazionali. Il quadro proposto consente inoltre di dialogare criticamente con alcune categorie psicologiche tradizionalmente studiate in letteratura (quali motivazione, emozioni, percezioni e cognizioni) rileggendone il ruolo nelle scelte alimentari

alla luce delle dinamiche relazionali, contestuali e di potere entro cui tali processi si inscrivono. Collocata in un presente relazionale, l'identità alimentare rimanda all'idea di un soggetto non unitario, processuale, in continuo movimento e poroso, che prende forma attraverso caratteristiche e configurazioni provvisorie tra memoria, esperienza e possibilità. Pur essendo analiticamente concepita come processo dinamico e situato, l'identità alimentare può produrre, come abbiamo visto nell'esperienza empirica, effetti di stabilità e continuità che non vanno confusi con forme di essenzializzazione. Tali effetti non definiscono chi si è in senso definitivo, ma hanno permesso ai partecipanti di riconoscersi e raccontarsi attraverso pratiche familiari e ripetute. In questa prospettiva, il cibo non fissa mai l'identità, ma contribuisce a renderla abitabile, offrendo punti di continuità narrativa e affettiva che coesistono con la sua natura processuale e trasformativa.

Implicazioni teoriche e pratiche

Le riflessioni maturate nel corso di questo lavoro delineano un quadro articolato di implicazioni teoriche e pratiche che attraversano più livelli di analisi. Vengono ora presentate le implicazioni secondo una progressione che rispecchia la struttura della ricerca: si partirà dalle acquisizioni emerse dalla revisione della letteratura, per poi analizzare gli apporti specifici degli studi empirici fino a giungere a un'articolazione finale tra i diversi livelli di analisi.

Revisione di letteratura

Dal punto di vista teorico, la revisione della letteratura ha messo in luce la necessità di riconoscere il dominio alimentare come campo specifico dei processi di incontro culturale. L'analisi ha evidenziato come il cibo sia un elemento dinamico nei percorsi di negoziazione tra tradizione e cambiamento, offrendo una prospettiva capace di superare la contrapposizione normativa tra salute e cultura. Sul piano applicativo, questi risultati sottolineano la necessità di politiche pubbliche e interventi coscienti delle asimmetrie di potere su vari livelli, capaci di sostenere le persone migranti nel preservare e trasformare le proprie pratiche alimentari in modi culturalmente significativi e promotori di benessere nel nuovo contesto di vita. È essenziale, a partire da questi risultati, pensare e sviluppare programmi educativi e di promozione della salute che siano culturalmente sensibili, inclusivi e accessibili, e che prevedano la partecipazione diretta e vincolante delle persone migranti nei processi decisionali, in un'ottica di coprogettazione. Parallelamente, un livello più ampio relativo alle politiche pubbliche dovrebbe garantire un sostegno strutturale alle iniziative alimentari dirette a gruppi e comunità multiculturali, valorizzandone il potenziale come strumenti di coesione sociale e di inclusione interculturale, senza neutralizzare le differenze né subordinare le pratiche minoritarie ai modelli culturali dominanti.

Livello individuale e contributo metodologico

Sul piano teorico, lo studio dedicato alle donne italiane migranti in Cile ha contribuito ad arricchire la comprensione dei *foodscape* come assemblaggi dinamici in cui materialità, affettività e agency di genere si intrecciano. Lo studio ha proposto inoltre una lettura psicosociale delle pratiche alimentari come modalità attraverso cui le persone ridefiniscono Sé stesse nel movimento tra aperture e restrizioni, nello spazio urbano e nell'incontro con l'altro. Dal punto di vista metodologico, l'integrazione del protocollo di *Foodscape Walking* (Arcadu et al., 2025) rappresenta un contributo innovativo che produce una forma specifica di conoscenza all'interno del campo delle analisi qualitative. Sul piano applicativo, il *Foodscape Walking* rappresenta una tecnica situata, flessibile e multisensoriale, utile sia alla ricerca che all'intervento. Nei contesti urbani situati e contestuali, tale approccio potrebbe favorire pratiche riflessive e partecipative che riconnettano le persone ai propri ambienti di vita, dando così spunti interessanti anche a riflessioni in ambito di politiche urbane affinché esse diventino sensibili ad aspetti relativi a questioni di genere e di ecologia alimentare.

Studio familiare

Lo studio familiare ha contribuito ad ampliare la riflessione teorica sulla costruzione dell'identità familiare nei contesti migratori, introducendo le pratiche alimentari come uno spazio per osservare i processi identitari nel campo della psicologia familiare. Il modello proposto consente di leggere l'identità familiare come un campo dinamico in cui ancora una volta il cibo agisce come dispositivo di coesione, trasmissione e regolazione, così come di apertura verso l'ambiente sociale nel nuovo paese. Considerando le implicazioni applicative, i risultati incoraggiano la progettazione di interventi di sostegno alla famiglia e all'inclusione sociale in contesti migratori che riconoscano la dimensione alimentare come una risorsa per l'intervento, prestando attenzione alle asimmetrie interne alle famiglie e a quelle contestuali che ne orientano le possibilità di azione e significazione.

A livello teorico, lo studio quantitativo familiare contribuisce alla letteratura relativa ai costrutti di neofobia alimentare e acculturazione, proponendo il cibo come terreno empirico per osservare i processi di incontro culturale e di negoziazione identitaria nei contesti migratori. Si tratta di uno dei primi tentativi di applicare il costrutto di neofobia alimentare in chiave culturale, connettendolo ai processi migratori e alle dinamiche di acculturazione, andando oltre l'uso più consueto che ne viene fatto in letteratura rispetto agli studi legati alla sostenibilità o alla disponibilità verso nuovi alimenti. Sul piano applicativo, i risultati suggeriscono che le pratiche alimentari potrebbero diventare ottime leve strategiche per l'incontro interculturale. Tali indicazioni rimandano alla più ampia e già menzionata necessità di sviluppare politiche alimentari urbane che siano realmente accoglienti,

attente alle differenze culturali e capaci di valorizzare le dimensioni emotive, simboliche e identitarie del cibo, oltre che di corretto consumo.

Studio di caso di comunità

I risultati del caso di studio offrono contributi teorici significativi per la psicologia, in particolare sociale e di comunità, evidenziando come gli spazi socio-materiali del cibo possano configurarsi come luoghi di partecipazione collettiva, riconoscimento e trasformazione. Il ristorante sociale analizzato costituisce un contesto particolarmente fertile, anche se non esente da tensioni: promuove valori orientati alla crescita, offre ruoli accessibili e significativi per chi li abita, incoraggia il sostegno tra pari e si fonda su una leadership condivisa e cocostruita. Sul piano applicativo, lo studio conferma che le pratiche alimentari collettive hanno il potenziale di costituire spazi di mediazione interculturale e risignificazione identitaria. Tuttavia, emerge anche la necessità di garantire sostegno dal punto di vista istituzionale e politico: in assenza di strutture di supporto, infatti, progetti come Roots rischiano di restare confinati a esperienze temporanee o la cui responsabilità ricade su traiettorie individuali. Accanto al necessario riconoscimento e sostegno istituzionale, risulta altrettanto importante accompagnare le organizzazioni stesse in percorsi di rafforzamento interno, affinché possano sviluppare forme di autonomia, capacità di autogestione e sostenibilità nel tempo.

Sul piano teorico, la proposta del costrutto di identità alimentare rappresenta un contributo innovativo, poiché offre una categoria di costrutto capace di integrare dimensioni cognitive, emotive, materiali-corporee e sociali all'interno di un unico sistema dinamico. La sua formulazione permette di superare la posizione marginale e accessoria che il cibo ha storicamente occupato all'interno dei saperi psicologici, come semplice oggetto indicatore di comportamento, abitudini o problematiche, ricollocandolo invece come dispositivo centrale che connette il soggetto alla propria storia, alle relazioni significative presenti e ai contesti sociali e materiali in cui vive. Sul piano applicativo, il costrutto di identità alimentare apre nuovi possibili scenari per la ricerca e l'intervento psicosociale: pensare l'identità alimentare come una identità situata significa riconoscere che essa è radicata nei gesti, nei sapori, nei luoghi e nelle interazioni che quotidianamente danno forma all'esperienza del Sé. Questa prospettiva consente di accompagnare i processi di trasformazione dell'identità alimentare e di generare condizioni che ne sostengano l'evoluzione, attraverso interventi orientati alla salute del singolo e delle comunità. La promozione della salute si configura così in senso ampio, comprendendo tanto la dimensione sanitaria e nutrizionale quanto quella psicologica e relazionale. Tale costrutto invita così a lavorare con il fine di sviluppare approcci di ricerca integrati e interdisciplinari, capaci di connettere la dimensione soggettiva con quella socio collettiva, affrontando le tensioni, i limiti e le diseguaglianze che attraversano tali livelli, nonché i loro possibili sviluppi nel tempo. Pensare in

termini di identità alimentare significa dunque ampliare il raggio d'azione della psicologia in questo ambito verso una comprensione ancora più ecologica dell'esperienza umana, in cui il benessere e la salute vengono configurate come sistemi di interazioni costanti tra livelli individuali, sociali, relazionali e ambientali.

Limiti e prospettive future

I limiti specifici di ciascun livello di analisi sono già stati discussi all'interno dei rispettivi capitoli dedicati. In questa sede, si propone una riflessione generale sui limiti complessivi che attraversano l'intero percorso di ricerca e sulle direzioni future che esso potrebbe aprire.

In primo luogo, la natura qualitativa e situata di gran parte degli studi presentati, unita alla pluralità di approcci e metodi utilizzati, se da un lato ha permesso di restituire la complessità del fenomeno e la profondità della sua conoscenza, dall'altro pone restrizioni sul piano della generalizzabilità e della comparabilità dei risultati. Gli studi condotti si radicano in contesti specifici e devono dunque essere letti, coerentemente con gli obiettivi prefissati, come esplorazioni situate forti nella loro capacità di produrre conoscenza densa, contestuale e relazionale trasferibili a contesti con caratteristiche similari. In prospettiva futura, sarà pertanto importante ampliare l'indagine a contesti differenti e diversificati, anche attraverso disegni di ricerca comparativi e approcci misti, che possano consentire di valutare la trasferibilità dei risultati e di individuare pattern ricorrenti. In secondo luogo, dal punto di vista metodologico, la molteplicità dei disegni e delle tecniche adottate ha reso possibile un approccio autenticamente ecologico all'esperienza, ma ha richiesto un costante sforzo di integrazione tra dati e tipologie di dati. In particolare, seppur iniziato con il *Foodscape Walking*, resta aperta in questo senso la sfida di mettere a punto protocolli sufficientemente flessibili di ricerca sistematici per l'uso delle tecniche partecipative e sensoriali, così come di approfondire le potenzialità di disegni misti che consentano di cogliere la continuità tra micro-esperienze individuali e processi di costruzione di conoscenza collettivi. In terzo luogo, un ulteriore limite generale degli studi a livello teorico e metodologico riguarda l'assenza di una prospettiva longitudinale estesa: pur avendo integrato, nel caso dello studio comunitario, una comparazione in due tempi, non è stato possibile seguire nel tempo l'evoluzione dei processi identitari osservati nei diversi livelli. Sarebbe particolarmente interessante, in futuro, poter accompagnare i partecipanti lungo un arco temporale più ampio, per comprendere come le configurazioni dell'identità alimentare si trasformino, si consolidino o si ridefiniscano nel corso della biografia e dei cambiamenti. Un ulteriore limite rilevante riguarda l'assenza di una prospettiva intersezionale esplicitamente articolata all'interno del lavoro. Pur avendo coinvolto contesti e gruppi sociali eterogenei per genere, origine, posizione socio-economica e traiettorie migratorie, tali differenze non sono state oggetto di un'analisi sistematica in chiave intersezionale

all'interno del presente lavoro. Di conseguenza, le dinamiche di costruzione dell'identità alimentare sono state lette prevalentemente attraverso una lente trasversale, con il rischio di attenuare il peso delle condizioni strutturali e delle relazioni di potere che attraversano in modo differenziato le esperienze dei soggetti coinvolti. Per i prossimi passi di ricerca futura, sarà fondamentale integrare una prospettiva intersezionale capace di interrogare in modo più approfondito il modo in cui categorie quali genere, classe, origine e appartenenza culturale si intrecciano nei processi di negoziazione identitaria legati alle pratiche alimentari. In quinto luogo, un altro limite riguarda la scalabilità del costrutto di identità alimentare, che necessita decisamente di ulteriori sviluppi per essere operazionalizzato empiricamente, senza però esaurirne il potenziale interpretativo e relazionale: sarebbe molto interessante per il lavoro futuro, testare il costrutto attraverso l'ideazione di nuovi strumenti quantitativi e applicazioni interdisciplinari, per comprenderne la portata in diversi ambiti.
Infine, in una prospettiva più ampia, il percorso di ricerca sollecita una riflessione sul futuro della psicologia stessa. La costruzione del costrutto di identità alimentare, fondata su un intreccio interdisciplinare, mostra come lo studio del cibo possa costituire un terreno fertile di convergenza e contaminazione tra saperi, ma anche un banco di prova epistemologico per la disciplina. In un mondo sempre più complesso e frammentato, la psicologia è chiamata a saper abitare le soglie tra i campi del sapere, a farsi linguaggio di connessione e traduzione, capace di integrare prospettive differenti e di legare processi che attraversano individui, culture e comunità. In questa direzione, le prospettive future di ricerca dovrebbero orientarsi verso forme sempre più interdisciplinari e partecipative, in grado di coniugare la riflessione teorica con l'azione trasformativa che le sfide sociali e ambientali contemporanee richiedono. Ritengo quindi, in conclusione, che i limiti di questa ricerca aprano in realtà molteplici traiettorie di sviluppo, suggerendo la possibilità di continuare a interrogare il legame tra cibo e identità non solo come oggetto di studio, ma come campo di esperienza viva. Un campo in cui la psicologia, con il proprio sapere, debba e possa entrare contribuendo alla costruzione di conoscenze e pratiche orientate alla salute, all'inclusione e alla coesione delle comunità umane.

Ringraziamenti

Scrivere questi ringraziamenti è, più di tutto, un atto di gratitudine profonda. Oggi più che mai ho la convinzione che questa tesi, così vissuta intensamente e con passione, non sarebbe stata possibile senza le persone che, in modi diversi, mi hanno accompagnata e sostenuta. In questi tre anni ho ricevuto così tanto affetto, sostegno e fiducia che sarebbe impossibile nominarvi tutti, e se per caso dovessi dimenticare qualcuno, spero mi perdonerà: il mio pensiero riconoscente arriva comunque a tutti voi, con profonda sincerità. A ciascuna e ciascuno di voi, che siete stati presenza costante o incontro fugace in questi anni, va il mio grazie più autentico: avete reso possibile non solamente il mio lavoro ma anche la persona che sono diventata scrivendolo.

La prima persona che desidero ringraziare è sicuramente la mia mamma, per quella chiacchierata iniziale da cui tutto questo ha preso forma. Forse dovremmo smettere di parlare così tanto, guarda che succede poi… Per la tua tenacia, la tua forza e il tuo sostegno sempre costante, per avermi accompagnata in ogni momento, con presenza e fiducia, grazie!

Grazie anche a te, babbo. So che, se fossi qui con noi, saresti orgoglioso di questo lavoro. Ti piaceva molto cucinare a casa, e so che leggere queste pagine sul cibo ti avrebbe fatto pensare alla tua amata Sardegna. L'ho pensata anche io.

Un ringraziamento speciale va a tutte le persone che hanno partecipato alle mie ricerche. Alle donne che hanno camminato con me nei loro luoghi del cibo, ai genitori che hanno condiviso frammenti della loro quotidianità, e a tutte le persone che fanno parte del mondo di Roots, per la fiducia, il tempo e le storie che mi avete donato. Senza la vostra generosità, questa tesi non avrebbe avuto né voce né sostanza.

Desidero poi iniziare i ringraziamenti "accademici" con il professor Massimo Montanari per aver creduto in me fin dall'inizio, per aver scelto di presentare il mio lavoro a quella mostra e per avermi incoraggiata a proseguire su questa strada. Ha significato tanto.

Parlando di Genova continuo ringraziando il professor Luca Andrighetto, coordinatore del Dottorato in Scienze Sociali, per la disponibilità e l'attenzione con cui ha accompagnato il mio percorso. Un sincero grazie va poi alla professoressa Nadia Rania, per aver creduto in me e per aver guidato il curriculum di dottorato in Migrazioni e Processi Interculturali in questi anni, e al professor Giacomo Zanolin per la continuità, la disponibilità e il supporto dimostrati nel proseguire questo percorso.

Un posto speciale e decisivo in tutto questo cammino lo occupa sicuramente la professoressa Laura Migliorini, non solo mia tutor accademica ma molto di più. Grazie infinitamente prof, per le occasioni che ha creato, per avermi accompagnata con equilibrio e fiducia in questi anni, lasciandomi la piena libertà di sperimentare, di sbagliare e di crescere, restando sempre comunque una guida attenta e

presente, nonostante le difficoltà di questi anni. La sua persona e la sua forza è stata ed è fonte d'ispirazione per me. Ringrazio anche il gruppo di ricerca composto da Paola, Vittoria, Martina e Francesco con cui ho lavorato, imparato e condiviso momenti che sono andati oltre la ricerca in accademia.

Un grazie speciale poi è sicuramente per le mie compagne di dottorato, Martina, Camilla, Valentina e Bukurie, siete state fondamentali. Con voi ho vissuto e scoperto Genova, le lunghe chiamate oltreoceano, i momenti di confronto che hanno reso questo percorso a volte più "leggero" e ricco di significato. Grazie per essermi state accanto e avermi dato la forza in quei momenti in cui sembrava avere senso solo lasciare tutto. Grazie anche a Mariangela, per tutti i caffè condivisi e per quella vicinanza che, ogni volta che tornavo a casa, mi faceva sentire meno sola.

Un ringraziamento profondo va poi ai legami che sono certa che posso ritrovare oltreoceano in futuri momenti della mia vita: avete fatto parte di questa tesi più di quanto possiate immaginare, permettendomi di fare esperienza viva delle parole che ho scritto.

Alla Pontificia Universidad Católica de Valparaíso vanno i miei ringraziamenti più profondi.

Inizio con il ringraziare la professoressa Luisa Castaldi: il tuo legame con l'Italia e con Laura è stato fondamentale, perché senza di voi non sarei potuta arrivare fin lì.
Grazie per la tua presenza, le chiacchiere, le prime traduzioni culturali offerte e per quelle che ancora oggi ci scambiamo, quando i fusi orari ci permettono di allinearci! Sei una presenza preziosa, dentro e fuori l'accademia.

Ringrazio poi la professoressa María Isabel Reyes Espejo, mia co-tutor di tesi: la sua presenza nella mia vita è stata il dono inaspettato di questo dottorato. Ti devo molto, sul piano umano e professionale. I nostri lavori, scritti fianco a fianco, sedute nella stessa stanza, sono per me il segno tangibile di una collaborazione che è anche un legame di affetto e stima reciproca.

Un grazie di cuore va poi a Daniela: come descriverti? Sei stata una presenza essenziale, una certezza quotidiana. Il tuo sguardo e sorriso dolce e spesso risolutivo mi ha aiutata ad andare avanti ogni giorno, con fiducia. Ai miei compagni di dottorato Seba, Sofi, Javi, Valen, Felipe, Cami, José Luis, Carola, Cristian grazie per essere stati la mia "classe speciale". Ricordo il primo giorno, quando timidi ci siamo presentati, e l'ultimo, tra un aperitivo, qualche regalo e alcune lacrime. Spero di riabbracciarvi tutti presto!

E grazie poi a tutti i professori che mi hanno formato attraverso le lezioni e accompagnata durante momenti conviviali: al professor Vicente, che mi ha accolto quel primo venerdì con un abbraccio mostrandomi gli spazi del dottorato; a Manuela, per aver proseguito con cura nella conduzione del dottorato e per il supporto in ogni passaggio; a Marcela, per le parole sempre profonde e per l'invito a casa; a Javi Pavez, per la dolcezza, l'ascolto e l'attenzione che mi hai sempre dedicato; a Carmen

Gloria, tra le prime persone che ho conosciuto, ricordo il sorriso e la marcia dell'8 marzo condivisa insieme; un grazie realmente speciale va poi alla professoressa Paula, per i dialoghi personali sull'Italia e professionali, per avermi portata nel lavoro di campo dei tuoi progetti e fatta sentire a casa condividendo domeniche in famiglia con la pasta fresca; grazie per la possibilità che mi hai dato di imparare da te, te ne sarò sempre grata; alla professoressa Jaqueline, per la gentilezza e la disponibilità costante; a Pablo, per avermi fatto apprezzare (quasi) la statistica; a Verónica e Bruno, per i racconti sull'Italia e i momenti passati insieme; e a Guillermo, per le lezioni e per i momenti conviviali che hanno reso le giornate più leggere. Grazie anche a Roberto e tutti i collaboratori della PUCV, per aver trovato i miei fiori e per i vostri saluti ogni mattina: piccoli gesti che sono stati per me cura e attenzione.

Grazie a tutte le colleghe con le quali ho condiviso momenti di ricerca, discussione e crescita: grazie a te Ketty, con cui ho condiviso giornate di scrittura fianco a fianco, lavorare insieme ai nostri testi è stato qualcosa di unico. Abbiamo raggiunto risultati che ci sembravano insperati, ma che sono diventati realtà, ce l'abbiamo fatta! A tutte le ragazze di "Mujer y PP", Anto, Inka, Javi, Josi, Javi e Vale, grazie per avermi accolta in questo gruppo bellissimo di ricerca e confronto. Ricordo il primo giorno, quando mi sono presentata con un po' di spaesamento: mi avete accolta con naturalezza e calore, e quando mi mancavano le parole, eravate sempre pronte a donarmele, a tradurle e a farmi sentire parte.

Grazie a Celeste con cui ho condiviso esperienze intense di campo, giornate di lavoro e lunghe conversazioni prima di dormire a Valdivia, o durante il nostro viaggio a Putaendo con Sara: quella è stata magia.

E poi ancora: Margarita, cosa dire di te? Sei un altro vero regalo di questo dottorato, un'amica insostituibile. Grazie per la pasta fresca fatta insieme, la visita alla Amerigo Vespucci, le passeggiate, i pranzi, le giornate lunghe di studio sedute una accanto all'altra. Sei la parte "viva" di questo mio lavoro, e sapere che oggi la pasta fresca è il tuo piatto preferito è il segno tangibile più prezioso dei miei sforzi. Marta, grazie anche a te per i momenti condivisi, per le chiacchiere e la complicità tra studentesse in visita da un altro Paese. Antonella, non dimenticherò le nostre pizze con i *rollitos de canel*a, né i giorni passati insieme in casa. Fernando, vederti ogni mattina con i panini preparati da tua moglie era diventata una piccola certezza quotidiana. María (Mía), grazie per la tua fiducia e i racconti condivisi sinceri di confidenze e quotidianità, lontani dal lavoro ma vicini alla vita. Nicholas, grazie per non aver esitato a condividere con me la tua cucina e perfino la friggitrice ad aria: da non avere nulla mi sono ritrovata ad avere più di quanto avessi in Italia.

Grazie anche ai luoghi speciali per me di Viña del Mar (non a caso tutti alimentari), che mi hanno accolta e fatta sentire curata. Al Bakery Lynch e El Pasaje; alla Casa de la Abuela e alla panadería all'angolo con il suo *alfajor* perfetto.
Grazie a tutti coloro che hanno imparato a salutarmi nella mia lingua: quel "Ciao Martina", detto con naturalezza, ha capovolto l'ordine delle cose.
Un grazie speciale va poi al professor Fabio Parasecoli, per quel primo ed emozionante "Benvenuta a New York!". Incontrarti e conoscere da vicino la realtà dei *Food Studies* alla NYU è stato un onore e un'esperienza che porterò sempre con me: ha ampliato il mio sguardo e confermato la passione per questo campo di ricerca. Grazie anche a Elaine, con cui ho condiviso pasti e soprattutto la cucina del Dipartimento di *Food Studies*, un piccolo, grande privilegio che non tutti nella vita possono vantarsi di aver vissuto!
Infine, alla parte più intima della mia vita.
Grazie ad Ilaria e Alessandra, le mie amiche. Siete state la mia bussola in questo lungo cammino: mi avete ricordato, nei momenti di smarrimento, cosa conta davvero e chi sono, aiutandomi a ritrovare la direzione ogni volta che temevo di averla perduta. La vostra presenza è stata la mia casa anche da lontano. Grazie alla mia nuova famiglia allargata, nella mia nuova città di vita, Ferrara. Grazie a Rita, Michele, Giada, Carla e Manes. Condividere i pasti con voi è sempre una testimonianza concreta di come il cibo, e la ricerca che porto avanti, parlino, prima di tutto, di legami e di cura reciproca.
E infine, grazie a te, Luca. Sei compagno, sostegno e amore sincero. Non mi chiedi di essere diversa, mi hai capita, mi accompagni silenziosamente e mi raggiungi, sempre, in qualsiasi parte del mondo.

Appendici

A. Livello di studio individuale

TRACCIA INTERVISTA SEMISTRUTTURATA

1) CIBO E PRATICHE ALIMENTARI:

- Ti piace cucinare? Cosa ti piace di più cucinare? Che valore hanno per te questi piatti o preparazioni? *(cerca di esplorare a cosa si riferiscono, quali significati hanno, cosa ti ricordano)*
- Secondo te, il cibo è importante per l'identità personale o culturale? E lo è per te in quanto italiana?
- Chi si occupa principalmente di fare la spesa e di cucinare a casa?
- (*se cucini tu*) Quanto tempo dedichi/viene dedicato quotidianamente alle attività legate al cibo nella tua famiglia o nella tua vita quotidiana?

MIGRAZIONE

- Pensi che il tuo rapporto con il cibo sia cambiato dopo la migrazione? Se sì, in che modo e come ti fa sentire questo cambiamento?
- (cambio ruolo) È cambiato nel tempo e/o da quando eri in Italia la persona che si occupava principalmente delle questioni relative al cibo? (*per esplorare altri eventuali fattori)* Se c'è stato un cambiamento, a cosa pensi sia dovuto?

2) RUOLO DI GENERE RELATIVO ALLA PRATICA (uso di 3 polarità: sé-altri significativi-società):

- *Sè*: pensi che "l'identificarti con il genere femminile" (*l'essere donna*) influisca sul tuo rapporto con la cucina? Se sì, come?
- *Sè*: hai mai sperimentato pressioni o aspettative legate all'essere donna in relazione al cibo o alla cucina?
- *Altri*: hai mai avuto la sensazione che gli altri dessero per scontato questo rapporto nella tua vita? Se sì, in che modo?
- *Altri*: pensi che l'essere donna influenzi il modo in cui gli altri vedono le tue attività culinarie?
- *Società*: credi che il rapporto che donne e uomini hanno con la cucina sia diverso? Pensi che il modo in cui la società vede le donne influenzi questo rapporto? Se sì, in che modo?
- *Società*: in generale, pensi che nel contesto in cui vivi/la tua comunità ci siano ruoli di genere tradizionali associati alla cucina?

MIGRAZIONE

- Pensando a queste risposte, pensi che la migrazione verso uno di questi livelli abbia in qualche modo influenzato il rapporto tra la tua identità di genere e le pratiche alimentari? (*per esplorare altri eventuali fattori)* E ci sono altri fattori che pensi influenzino le pratiche alimentari?
- Per te, il legame tra il genere e la gestione del cibo è cambiato nel tempo e come conseguenza della migrazione? Perché? Come? (ad esempio, è lo stesso che era per tua madre, tua nonna,...// sarà lo stesso per le tue figlie, etc.)

FINE INTERVISTA STATICA

3) **FOODSCAPES inizio della camminata**

Indicazioni da tenere presente durante la passeggiata:

- Esplora i luoghi significativi scelti e chiedi alle partecipanti di condividere i loro legami con questi luoghi (perché sono stati scelti, cosa trovano, quanto spesso ci vanno, come si sentono lì, ecc.) Osserva l'ambiente e discuti come questi luoghi influenzano le pratiche e le esperienze alimentari dei partecipanti.
- Materialità del luogo: scattare insieme una foto di ciò che le piace di più del luogo.
- Il luogo in movimento: esplora anche il percorso da e verso il luogo, come ci si arriva, con quali mezzi (a piedi, in metropolitana, ecc. e ritorno).
- Ricorda di chiedere/esplorare se la migrazione ha influenzato il modo di fare acquisti, i negozi che frequenta, ecc. e se sì, come

SCHEDA DATI SOCIO-ANAGRAFICI

CODICE INTERVISTATO (a cura dell'intervistatore):

1) Sesso

o M o F o Altro

2) Mi identifico con il genere: _____

3) Età: _____

4) Paese d'origine: Italia

5) Paese di residenza attuale: _____

6) Numero anni in Cile: _____

7) Titolo di studio:

o Licenza elementare/ licenza medie inferiore
o Diploma superiore
o Laurea triennale
o Laurea specialistica/ Laurea magistrale
o Dottorato
o Altro_____

8) Stato Civile:

o Sposato/a
o Divorziato/ a
o Separato/a
o Convivente
o Vedovo/a
o Celibe/Nubile
o Altro_____

9) Motivo spostamento_____

10) Attività lavorativa principale:

o Studente/ssa
o Impiegato/a
o Commerciante
o Casalingo/a
o Insegnante
o Operaio/a
o Libero professionista
o Dirigente
o Agricoltore
o Pensionato
o Disoccupato/a
o Artigiano/a
o Altro_____

11) Figli:

o Sì Numero figli_____
o No

Età figli: n.1___ n.2___ n.3___ n.4___ n.5___

CONSENTIMIENTO INFORMADO DE PARTICIPACIÓN EN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Estimado/a participante,

Mediante la presente, se le solicita su autorización para participar en el proyecto de investigación denominado "El enfoque comunitario en la política social de género: explorando la acción pública y la participación de las mujeres en el Chile actual", enmarcado en el Proyecto FONDECYT regular 1230530 (2023-2025) cuya investigadora responsable es la profesora Dra. María Isabel Reyes Espejo, Escuela de Psicología, perteneciente a la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso.

Dicho Proyecto tiene como objetivo principal analizar cómo se implementa el enfoque comunitario en los programas sociales orientados a avanzar en equidad de género en el país, así como su impacto en las mujeres y comunidades que buscan beneficiar.
En función de lo anterior es pertinente su participación en el estudio, por lo que, mediante la presente, se le solicita su consentimiento informado.

Su participación en este estudio es voluntaria y si Ud. está de acuerdo participará en **entrevistas** con el fin de indagar en su experiencia. Dicha actividad durará aproximadamente una hora, y puede realizarse en una o más sesiones, que tendrán lugar en un lugar acordado mutuamente. Mediante la firma de este documento**,** usted **autoriza al equipo investigador a grabar** del sonido de su voz durante su participación en la(s) entrevistas, así como a **transcribir** posteriormente la(s) sesiones. Autoriza, asimismo, a utilizar estos materiales para el realizar análisis que permitan configurar los resultados de la investigación.

La participación en estas actividades no involucra pago o compensaciones; no obstante, con su colaboración y la de otros participantes contribuirá generar conocimiento relevante para retroalimentar la relación entre políticas y comunidades. Usted podrá acceder a los resultados de la investigación cuando se encuentren disponibles.
Su participación en este estudio no implica ningún riesgo de daño físico ni psicológico para usted, y se tomarán todas las medidas que sean necesarias para garantizar la **salud e integridad física y psíquica** de quienes participen del estudio.

Todos los datos que se recojan, serán estrictamente **anónimos y de carácter privado**. Además, los datos entregados serán absolutamente **confidenciales** y sólo se usarán para los fines científicos de la investigación. El responsable de esto, en calidad de **custodio de los datos**, será la Investigadora Responsable del proyecto, quien tomará todas las medidas necesarias para cautelar el adecuado tratamiento de los datos, el resguardo de la información registrada y la correcta custodia de estos.

La Investigadora Responsable del proyecto y la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso aseguran la **total cobertura de costos** del estudio, por lo que su participación no significará gasto alguno y de igual manera **no involucra pago o beneficio económico**.

COMITE BIOETICA Y BIOSEGURIDAD

Si presenta dudas sobre este proyecto o sobre su participación en él, puede hacer preguntas en cualquier momento de su desarrollo Es importante que usted considere que su participación en este estudio es **completamente libre y voluntaria**, y que tiene derecho a negarse a participar o a dejar inconclusa su participación cuando así lo desee, sin tener que dar explicaciones ni sufrir consecuencia alguna por tal decisión.

Ya que la investigación ha sido certificada en aspectos bioéticos por el Comité de Bioética y Bioseguridad de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, si usted considera que se han vulnerado sus derechos, le pedimos se comunique con el Presidente del Comité al correo bioetica@pucv.cl o al teléfono 032-2273286.

Desde ya le agradecemos su participación.

.....
María Isabel Reyes Espejo
Investigador(a) Responsable

Fecha _____

Yo _____, en base a lo expuesto en el presente documento, acepto voluntariamente participar en el proyecto titulado "El enfoque comunitario en la política social de género: explorando la acción pública y la participación de las mujeres en el Chile actual", cuya Investigadora Responsable es la Profesora María Isabel Reyes Espejo, Escuela de Psicología, de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso.

He sido informado a de los objetivos, alcance y resultados esperados de este estudio y de las características de mi participación. Reconozco que la información que provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y anónima. Además, esta no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio.

He sido informada de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin tener que dar explicaciones ni sufrir consecuencia alguna por tal decisión.

De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar al Presidente del Comité de Bioética y Bioseguridad de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso (bioetica@pucv.cl; 032-2273286).

Entiendo que una copia de este Consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando haya concluido. Para esto, puedo contactar a la Investigadora Responsable del proyecto al correo electrónico maria.reyes@pucv.cl , o al teléfono +56322274711.

_____ Nombre y firma de la participante

_____ María Isabel Reyes Espejo
Investigadora Responsable

B. Livello di studio familiare

Protocollo intervista e scheda sociodemografica - questionario

SEZIONE	TEMA	DOMANDE	NOTE
1. BIOGRAFIA INTERVISTATO (4 domande)			**1Step: presentazione ricerca** **2Step: consenso informato** **3Step: Iniziare intervista e registrazione con cenni personali e presentazione intervista**
		Per iniziare la nostra conversazione vi chiederei di presentarvi come vi presentereste? Cosa fate nella vita?	Domande brevi, rapide per creare contatto ed entrare in sintonia
		Siete in Italia da molto tempo?	
		Qual è stato il motivo dello spostamento?	
		Pensando alla vostra vita, che cosa rappresenta per voi il cibo?	Piano piano incanalare la conversazione sul tema dell'intervista: il cibo. Attenzione a raccogliere la risposta da entrambi i genitori se sono due.
2. PRE MIGRAZIONE – passato (6 domande)			
	Ricordi di tradizioni alimentari		
		Vi sentite legati ai cibi della vostra infanzia? Se sì, perché e in che modo?	
		Veniva data importanze nella vostra famiglia d'origine al cibo?	Introdurre la sezione es. "pensando al passato, a quando viveva in ***"
		Mi potreste liberamente raccontare cosa caratterizzava la vostra tavola, cosa non mancava mai?	
		Chi di solito si occupava di cucinare?	Se questi dati sono già stati comunicati nei punti precedenti, soprassedere e procedere.
		Avete imparato da lui/lei delle ricette tipiche?	Se questi dati sono già stati comunicati nei punti precedenti, soprassedere e procedere o fare riferimento diretto a lui/lei.
	Il piatto tipico		
		Pensi ad un piatto che per lei è caratteristico della sua cultura: secondo lei cosa rende quel piatto proprio un piatto tipico/tradizionale che descrive la sua cultura d'origine?	Agganciandosi se possibile alla domanda precedente. Obiettivo: indagare cosa definisce la tipicità di un piatto secondo l'intervistato
3. TURNING POINT (15 domande)			
	Incontri e confronti		

		Ripensando invece al primo periodo in Italia dopo la migrazione, il cibo come si è inserito nel processo di stabilizzazione in questo nuovo territorio? È servito in qualche modo nel primo periodo di vita qui?	Obiettivo: capire se e quale ruolo ha avuto il cibo (es. connessione con la terra d'origine, evoca ricordi e nostalgia, evoca ricordi e fa ricreare ricette tipiche, scoperta incontro del nuovo territorio, socialità etc.)
		Una volta arrivati in Italia, avete notato qualcosa di diverso rispetto a ingredienti o modalità relative ai pasti che per voi erano scontate o importanti che non avete ritrovato o viceversa cosa avete scoperto di nuovo?	Indagare elementi che si sono persi ed elementi che si sono mantenuti, le differenze percepite relative a ingredienti e pasti.
	Modifiche alle pratiche alimentari		
		Pensate che sia cambiato il vostro modo di mangiare dopo la migrazione? Se sì in che modo e quali sono i principali motivi dei cambiamenti?	
		Pensate che il contesto abbia influito sulle vostre abitudini alimentari? Se sì come?	Indagare ruolo del contesto per loro
		Cucinate solo i piatti della vostra cultura d'origine o sperimentate anche ricette italiane? In che proporzione cucinate cibi tipici del vostro paese e cibi italiani?	Capire se piatti di origine e italiani sono tenuti separati o anche mixati e capire quanto spesso preparano uno o l'altro.
		C'è un piatto tradizionale che avete "italianizzato" (cioè avete aggiunto ingredienti tipicamente italiani a un piatto tradizionale)? O al contrario, avete trasformato un piatto italiano aggiungendo ingredienti/sapori della vostra cucina tradizionale?	Indagare il grado di mixitè attuato
		Quali strategie avete adottato/come fate per mantenere le abitudini e le tradizioni?	Solo se preparano anche cibi del loro paese
		I piatti che rifate qui in Italia, sono uguali o diversi rispetto a quando li facevate/mangiavate nel vostro paese? Se si o no, perché?	Solo se preparano anche cibi del loro paese
		Come vi fa sentire mangiare piatti tipici del vostro paese qui?	Solo se preparano anche cibi del loro paese
		E invece mangiare cibi italiani qui vi fa sentire più "italiani"?	Solo se mangiano anche cibi italiani
	Reperibilità e replicabilità di ingredienti e piatti		
		È cambiata e se sì come la modalità di fare la spesa a seguito della migrazione?	
		Dove andate solitamente a comprare i prodotti alimentari che utilizzate? E chi solitamente va?	Se questi dati sono già stati comunicati nei punti precedenti, soprassedere e procedere.
		Fate fatica a trovare negozi o luoghi forniti che vendano ingredienti che servono alla preparazione dei piatti tipici del vostro Paese? Se sì: questo vi ha fatto avvicinare ad ingredienti italiani?	
		Vi capita di importare o farvi spedire dei cibi o ingredienti tipici direttamente dal vostro paese?	
		Vi è capitato di produrre o coltivare privatamente alcuni ingredienti difficili da reperire nei supermercati locali? Se sì quali e perché è stato così importante farlo secondo voi?	Tema dell'autoproduzione
4. POST MIGRAZIONE – presente (19 domande)			
	Routine e Ruoli nelle pratiche alimentari		Passare ora ai momenti presenti e ai pensieri e azioni attuali "Ok, parlando ora del presente e della vostra famiglia..."
		Di solito mangiate tutti insieme o no? Mi potreste descrivere un po' quel momento?	Lasciare qui libertà per descrivere il momento del pasto, sia se avviene tutti insieme sia da soli. (es. come avviene la preparazione, i tempi, se mangiano tutti lo stesso, come è vissuto se mom. importante o solo per nutrimento...)
		Questo modo cambia in occasione di eventi particolari come festività ad esempio?	
		Considerate il momento del pasto importante a livello familiare?	Cercare di capire quanto per loro è importante e perché/a cosa contribuisce/a cosa serve il pasto a livello familiare per loro.
		Chi cucina di solito nella vostra famiglia? È sempre la stessa persona oppure dipende dai giorni/ dal momento della giornata? Perché solitamente cucina proprio lui/lei?	Se questi dati sono già stati comunicati nei punti precedenti, soprassedere e procedere.
		Quale pasto considerate essere il principale della giornata? Perché?	

	Rapporti intra familiari intergenerazionali		Qui si esplora la relazione con i figli, come vengono gestiti i pasti, volontà di mantenere tradizioni alim., negoziate le pratiche, eventuali conflitti che emergono... Iniziare ad es. con formule di connessione magari al discorso precedente come "Pensando ora proprio ai vostri figli..."
		È importante per voi che i vostri figli conoscano e mantengano le tradizioni della vostra cultura?	Indagare quanto e perché
		C'è un piatto tradizionale che vostro figlio/a apprezza particolarmente o che chiede di cucinarglielo?	
		I vostri figli sono presenti durante la preparazione dei pasti a casa?	Tenere presente l'età dei bambini
		Condividono il vostro stile alimentare o sono influenzati da quello italiano? Cosa pensate rispetto a questo e come vi fa sentire?	Indagare se ci sono le differenze alimentari tra genitori e figli e capire cosa prova il genitore rispetto a queste eventuali differenze
		Capita che questo crei dei conflitti in famiglia? Cosa succede e come li gestite eventualmente?	Tema del conflitto intrafamiliare
		I vostri figli mangiano mai a casa dei loro amici di diversa cultura? Cosa pensate e come vi fa sentire?	
		Immaginando tuo figlio/a da adulto che cosa pensate cucinerà ai suoi figli se ne avrà?	
	Rapporti con la comunità		Passare e orientare lo sguardo dell'intervista ora all'esterno, ai rapporti con la comunità. Es. "E pensando invece ora al ruolo che ha avuto il cibo rispetto agli altri membri della comunità, dei cittadini che avete incontrato una volta qui in Italia..."
		Il cibo ha avuto un qualche ruolo nel farvi avvicinare ai membri della comunità in Italia oppure nell'espandere la vostra rete sociale?	
		Vi siete mai sentiti giudicati o non accettati per le vostre abitudini alimentari? In che occasioni e perché?	C'è stata discriminazione relativa al cibo e usanze alimentari?
		Vi è mai capitato di rinunciare a mangiare cibi tipici del vostro paese o adeguarvi a cibi italiani per integrarvi o per evitare di sentirvi discriminati?	Sono stati adottati comportamenti di adeguamento per non subire quelle discriminazione?
		Vi capita di riunirvi qui con amici del vostro paese e di condividere pasti tipici? Se sì a cosa serve secondo voi condividere proprio il pasto e come vi fanno sentire quei momenti?	Sollecitare il racconto di quei momenti
		Sempre pensando al cibo: in cosa rispetto al cibo vi sentite più stranieri rispetto ad un amico/a qui in Italia? E in cosa invece vi sentite più italiani rispetto ad un amico/a che vive nel paese d'origine?	Capire qual è lo scarto identitario del sentirsi più straniero qui e più italiano rispetto al paese d'origine, parlando in termini di cibo.
		Vi è capitato di invitare qualche italiano durante un pasto? Cosa avete preparato? Perché?	Se non è capitato metterla in forma "Immaginate di invitare un italiano o più a casa vostra, come amici, amici dei vostri figli ecc., cosa cucinereste?"
		Se ci fosse, vi piacerebbe partecipare ad un corso di cucina tipica italiana? E viceversa, vi piacerebbe insegnare ad un corso di cucina per italiani, alcune delle vostre ricette tipiche? Perché?	
5. CONCLUSIONE E SUGGERIMENTI INTERVISTATI (3 domande)			
		Ora, senza pensarci troppo in maniera spontanea, se io vi dico "gusto di casa" cosa vi viene subito in mente?	Molto veloce, la prima cosa che viene in mente, enfasi sulle parole "gusto di casa" DOMANDA SUL GUSTO INTIMO: vedere cosa favorisce il senso di casa dal punto di vista alimentare (una persona che preparava quel piatto, un odore, una situazione particolare, una routine passata...)
		E se vi chiedo invece qual è per voi il piatto tipico ***?	*** indicare verbalmente la loro nazionalità (es. famiglia senegalese inserire "senegalese") DOMANDA SUL GUSTO NAZIONALE: vedere cosa definisce il piatto tipico del loro paese (uno stereotipo, una facilità di reperimento...? Dovrebbe essere lo stesso della sezione "Il piatto tipico"
		Bene, vi ringrazio, la nostra intervista è giunta al termine, c'è qualcosa che non vi ho chiesto o che ho tralasciato e vorreste dire	

SCHEDA DATI SOCIO-ANAGRAFICI E QUESTIONARIO

CODICE INTERVISTATO (a cura dell'intervistatore):

1) **Genere**:
   - o M
   - o F
   - o Altro

2) **Età**: _____

3) **Paese d'origine:** _____

4) **Numero anni in Italia:** _____

5) **Titolo di studio:**

   - o Licenza elementare/ licenza medie inferiore
   - o Licenza media superiore
   - o Laurea triennale
   - o Laurea specialistica/ Laurea magistrale
   - o Dottorato

6) **Stato Civile:**

   - o Sposato/a
   - o Divorziato/ a
   - o Separato/a
   - o Convivente
   - o Vedovo/a
   - o Celibe/Nubile

7) **Ricongiungimento familiare?**

   - o Sì
   - o No

8) **Attività lavorativa principale:**

   - o Studente/ssa
   - o Impiegato/a
   - o Commerciante
   - o Casalingo/a
   - o Insegnante
   - o Operaio/a
   - o Libero professionista
   - o Dirigente
   - o Agricoltore
   - o Pensionato
   - o Disoccupato/a
   - o Artigiano/a
   - o Altro_____

9) **Si definirebbe religiosa/o:**

   - o Sì Qual è la sua religione? _____ Prevede prescrizioni alimentari? Si / No
   - o No

PARTE COMUNE COMPILAZIONE UNA PER LA COPPIA

Figli:

- o Sì Numero figli_____
- o No

Genere figli: N. Maschi_____ N. Femmine_____

Età figli: n.1___ n.2___ n.3___ n.4___ n.5___

Chi vive nella vostra casa? (es. figlio1, figlio2, figlia, nonno, zio, mamma...) _____
_____
_____

Ora ci interessa la sua opinione e le chiediamo di rispondere alle seguenti domande: indichi con una crocetta quanto le frasi proposte la descrivono meglio. Non ci sono risposte giuste o sbagliate!

Quanto pensi ti descrivano le seguenti affermazioni da 1 a 5?
(1 = per niente descrittivo di me; 5 = molto descrittivo di me)

Assaggio sempre cibi nuovi e diversi	1	2	3	4	5
Non mi fido dei cibi nuovi	1	2	3	4	5
Se non so cosa c'è in una pietanza non la provo	1	2	3	4	5
Mi piacciono cibi di diversi paesi	1	2	3	4	5
Il cibo etnico sembra strano	1	2	3	4	5
Durante le feste sarei disposto a provare cibi nuovi	1	2	3	4	5
Ho paura di mangiare cibo mai provato prima	1	2	3	4	5
Per quando riguarda il cibo che mangio mi reputo una persona difficile	1	2	3	4	5
Mangio quasi tutto	1	2	3	4	5
Mi piace provare nuovi ristoranti etnici	1	2	3	4	5

Pensando alla vita in Italia: quanto è difficile o facile per te adattarti ai seguenti aspetti?
(1 = estremamente difficile; 7 = estremamente facile)

Clima (es. temperatura, precipitazioni, umidità)	1	2	3	4	5	6	7
Ambiente naturale (es. piante e animali, inquinamento, paesaggio)	1	2	3	4	5	6	7
Ambiente sociale (es. dimensione della comunità, ritmo di vita, rumore)	1	2	3	4	5	6	7
Vivere (es. igiene, pratiche del sonno, quanto ti senti al sicuro)	1	2	3	4	5	6	7
Aspetti pratici (es. spostarsi, usare i mezzi pubblici, fare acquisti)	1	2	3	4	5	6	7
Cibo e mangiare (es. quale cibo si mangia, come si mangia il cibo, ora dei pasti)	1	2	3	4	5	6	7
Vita familiare (es. quanto sono vicini i membri della famiglia, quanto tempo la famiglia trascorre insieme)	1	2	3	4	5	6	7
Norme sociali (es. come comportarsi in pubblico, stile di abbigliamento, ciò che la gente pensa sia divertente)	1	2	3	4	5	6	7
Valori e credenze (es. ciò che la gente pensa della religione e della politica, ciò che la gente pensa sia giusto o sbagliato)	1	2	3	4	5	6	7
Persone (es. quanto sono amichevoli le persone, quanto sono stressate o rilassate, atteggiamenti verso gli stranieri)	1	2	3	4	5	6	7
Amici (es. fare amicizia, quantità di interazione sociale, cosa fanno le persone per divertirsi e rilassarsi)	1	2	3	4	5	6	7
Lingua (es. imparare la lingua, capire le persone, farsi capire)	1	2	3	4	5	6	7

Pensando ora contemporaneamente al tuo paese d'origine e all'Italia. Quanto secondo te sono simili o diversi rispetto a queste dimensioni?
(1 = estremamente simili; 7 = estremamente diversi)

Clima (es. temperatura, precipitazioni, umidità)	1	2	3	4	5	6	7
Ambiente naturale (es. piante e animali, inquinamento, paesaggio)	1	2	3	4	5	6	7
Ambiente sociale (es. dimensione della comunità, ritmo di vita, rumore)	1	2	3	4	5	6	7
Vivere (es. igiene, pratiche del sonno, quanto ti senti al sicuro)	1	2	3	4	5	6	7
Aspetti pratici (es. spostarsi, usare i mezzi pubblici, fare acquisti)	1	2	3	4	5	6	7
Cibo e mangiare (es. quale cibo si mangia, come si mangia il cibo, ora dei pasti)	1	2	3	4	5	6	7
Vita familiare (es. quanto sono vicini i membri della famiglia, quanto tempo la famiglia trascorre insieme)	1	2	3	4	5	6	7
Norme sociali (es. come comportarsi in pubblico, stile di abbigliamento, ciò che la gente pensa sia divertente)	1	2	3	4	5	6	7
Valori e credenze (es. ciò che la gente pensa della religione e della politica, ciò che la gente pensa sia giusto o sbagliato)	1	2	3	4	5	6	7
Persone (es. quanto sono amichevoli le persone, quanto sono stressate o rilassate, atteggiamenti verso gli stranieri)	1	2	3	4	5	6	7
Amici (es. fare amicizia, quantità di interazione sociale, cosa fanno le persone per divertirsi e rilassarsi)	1	2	3	4	5	6	7
Lingua (es. imparare la lingua, capire le persone, farsi capire)	1	2	3	4	5	6	7

Nelle ultime due settimane quanto ti sei sentito/a
(1 = mai; 7 = sempre)

Entusiasta di essere in Italia?	1	2	3	4	5	6	7
Fuori posto, come se non ti "sentissi dentro" la cultura italiana?	1	2	3	4	5	6	7
Triste di essere lontano/a dal tuo paese d'origine?	1	2	3	4	5	6	7
Nervoso/a per come comportarsi in determinate situazioni?	1	2	3	4	5	6	7
Solo/a senza la famiglia e gli amici del tuo paese d'origine intorno a te?	1	2	3	4	5	6	7
Nostalgico/a pensando al tuo paese d'origine?	1	2	3	4	5	6	7
Frustrato/a dalle difficoltà di adattamento all'Italia?	1	2	3	4	5	6	7
Felice della tua vita quotidiana in Italia?	1	2	3	4	5	6	7

Quanto sei d'accordo con le seguenti frasi?
(1 = fortemente in disaccordo; 7 = fortemente d'accordo)

È importante avere amici del mio paese d'origine	1	2	3	4	5	6	7
È importante prendere parte alle tradizioni del mio paese d'origine	1	2	3	4	5	6	7
È importante mantenere le caratteristiche del mio paese d'origine	1	2	3	4	5	6	7
È importante fare le cose come le fanno le persone del mio paese d'origine	1	2	3	4	5	6	7
È importante avere amici italiani	1	2	3	4	5	6	7
È importante prendere parte alle tradizioni italiane	1	2	3	4	5	6	7
È importante sviluppare le mie caratteristiche italiane	1	2	3	4	5	6	7
È importante fare le cose come le fanno le persone italiane	1	2	3	4	5	6	7

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI GENOVA
Comitato Etico per la Ricerca di Ateneo (CERA)

Parere N. 2023/55 del Comitato Etico per la Ricerca di Ateneo

Vista la richiesta di parere al Comitato etico per la ricerca di Ateneo pervenuta in data 28/06/2023 dallo sperimentatore principale/responsabile scientifico: prof.ssa Laura Migliorini per il progetto dal titolo: "Famiglie migranti a tavola: un'analisi quali-quantitativa delle narrazioni alimentari genitoriali prima, durante e dopo il viaggio".

Si comunica quanto segue:

il Presidente verificato che le richieste di modifica avanzate dal CERA sono state accolte e apportate, a seguito del mandato a procedere ricevuto dal Comitato nella seduta del 13/07/2023, esprime, per quanto di competenza, parere favorevole per l'attuazione dello studio.

Prof. G. Ridolfi
(Presidente CERA)
(documento firmato digitalmente)

C. Livello di studio comunitario

Intervista semi-strutturata per staff Roots

Introduzione e contesto

- Presentazione della ricerca e del contesto dello studio; Spiegazione dello scopo dell'intervista

Note:

- Firma del **consenso informato** e della **possibilità di interrompere l'intervista** in qualsiasi momento.
- Questione Tu/Lei: definire all'inizio la modalità preferita dal partecipante e seguire
- Ricerca profondità narrativa: condivisione di storie ed esempi concreti, chiedendo di descrivere episodi o situazioni specifiche

Prima di iniziare l'intervista, vorrei darti alcune informazioni sullo studio e sul motivo per cui il tuo contributo è così importante. ***Questo progetto si propone di esplorare il ruolo del cibo nella costruzione dell'identità personale e collettiva e nell'inclusione comunitaria di persone migranti promosso dal progetto Roots.***
Le interviste con persone come te, che lavorano o gestiscono il progetto di Roots, sono fondamentali per comprendere le dinamiche che rendono questo luogo così unico. ***Attraverso le tue esperienze e riflessioni, potremo approfondire come il cibo diventi uno strumento per costruire relazioni e promuovere l'inclusione sia all'interno della comunità migrante sia nel dialogo con la comunità locale di Modena.***
Durante questa conversazione, ti farò alcune domande per raccogliere le tue opinioni, esperienze e prospettive. ***Voglio sottolineare che non ci sono risposte giuste o sbagliate: l'obiettivo è ascoltare e dar voce al tuo punto di vista personale.***
Naturalmente, se durante l'intervista vuoi fare una pausa o interrompere, sei libera di farlo in qualsiasi momento.

ICEBREAKING: Siamo qui nel ristorante, si respira questa attenzione al cibo… se dovessi descrivere l'importanza del cibo a roots come lo descriveresti per come viene percepito?

Area tematica 1: cibo come elemento identitario

1) Come descriveresti il tuo rapporto con il cibo (generale)?
2) In che modo secondo te il tuo rapporto personale con il cibo è in relazione con il tuo lavoro al ristorante Roots?
3) In qualche modo il lavoro a roots ha influenzato le tue pratiche?

Area tematica 2: dinamiche relazionali e comunitarie

4) Che tipo di relazioni hai sviluppato nel contesto del ristorante Roots? Come le descriveresti, che caratteristiche hanno…?
5) Secondo te il cibo ha giocato un ruolo? Mi puoi fare degli esempi?
6) Che relazione hai con la comunità locale frequentando il contesto di lavoro al ristorante Roots?

Area tematica 3: ruolo del ristorante Roots

7) Come descriveresti la sua esperienza al ristorante Roots?
8) Quali **strategie** secondo te utilizza il ristorante per promuovere un dialogo interculturale?
9) Ci sono state invece delle **sfide/episodi critici** che hai incontrato nel confronto interculturale? Se sì, quali? Hai fatto esperienza di un evento dove questo confronto interculturale è stato difficile, critico… che tipo?

Area tematica 4: cambiamenti personali e collettivi

10) Sulla base della tua esperienza, rispetto a quando hai iniziato a lavorare qui, quali sono stati i cambiamenti che hai potuto vedere nella comunità rispetto alla presenza di questo ristorante?
11) Lavorare a Roots ha in qualche modo influito su come tu ti senti come membro della **comunità** in cui vivi? In che modo?

Area tematica 5: Il significato del cibo nel contesto migratorio

12) Secondo te, perché è stato scelto da AIW proprio il cibo come strumento di inclusione e dialogo?

MAPPA ECOLOGICA (solo per 4 ~~Gatekeeper~~)
Consegna per la Creazione della Mappa Ecologica di Roots

L'obiettivo di questo esercizio è comprendere meglio con chi Roots interagisce e come si articolano le sue relazioni nel territorio. Ti chiedo di creare una mappa ecologica per rappresentare le connessioni di Roots con altri attori e organizzazioni.

Come fare la mappa ecologica:

Posiziona Roots al centro
Identifica gli attori con cui Roots interagisce, Pensa a tutte le persone, gruppi, associazioni e istituzioni con cui Roots ha rapporti.
Disegna un cerchio per ciascun attore attorno a Roots. La dimensione del cerchio dovrebbe riflettere la frequenza o l'importanza della relazione:
Cerchi grandi = Attori con cui c'è una relazione forte e frequente.
Cerchi piccoli = Attori con cui c'è un'interazione meno frequente.

Collega Roots agli attori
Disegna delle linee per rappresentare il tipo di relazione tra Roots e ciascun attore:
Linea continua → Relazione forte e positiva.
Linea tratteggiata → Relazione esistente, più debole ma comunque positiva.
Linea a zig-zag → Relazione difficile o problematica.

Osserva e Rifletti

Dopo aver completato la mappa, possiamo discuterla insieme:
Ci sono relazioni chiave che emergono?
Ci sono attori mancanti che potrebbero essere coinvolti?
Ci sono connessioni da rafforzare?
Non esiste un modo giusto o sbagliato di fare questa mappa, l'importante è che rifletta la tua percezione di come Roots si connette con il territorio. Se preferisci, possiamo costruirla insieme discutendo i vari elementi.

Conclusione

13) C'è qualcosa che vorrebbe aggiungere o approfondire riguardo alla sua esperienza?

Grazie mille per il tempo che mi hai dedicato e per aver condiviso le tue esperienze. Quello che hai raccontato è davvero prezioso e sarà molto utile. Se ti viene in mente qualcosa che vorresti aggiungere o approfondire dopo l'intervista, non esitare a scrivermi o contattarmi.

Scheda Dati Sociodemografica – Staff di Roots

INTERVISTA NUMERO:

1. Informazioni Generali

- **Età:** ____ anni
- **Genere:**
  - ☐ Donna
  - ☐ Uomo
  - ☐ Non binario / Altro (specificare: _____)
  - ☐ Preferisco non rispondere
- **Nazionalità:** _____
- **Luogo di nascita:** _____
- **Anno di arrivo in Italia (se applicabile):** ____
- **Luogo di residenza attuale:** _____

2. Percorso Formativo e Professionale

- **Titolo di studio:**
  - ☐ Nessun titolo
  - ☐ Licenza media
  - ☐ Diploma di scuola superiore
  - ☐ Laurea triennale (specificare: _____)
  - ☐ Laurea magistrale (specificare: _____)
  - ☐ Dottorato di ricerca
  - ☐ Altro (specificare: _____)
- **Attuale ruolo in *Roots*** (es. coordinatore, operatore sociale, volontario, responsabile progetto, ecc.): _____
- **Da quanto tempo collabori con *Roots*? (mesi)** _____

Hai esperienza diretta o familiare di migrazione?

- ☐ Sì (specificare: _____)
- ☐ No

Quali lingue parli correntemente?

- ☐ Italiano
- ☐ Spagnolo
- ☐ Inglese
- ☐ Francese
- ☐ Arabo
- ☐ Altre (specificare: _____)

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI GENOVA
Comitato Etico per la Ricerca di Ateneo (CERA)

Parere N. 2025/35 del Comitato Etico per la Ricerca di Ateneo

Vista la richiesta di parere al Comitato etico per la ricerca di Ateneo pervenuta in data 08/01/25 dallo sperimentatore principale/responsabile scientifico: prof.ssa Laura Migliorini per il progetto dal titolo: "Food-Roots. Pratiche di costruzione identitaria e community building attraverso il cibo: Un'analisi di caso.".

Si comunica quanto segue:

il Presidente verificato che le richieste di modifica avanzate dal CERA sono state accolte e apportate, a seguito del mandato a procedere ricevuto dal Comitato nella seduta del 19/02/2025, esprime, per quanto di competenza, parere favorevole per l'attuazione dello studio.

Prof. G. Ridolfi
(Presidente CERA)
(documento firmato digitalmente)

Bibliografia

Abbots, E. J. (2016). Approaches to food and migration. In J. Klein & J. Watson (Eds.), *The handbook of food and anthropology* (pp. 115-132). Bloomsbury Academic.

Abdallah, A., Fletcher, T., & Hannam, K. (2019). Lebanese food, "Lebaneseness" and the Lebanese diaspora in London. *Hospitality & Society, 9*(2), 145–160. https://doi.org/10.1386/hosp.9.2.145_1

Abraído-Lanza, A. F., Echeverría, S. E., & Flórez, K. R. (2016). Latino immigrants, acculturation, and health: Promising new directions in research. *Annual Review of Public Health, 37*(1), 219–236. https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-032315-021545

Abramovic, J., Turner, B., & Hope, C. (2019). Entangled recovery: Refugee encounters in community gardens. *Local Environment, 24*(8), 696–711. https://doi.org/10.1080/13549839.2019.1637832

Ahmed, S. (2007). A phenomenology of whiteness. *Feminist Theory, 8*(2), 149–168. https://doi.org/10.1177/1464700107078139

Aktaş-Polat, S., & Polat, S. (2020). A theoretical analysis of food meaning in anthropology and sociology. *Tourism: An International Interdisciplinary Journal, 68*(3), 278–293.

Al-Sayed, L., & Bieling, C. (2020). Food-related well-being in times of crisis: Conceptual considerations and empirical findings for Syrian refugees in Germany. *Journal of Migration and Health, 1*, Article 100005. https://doi.org/10.1016/j.jmh.2020.100005

Al-Sayed, L., & Bieling, C. (2022). Understanding food-related well-being in a diaspora situation: The psychological and social dimensions. *Journal of Refugee Studies, 35*(1), 551–575. https://doi.org/10.1093/jrs/feab069

Alba, M. (2014). Imaginary maps and urban memory: Elements for the study of territorial identity. *Papers on Social Representations, 23*(2), 125.

Alfadhli, K., & Drury, J. (2018). The role of shared social identity in mutual support among refugees of conflict: An ethnographic study of Syrian refugees in Jordan. *Journal of Community & Applied Social Psychology, 28*(3), 142–155. https://doi.org/10.1002/casp.2346

Alidu, L., & Grunfeld, E. A. (2018). A systematic review of acculturation, obesity and health behaviours among migrants to high-income countries. *Psychology & Health, 33*(6), 724–745. https://doi.org/10.1080/08870446.2017.1398327

Allen, P., & Sachs, C. (2007). Women and food chains: The gendered politics of food. *International Journal of Sociology of Agriculture and Food, 15*(1), 1–23. https://doi.org/10.48416/IJSAF.V15I1.424

Allievi, S. (2018). *Immigrazione: Cambiare tutto*. Laterza.

Allsop, D. B., Chelladurai, J. M., Kimball, E. R., Marks, L. D., & Hendricks, J. J. (2022). Qualitative methods with NVivo software: A practical guide for analyzing qualitative data. *Psych, 4*(2), 142–159. https://doi.org/10.3390/psych4020013

Alvesson, M., & Sandberg, J. (2013). *Constructing research questions: Doing interesting research*. London: Sage Publications.

Amir, T., & Barak-Bianco, A. (2019). Food as a biopower means of control: The use of food in asylum regimes. *American Journal of Law & Medicine, 45*(1), 57–79. https://doi.org/10.1177/0098858819849992

Amore, L., Buchthal, O. V., & Banna, J. C. (2019). Identifying perceived barriers and enablers of healthy eating in college students in Hawai'i: A qualitative study using focus groups. *BMC Nutrition, 5*(1), Article 16. https://doi.org/10.1186/s40795-019-0280-0

Anderson, J. (2004). Talking whilst walking: A geographical archaeology of knowledge. *Area, 36*(3), 254–261. https://doi.org/10.1111/j.0004-0894.2004.00222.x

Appadurai, A. (1996). *Modernity at large: Cultural dimensions of globalization* (Vol. 1). University of Minnesota Press.

Arcadu, M. (2023). Cibo, religione e conflitti: La mensa scolastica come luogo d'incontro. *Mondi Migranti, (3)*, 233–252. 10.3280/MM2023-003013

Arcadu, M., & Migliorini, L. (2024). Building shared identities through food: A qualitative analysis of social representations of typical food during early adolescence. *Food, Culture & Society*, 1–20. https://doi.org/10.1080/15528014.2024.2444143

Arcadu, M., Olcese, M., Rovetta, G., & Migliorini, L. (2024). Bridging cultures through food: A qualitative analysis of food dynamics between Italian host families and Ukrainian refugees. *International Journal of Intercultural Relations, 102*, Article 102048. https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2024.102048

Arcadu, M. (2025). Gender, care and food practices: A critical reflection on traditional roles between activism and resilience. *Exchanges: The Interdisciplinary Research Journal, 12*(2), 62–76. https://doi.org/10.31273/eirj.v12i2.1614

Arcadu, M., Reyes Espejo, M. I., Cazorla Becerra, K. V., & Migliorini, L. (2025). *Foodscape Walking* as a research technique in psychology: exploring migrant identity through food practices in urban contexts. *Qualitative Research in Psychology*, 1–25. https://doi.org/10.1080/14780887.2025.2577474

Arcadu, M., Tubertini, E., Reyes Espejo, M. I., & Migliorini, L. (2025). Identity construction and community building practices through food: A case study. *Behavioral Sciences, 15*(12), Article 1675. https://doi.org/10.3390/bs15121675

Arcadu, M., Reyes-Espejo, M. I., Romoli, V., & Migliorini, L. (2025). Food and eating practices in migration processes: A scoping review. *Appetite, 215*, Article 108248. https://doi.org/10.1016/j.appet.2025.108248

Arcadu, M., Cataldo, R., & Migliorini, L. (2025). Eating away from home: A quantitative analysis of food neophobia (FNS) and satisfaction with food-related life (SWFLS) scales among university students. *Food Quality and Preference, 131*, 105573. https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2025.105573

Arcadu, M., Zanolin, G., & Migliorini, L. (2025). Food identity and migrations: Dynamic processes and local communities. *Il Capitale Culturale: Studies on the Value of Cultural Heritage, (31)*, 461–482. https://doi.org/10.13138/2039-2362/3533

Arcadu, M., Parasecoli, F., & Migliorini, L. (2025). Food practices and migrant families: A dynamic model of psychosocial family identity configuration. *Journal of Consumer Culture*. Manuscript under review.

Arcadu, M., Cáceres Serrano, P., Reyes Espejo, M. I., & Migliorini, L. (2025). Acculturation processes and food neophobia: A quantitative analysis in migrant families. Manuscript under review.

Arcadu, M., Cataldo, R., & Migliorini, L. (2025). Modeling food neophobia and acculturation in migrant families through PLS path modeling. *International Journal of Intercultural Relations*. Manuscript under review.

Archuleta, A., Prost, S., & Dajani, M. (2025). Quality of life among Latino/a adults: Examining the serial mediation of network acculturation, psychological acculturation, social capital, and help-seeking. *Behavioral Sciences, 15*(3), Article 388. https://doi.org/10.3390/bs15030388

Ariolfo, R. (2019). Food, language and identity in the linguistic landscape. *Orillas, 8*, 629–652.

Arksey, H., & O'Malley, L. (2005). Scoping studies: Towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology, 8*(1), 19–32. https://doi.org/10.1080/1364557032000119616

Arriaga, M. A. O. (2023). "Loboko Ya Mama": Homemade recipes of belonging. *Agenda: Empowering Women for Gender Equity, 37*(1), 27–37. https://doi.org/10.1080/10130950.2023.2179410

Ayala, G. X., Baquero, B., & Klinger, S. (2008). A systematic review of the relationship between acculturation and diet among Latinos in the United States: Implications for future research. *Journal of the American Dietetic Association, 108*(8), 1330–1344. https://doi.org/10.1016/j.jada.2008.05.009

Avakian, A. V., & Haber, B. (Eds.). (2005). *From Betty Crocker to feminist food studies: Critical*

perspectives on women and food. University of Massachusetts Press.

Bacallao, M. L., & Smokowski, P. R. (2007). The costs of getting ahead: Mexican family system changes after immigration. *Family Relations, 56*(1), 52–66. https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2007.00439.x

Bajic-Hajdukovic, I. (2013). Food, family, and memory: Belgrade mothers and their migrant children. *Food and Foodways, 21*(1), 46–65. https://doi.org/10.1080/07409710.2013.764787

Ballentyne, S., Drury, J., Barrett, E., & Marsden, S. (2021). Lost in transition: What refugee post-migration experiences tell us about processes of social identity change. *Journal of Community & Applied Social Psychology, 31*(5), 501–514. https://doi.org/10.1002/casp.2532

Balsas, C. J. (2017). The right to walk in cities: A comparative review of Macau, Lisbon and Las Vegas. *International Journal of Law in the Built Environment, 9*(2), 123–142.

Banini, T., & Tabai, K. C. (2023). Between *salubridade* and *saudade*: Food habits of Brazilians living in Italy. *Food, Culture & Society, 26*(2), 459–478. https://doi.org/10.1080/15528014.2021.2012923

Barad, K. (2007). *Meeting the universe halfway: Quantum physics and the entanglement of matter and meaning*. Duke University Press. https://doi.org/10.1215/9780822388128

Barthes, R. (1961). L'alimentazione contemporanea. In G. Marrone (Ed.), *Scritti: Società, testo, comunicazione*. Einaudi.

Bartholini, I., & Pascoal, R. (2021). Il cibo come mezzo per una convivenza ospitale: Gli equilibri fragili del cotto e del crudo fra migranti e popolazione autoctona in un mercato di Palermo. *Mondi Migranti*, 55–71.

Bascuñan-Wiley, N., & Brockway, E. (2023). Making and breaking bread: The promises and pitfalls of migration discourse in food tour television. *Food, Culture & Society*. Advance online publication. https://doi.org/10.1080/15528014.2023.2205295

Bates, C., & Rhys-Taylor, A. (Eds.). (2017). *Walking through social research*. Routledge.

Batis, C., Hernandez-Barrera, L., Barquera, S., Rivera, J. A., & Popkin, B. M. (2011). Food acculturation drives dietary differences among Mexicans, Mexican Americans, and non-Hispanic Whites. *The Journal of Nutrition, 141*(10), 1898–1906. https://doi.org/10.3945/jn.111.141473

Beagan, B. L., & Chapman, G. E. (2012). Meanings of food, eating and health among African Nova Scotians: 'certain things aren't meant for Black folk'. Ethnicity & health, 17(5), 513–529. https://doi.org/10.1080/13557858.2012.661844

Beauregard, J. L., Bates, M., Cogswell, M. E., Nelson, J. M., & Hamner, H. C. (2019). Nutrient content of squeeze pouch foods for infants and toddlers sold in the United States in 2015. *Nutrients, 11*(7), Article 1689. https://doi.org/10.3390/nu11071689

Beebeejaun, Y. (2017). Gender, urban space, and the right to everyday life. Journal of Urban Affairs, 39(3), 323–334. https://doi.org/10.1080/07352166.2016.1255526

Benhabib, S. (2002). *The claims of culture: Equality and diversity in the global era*. Princeton University Press.

Bennett, J. (2010). *Vibrant matter: A political ecology of things*. Duke University Press.

Bentley, A., Parasecoli, F., & Ray, K. (2024). *Practicing food studies*. New York University Press.

Berg, L., Gustafsson, N., Honkaniemi, H., & Juárez, S. (2020). Health risk behaviours among migrants by duration of residence: Protocol for a systematic review and meta-analysis. *BMJ Open, 10*, e038388. https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-038388

Berhe, R., Arora, A., Ekanayake, K., & Agho, K. (2024). Food insecurity and psychological stress among migrants and refugees in high-income countries: Protocol for a systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE, 19*, e0311796. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0311796

Berry, J. W. (1980). Acculturation as varieties of adaptation. In A. M. Padilla (Ed.), *Acculturation: Theory, models and some new findings* (pp. 9–25). Westview Press.

Berry, J. W. (1995). Psychology of acculturation. In N. R. Goldberger & J. B. Veroff (Eds.), *The culture and psychology reader* (pp. 457–488). New York University Press.

Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied Psychology, 46*(1), 5–34. https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.1997.tb01087.x

Berry, J. W., Poortinga, Y. H., Segall, M. H., & Dasen, P. R. (2002). *Cross-cultural psychology: Research and applications* (2nd ed.). Cambridge University Press.

Birman, D., & Bray, E. (2017). Immigration, migration, and community psychology. In M. A. Bond, I. Serrano-García, & C. B. Keys (Eds.), *APA handbook of community psychology* (Vol. 2, pp. 313–326). American Psychological Association.

Birman, D., Trickett, E. J., & Buchanan, R. M. (2005). A tale of two cities: Replication of a study on the acculturation and adaptation of immigrant adolescents from the former Soviet Union in a different community context. *American Journal of Community Psychology, 35*(3–4), 83–101. https://doi.org/10.1007/s10464-005-1891-y

Bourhis, R. Y., Moïse, L. C., Perreault, S., & Sénécal, S. (1997). Towards an interactive acculturation model: A social psychological approach. *International Journal of Psychology, 32*(6), 369–386. https://doi.org/10.1080/002075997400629

Bourdieu, P. (1984). *Distinction: A social critique of the judgement of taste*. Harvard University Press.

Bowen, L., Ebrahim, S., De Stavola, B., Ness, A., Kinra, S., & Bharathi, A. (2011). Dietary intake and rural–urban migration in India: A cross-sectional study. *PLOS ONE, 6*(6), e14822. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0014822

Bowen, S., Hardison-Moody, A., Oceguera, E. C., & Elliott, S. (2023). Beyond dietary acculturation: How Latina immigrants navigate exclusionary systems to feed their families. *Social Problems*. Advance online publication. https://doi.org/10.1093/socpro/spad013

Braidotti, R. (1994). *Nomadic subjects: Embodiment and sexual difference in contemporary feminist theory*. Columbia University Press.

Braidotti, R. (2011). *Nomadic theory: The portable Rosi Braidotti*. Columbia University Press.

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*(2), 77–101. https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa

Braun, V., & Clarke, V. (2021). One size fits all? What counts as quality practice in (reflexive) thematic analysis? *Qualitative Research in Psychology, 18*(3), 328–352. https://doi.org/10.1080/14780887.2020.1769238

Breakwell, G. M. (1986). Political and attributional responses of the young short-term unemployed. *Political Psychology, 7*(4), 575–586.

Brightwell, M. (2021). "Economia da saudade": Comfort food for London's Brazilian diaspora. In J. Degen & M. Rose (Eds.), *Geographies of comfort* (pp. 137–150). Routledge.

Brillat-Savarin, J.-A. (1994). *The physiology of taste* (A. Drayton, Trans.). Penguin Classics. (Original work published 1825)

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development*. Harvard University Press.

Bronfenbrenner, U. (1986). Recent advances in research on the ecology of human development. In R. K. Silbereisen, K. Eyferth, & G. Rudinger (Eds.), *Development as action in context: Problem behavior and normal youth development* (pp. 287–309). Springer.

Brubaker, R. (2017). Between nationalism and civilizationism: The European populist moment in comparative perspective. *Ethnic and Racial Studies, 40*(8), 1191–1226. https://doi.org/10.1080/01419870.2017.1294700

Bruner, J. (1990). Culture and human development: A new look. *Human Development, 33*(6), 344–355. https://doi.org/10.1159/000276535

Bulut, S., Bukhori, B., & Saadati, S. A. (2024). The psychosocial impact of migration on family roles and identity. *Journal of Psychosociological Research in Family and Culture, 2*(2), 11–17.

Burns Alexander, R., Gallant, K. A., Fenton, L., White, C., & Hamilton-Hinch, B. (2020). The go-along interview: A valuable tool for leisure research. *Leisure Sciences, 42*(1), 51–68. https://doi.org/10.1080/01490400.2019.1578708

Büscher, M., & Urry, J. (2009). Mobile methods and the empirical. *European Journal of Social Theory, 12*(1), 99–116. https://doi.org/10.1177/1368431008099642

Butler, J. (1990). *Gender trouble: Feminism and the subversion of identity*. Routledge.

Butler, J. (2004). *Undoing gender*. Routledge.

Calandre, N., & Ribert, E. (2019). Sharing norms and adapting habits: The eating practices of immigrants and immigrants' children from Malian and Moroccan origins in France. *Social Science Information, 58*(1), 141–192. https://doi.org/10.1177/0539018419843408

Calvo, M. (1982). Migration et alimentation. *Social Science Information, 21*(3), 383–446. https://doi.org/10.1177/053901882021003003

Cantera, L. (2010). La fotointervención como técnica de concienciación de la violencia de género. In *Gênero e saúde* (Colección Gênero e Contemporaneidade). EDIPUCRS.

Careri, F. (2019). *Walkscapes: Camminare come pratica estetica*. Einaudi.

Carpiano, R. M. (2009). Come take a walk with me: The "go-along" interview as a novel method for studying the implications of place for health and well-being. *Health & Place, 15*(1), 263–272. https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2008.05.003

Castañeda, P., Cazorla, K., Cuevas, K., & Urquieta, M. (2019). Envejecer en Valparaíso: Memorias urbanas de la población adulta mayor y desafíos para la intervención social. *Rumbos TS: Un espacio crítico para la reflexión en Ciencias Sociales, 19*, 27–40.

Castro, M., & Fabron, G. (2019). Food knowledge and migrant families in Argentina: Collective identity in health. *Anthropology in Action, 26*(3), 35–43. https://doi.org/10.3167/aia.2019.260304

Castro, M., Fabron, G., & Córdova, D. D. (2022). Food networks in migrant families: Mixed methods to analyze the relationship of ingredients and food consumption strategies in Argentina. *Food, Culture & Society, 25*(3), 391–413. https://doi.org/10.1080/15528014.2021.1890889

Cataldo, R., Grassia, M. G., Lauro, C. N., & Marino, M. (2017). Developments in higher-order PLS-PM for the building of a system of composite indicators. *Quality & Quantity, 51*(2), 657–674. https://doi.org/10.1007/s11135-016-0431-1.

Cataldo, R., Grassia, M. G., & Lauro, C. N. (2023). Alternative approaches to higher-order PLS path modeling: A discussion on methodological issues and applications. In *Partial least squares path modeling: Basic concepts, methodological issues and applications* (pp. 229–266). Springer.

Caudwell, J., Choe, J., Dickinson, J. E., Lavrushkina, N., & Littlejohns, R. (2020). "Multicultural lunches": Sharing food in post-Brexit south coast of England. *Annals of Leisure Research, 23*(4), 544–561. https://doi.org/10.1080/11745398.2019.1568892

Cazorla-Becerra, K., Reyes-Espejo, M. I., & Arcadu, M. (2025). Mujeres cuidadoras enfrentadas al movimiento de la ciudad: El caminar como ejercicio de "cuidadanía". *Revista INVI, 40*(113). https://doi.org/10.5354/0718-8358.2025.74858

Ceffa, C. B. (2017). Sensibilità costituzionale e salvaguardia dei valori giuridici interni nella giurisprudenza italiana in tema di diversità religiosa nel contesto della società multiculturale. *Rivista AIC, (4)*, 1–17.

Cesnuityte, V. (2020). The role of family practices in doing family in the context of migration: Case of Lithuania. *Filosofija-Sociologija, 31*(2), 128–138.

Chakshu, N., & Rituparna, C. (2024). Life transition and migration: A scoping review. *Clinical Psychology, Psychotherapy and Counseling*. Advance online publication. https://doi.org/10.17352/cppc.000002

Chapman, G. E., & Beagan, B. L. (2013). Food practices and transnational identities. *Food, Culture & Society, 16*(3), 367–386. https://doi.org/10.2752/175174413X13673466711688

Charmaz, K. (2006). *Constructing grounded theory: A practical guide through qualitative analysis*. Sage.

Charmaz, K., & Belgrave, L. L. (2019). Thinking about data with grounded theory. *Qualitative Inquiry, 25*(8), 743–753. https://doi.org/10.1177/1077800418809455

Chinchilla, I. (2020). *La ciudad de los cuidados*. Los Libros de la Catarata.

Choe, J. Y., & Cho, M. S. (2011). Food neophobia and willingness to try non-traditional foods for Koreans. *Food Quality and Preference, 22*(7), 671–677. https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2011.05.002

Chryssochoou, X. (2006). *Diversità culturali: Psicologia sociale della differenza*. UTET.

Ciliotta-Rubery, A. (2016). Food identity and its impact upon the study abroad experience. *Journal of International Students, 6*(4), 1062–1068.

Cinotto, S. (2013). *The Italian American table: Food, family, and community in New York City*. University of Illinois Press.

Clarebout, A., & Mescoli, E. (2023). Food hospitality and the negotiation of subjectivities through meals in the context of migration: Case studies from Belgium. *Food, Culture & Society*, 1–17. https://doi.org/10.1080/15528014.2023.2278852

Clark, A., & Emmel, N. (2010). Using walking interviews. *Realities, 13*, 1–6.

Cleveland, M., & Xu, C. (2019). Multifaceted acculturation in multiethnic settings. *Journal of Business Research, 103*, 250–260. https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.01.051

Cole, M. (1996). Interacting minds in a life-span perspective: A cultural-historical approach to culture and cognitive development. In D. R. Olson & N. Torrance (Eds.), *The handbook of education and human development* (pp. 59–87). Blackwell.

Colombo, E. (2007). Molto più che stranieri, molto più che italiani: Modi diversi di guardare ai destini dei figli di immigrati in un contesto di crescente globalizzazione. *Mondi Migranti, (1)*, 63–85.

Colombo, E., & Semi, G. (Eds.). (2007). *Multiculturalismo quotidiano: Le pratiche della differenza*. FrancoAngeli.

Cook, W. L., & Kenny, D. A. (2005). The actor–partner interdependence model: A model of bidirectional effects in developmental studies. *International Journal of Behavioral Development, 29*(2), 101–109. https://doi.org/10.1080/01650250444000405

Corrales-Øverlid, A. C. (2023). Food as a social weapon: Peruvian immigrant entrepreneurs claiming home, belonging, and distinction in Southern California. *Ethnic and Racial Studies, 46*(15), 3338–3359. https://doi.org/10.1080/01419870.2023.2193244

Counihan, C. M. (1999). *The anthropology of food and body: Gender, meaning and power*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9781315656540

Counihan, C. M., & Kaplan, S. L. (Eds.). (2004). *Food and gender*. Taylor & Francis.

Creamer, E. G. (2018). *An introduction to fully integrated mixed methods research*. Sage. https://doi.org/10.4135/9781071802823

Crenn, C. (2020). *La ronde des mondes: Migrants et aliments en circulation en Afrique et en Europe*. Karthala.

Crenn, C., Hassoun, J.-P., & Medina, F. X. (2010). Introduction: Repenser et réimaginer l'acte alimentaire en situations de migration. *Anthropology of Food, 7*. https://doi.org/10.4000/aof.6672

Cresswell, T. (2006). *On the move: Mobility in the modern Western world*. Routledge.

Cromby, J. (2015). *Feeling bodies: Embodying psychology*. Palgrave Macmillan. https://doi.org/10.1057/9781137380586

D'Antuono, L. F., & Bignami, C. (2012). Perception of typical Ukrainian foods among an Italian population. *Food Quality and Preference, 25*, 1–8. https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2011.12.003

D'Errico, D., & Hunt, N. (2022). Place responsiveness: IPA walking interviews to explore participants' responses to natural disasters. *Qualitative Research in Psychology*. https://doi.org/10.1080/14780887.2019.1604929

Dahl, A., & Galliher, R. V. (2012). The interplay of sexual and religious identity development in LGBTQ adolescents and young adults: A qualitative inquiry. *Identity, 12*(3), 217–246. https://doi.org/10.1080/15283488.2012.691255

Daly, K. (2003). Family theory versus the theories families live by. *Journal of Marriage and Family, 65*(4), 771–784. https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00771.x

Damsbo-Svendsen, M., Frøst, M. B., & Olsen, A. (2017). A review of instruments developed to measure food neophobia. *Appetite*, *113*, 358–367. https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.02.032

Darmon, I., & Warde, A. (2019). Habits and orders of everyday life: Commensal adjustment in Anglo-French couples. *The British Journal of Sociology, 70*(3), 1025–1042. https://doi.org/10.1111/1468-4446.12371

De Certeau, M. (1984). *The practice of everyday life*. University of California Press.

De Guzman, J. A. (2021). Home cooking and identity formation in migrant Filipino families in Hong Kong. *Studies in Ethnicity and Nationalism, 21*(2), 158–171. https://doi.org/10.1111/sena.12348

De Haas, H. (2021). A theory of migration: The aspirations–capabilities framework. *Comparative Migration Studies, 9*(1), Article 8. https://doi.org/10.1186/s40878-020-00210-4

De Haas, H., Castles, S., & Miller, M. J. (2020). *The age of migration: International population movements in the modern world* (6th ed.). Guilford Press.

De Ruggiero, A. (2019). Tra conservazione e integrazione: La cultura alimentare nelle memorie e nella letteratura dei primi immigrati italiani nel Rio Grande do Sul. *Confluenze, 11*(1), 3–21. https://doi.org/10.6092/issn.2036-0967/9546

De Solier, I. (2013). *Food and the self: Consumption, production and material culture*. Bloomsbury.

Debord, G. (1999). *La sociedad del espectáculo y otros textos situacionistas*. Pre-Textos.

Del Campo, C., Bouzas, C., Monserrat-Mesquida, M., & Tur, J. A. (2024). Food neophobias in Spanish adults with overweight or obesity by sex: Their association with sociodemographic factors and the most prevalent chronic diseases. *Foods, 13*, Article 2030. https://doi.org/10.3390/foods13132030

Del Pino-Brunet, N., Hombrados-Mendieta, I., Gómez-Jacinto, L., García-Cid, A., & Millán-Franco, M. (2021). Systematic review of integration and radicalization prevention programs for migrants in the US, Canada, and Europe. *Frontiers in Psychiatry, 12*, Article 606147. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.606147

Deleuze, G., & Guattari, F. (1980). *Mil mesetas: Capitalismo y esquizofrenia* (J. Vázquez Pérez, Trans.). Pre-Textos.

Deleuze, G., & Guattari, F. (2006). Sobre capitalismo e desejo. In *A ilha deserta: E outros textos* (pp.

331–343). Iluminuras.

Delormier, T., Frohlich, K. L., & Potvin, L. (2009). Food and eating as social practice: Understanding eating patterns as social phenomena and implications for public health. *Sociology of Health & Illness, 31*(2), 215–228. https://doi.org/10.1111/j.1467-9566.2008.01128.x

Demes, K., & Geeraert, N. (2014). Measures matter: Scale for adaptation, cultural distance, and acculturation orientation revisited. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 45*(1), 91–109. https://doi.org/10.1177/0022022113487590

Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (Eds.). (2011). *The SAGE handbook of qualitative research* (4th ed.). SAGE.

Desjardins, M. (2022). Religious food guidance. *Canadian Food Studies / La Revue canadienne des études sur l'alimentation, 9*(1). https://doi.org/10.15353/cfs-rcea.v9i1.514

DeVault, M. L. (1991). *Feeding the family: The social organization of caring as gendered work*. University of Chicago Press.

Di Masso, A., Santoro Lamelas, V., Vivas i Elias, P., Pradillo-Caimari, C., Aleu-Barnadas, L., Berroeta, H., & Solano-Molina, R. (2025). What is so good about walking interviews? Expanding the geo-indexical virtues of making meaning on the move. *Qualitative Research in Psychology*, 1–20. https://doi.org/10.1080/14780887.2025.2459704

Dinmohamed, S. (2023). Exploring immigrants' experiences through cultural practices and homemaking: The case of Dominican immigrants' food practices. *Ethnic and Racial Studies, 46*(10), 2220–2241. https://doi.org/10.1080/01419870.2023.2165416

Douglas, M. (1972). Deciphering a meal. *Daedalus, 101*(1), 61–81.

Douglas, M. (1975). *Purezza e pericolo: Un'analisi dei concetti di contaminazione e tabù*. Il Mulino.

Dreby, J., Tuñón-Pablos, E., & Lacy, G. (2019). Social class and children's food practices in Mexican migrant households. *Childhood, 26*(4), 540–553. https://doi.org/10.1177/0907568219832640

Dyen, M., & Sirieix, L. (2016). How does a local initiative contribute to social inclusion and promote sustainable food practices? Focus on the example of social cooking workshops. *International Journal of Consumer Studies, 40*(6), 686–694. https://doi.org/10.1111/ijcs.12281

Edensor, T. (2010). Walking in rhythms: Place, regulation, style and the flow of experience. *Visual Studies, 25*(1), 69–79. https://doi.org/10.1080/14725861003606902

Elshahat, S., & Moffat, T. (2020). Dietary practices among Arabic-speaking immigrants and refugees in western societies: A scoping review. *Appetite, 154*, Article 104753. https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.104753

Elshahat, S., Moffat, T., Gagnon, O., Charkatli, L., & Gomes-Szoke, E. D. (2023). The relationship between diet/nutrition and the mental health of immigrants in western societies through a

holistic bio-psycho-socio-cultural lens: A scoping review. *Appetite, 183*, Article 106463. https://doi.org/10.1016/j.appet.2023.106463

Elshahat, S., Moffat, T., Iqbal, B. K., Newbold, K. B., Gagnon, O., Alkhawaldeh, H., Morshed, M., Madani, K., Gehani, M., Zhu, T., Garabedian, L., Belahlou, Y., Curtay, S. A. H., Zhu, I. H.-C., Chan, C., Duzenli, D., Rajapaksege, N., Shafiq, B., & Zaidi, A. (2024). "I thought we would be nourished here": The complexity of nutrition/food and its relationship to mental health among Arab immigrants/refugees in Canada: The CAN-HEAL study. *Appetite, 190*, Article 107226. https://doi.org/10.1016/j.appet.2024.107226

Emmel, N., & Clark, A. (2009). *The methods used in connected lives: Investigating networks, neighbourhoods and communities* (NCRM Working Paper Series No. 06/09). ESRC National Centre for Research Methods. http://eprints.ncrm.ac.uk/800/

Engeström, Y., & Sannino, A. (2021). From mediated actions to heterogeneous coalitions: Four generations of activity-theoretical studies of work and learning. *Mind, Culture, and Activity, 28*(1), 4–23. https://doi.org/10.1080/10749039.2020.1806328

Epp, A. M., & Price, L. L. (2018). Constraints and possibilities in the thrown togetherness of feeding the family. *European Journal of Marketing, 52*(12), 2499–2511. https://doi.org/10.1108/EJM-06-2018-0385

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company.

Esses, V. M., Hamilton, L. K., & Gaucher, D. (2017). The global refugee crisis: Empirical evidence and policy implications for improving public attitudes and facilitating refugee resettlement. *Social Issues and Policy Review, 11*(1), 78–123. https://doi.org/10.1111/sipr.12028

EUROSTAT. (2022). *Migration and migrant population statistics*. https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Migration_and_migrant_population_statistics

Evans, J., & Jones, P. (2011). The walking interview: Methodology, mobility and place. *Applied Geography, 31*(2), 849–858. https://doi.org/10.1016/j.apgeog.2010.09.005

Faccio, E. (2007). *Le identità corporee: Quando l'immagine di sé fa star male*. Giunti.

Falicov, C. J. (2012). Immigrant family processes. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (4th ed., pp. 297–323). Guilford Press.

Ferring D. (2017). The Family in Us: Family History, Family Identity and Self-Reproductive Adaptive Behavior. *Integrative psychological & behavioral science*, *51*(2), 195–204. https://doi.org/10.1007/s12124-017-9383-9

Fiese, B. H. (2006). *Family routines and rituals*. Yale University Press.

Fiese, B. H., & Parke, R. D. (2002). Introduction to the special section on family routines and rituals. *Journal of Family Psychology, 16*(4), 379–380. https://doi.org/10.1037/0893-3200.16.4.379

Fischler, C. (1988). Food, self and identity. *Social Science Information, 27*(2), 275–292. https://doi.org/10.1177/053901888027002005

Fischler, C. (2011). Commensality, society and culture. *Social Science Information, 50*(3–4), 528–548. https://doi.org/10.1177/0539018411413963

Fitzpatrick, J., Gareau, A., Lafontaine, M.-F., & Gaudreau, P. (2016). How to use the actor–partner interdependence model (APIM) to estimate different dyadic patterns in Mplus: A step-by-step tutorial. *The Quantitative Methods for Psychology, 12*(1), 74–86. https://doi.org/10.20982/tqmp.12.1.p074

Fivush, R., Bohanek, J. G., & Duke, M. (2010). The intergenerational self: Subjective perspective and family history. In T. S. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.), *Self-continuity: Individual and collective perspectives* (pp. 131–143). Psychology Press.

Flight, I., Leppard, P., & Cox, D. N. (2003). Food neophobia and associations with cultural diversity and socio-economic status amongst rural and urban Australian adolescents. *Appetite*, *41*(1), 51–59. https://doi.org/10.1016/s0195-6663(03)00039-4

Flippen, C. A., & Parrado, E. A. (2015). Perceived discrimination among Latino immigrants in new destinations: The case of Durham, North Carolina. *Sociological Perspectives, 58*(4), 666–685. https://doi.org/10.1177/0731121415574397

Fontefrancesco, M., Barstow, C., Grazioli, F., Lyons, H., Mattalia, G., Marino, M., McKay, A. E., Sõukand, R., Corvo, P., & Pieroni, A. (2019). Keeping or changing? Two different cultural adaptation strategies in the domestic use of home country food plant and herbal ingredients among Albanian and Moroccan migrants in Northwestern Italy. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine, 15*(1), Article 41. https://doi.org/10.1186/s13002-019-0290-7

Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Structural equation models with unobservable variables and measurement error: Algebra and statistics. *Journal of Marketing Research, 18*(3), 382–388. https://doi.org/10.1177/002224378101800313

Forrest, B. M., & de St. Maurice, G. (Eds.). (2022). *Food in memory and imagination*. Bloomsbury Academic.

Fox, J., & Monette, G. (1992). Generalized collinearity diagnostics. *Journal of the American Statistical Association, 87*(417), 178–183. https://doi.org/10.1080/01621459.1992.10475190

Frankenberg, R. (1993). *White women, race matters: The social construction of whiteness*. University of Minnesota Press.

Fuster, M., & González, E. (2019). Traditional diets in everyday life: Perspectives from Hispanic Caribbean communities in New York City. *Food and Foodways, 27*(4), 316–337. https://doi.org/10.1080/07409710.2019.1673016

Futch, V. A., & Fine, M. (2014). Mapping as a method: History and theoretical commitments. *Qualitative Research in Psychology, 11*(1), 42–59. https://doi.org/10.1080/14780887.2012.719070

Gabaccia, D. R. (2000). *We are what we eat: Ethnic food and the making of Americans*. Harvard University Press.

Galliher, R. V., McLean, K. C., & Syed, M. (2017). An integrated developmental model for studying identity content in context. *Developmental Psychology, 53*(11), 2011–2022. https://doi.org/10.1037/dev0000299

García, A., & Martina, D. (2022). Thinking about food practices and health care from self-care processes in migratory and intercultural contexts. *Revista del Museo de Antropología, 15*(3), 179–192. https://doi.org/10.31048/1852.4826.v15.n3.38113

Garnweidner, L. M., Terragni, L., Pettersen, K. S., & Mosdøl, A. (2012). Perceptions of the host country's food culture among female immigrants from Africa and Asia: Aspects relevant for cultural sensitivity in nutrition communication. *Journal of Nutrition Education and Behavior, 44*(4), 335–342. https://doi.org/10.1016/j.jneb.2011.08.005

Gattino, S., Miglietta, A., & Meneghini, A. M. (2021). Convivenza multiculturale. In C. Arcidiacono, N. De Piccoli, T. Mannarini, & E. Marta (Eds.), *Psicologia di comunità* (Vol. 2: Metodologia, ricerca e intervento, pp. 53–67). FrancoAngeli.

Geertz, C. (1998). La religione come sistema culturale. In C. Geertz, *Interpretazione di culture* (pp. 136–189). Il Mulino.

Gerber, S., & Folta, S. C. (2022). You Are What You Eat… But Do You Eat What You Are? The Role of Identity in Eating Behaviors-A Scoping Review. *Nutrients*, *14*(17), 3456. https://doi.org/10.3390/nu14173456

Gergen, K. J. (1985). The social construction of the person: How is it possible? In K. J. Gergen, *The social construction of the person*. Springer.

Gergen, K. J., & Gergen, M. M. (1991). Toward reflexive methodologies. In F. Steier (Ed.), *Research and reflexivity* (pp. 76–95). Sage.

Gerodetti, N., & Foster, S. (2023). Migrant gardeners, health and wellbeing: Exploring complexity and ambivalence from a UK perspective. *Health Promotion International, 38*(3), daad060. https://doi.org/10.1093/heapro/daad060

Ghimire, N., & Barry, K. (2020). Interrupting the middle: Shifting everyday practices of female Nepalese students in Australia. *Journal of Intercultural Studies, 41*(5), 607–622. https://doi.org/10.1080/07256868.2020.1806804

Giardina, M. D., & Newman, J. I. (2011a). Physical cultural studies and embodied research acts. *Cultural Studies ↔ Critical Methodologies, 11*(6), 523–534. https://doi.org/10.1177/1532708611426107

Giardina, M. D., & Newman, J. I. (2011b). What is this "physical" in physical cultural studies? *Sociology of Sport Journal, 28*(1), 36–63. https://doi.org/10.1123/ssj.28.1.36

Gilbert, P. A., & Khokhar, S. (2008). Changing dietary habits of ethnic groups in Europe and implications for health. *Nutrition Reviews, 66*(4), 203–215. https://doi.org/10.1111/j.1753-4887.2008.00025.x

Gingell, T., Murray, K., Correa-Velez, I., & Gallegos, D. (2022). Determinants of food security among people from refugee backgrounds resettled in high-income countries: A systematic review and thematic synthesis. *PLOS ONE, 17*, e0268830. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0268830

Giuliani, G., & Lombardi-Diop, C. (2013). *Bianco e nero: Storia dell'identità razziale degli italiani*. Le Monnier.

Goffman, E. (1959). The moral career of the mental patient. *Psychiatry, 22*(2), 123–142. https://doi.org/10.1080/00332747.1959.11023166

Gómez, E., Baur, J. W., Hill, E., & Georgiev, S. (2015). Urban parks and psychological sense of community. *Journal of Leisure Research, 47*(3), 388–398.

Gordon, M. (1964). *Assimilation in American life*. Oxford University Press.

Grandi, L. K. (2023). Branding, diplomacy, and inclusion: The role of migrant cuisines in cities' local and international action. *Societies, 13*(7), Article 151. https://doi.org/10.3390/soc13070151

Gray, D. E. (2014). *Doing research in the real world* (3rd ed.). Sage.

Greene, J. (2007). *Mixed methods in social inquiry*. Jossey-Bass.

Gu, C., Warkentin, S., Jansen, E., & Carnell, S. (2022). Acculturation, food-related and general parenting, and body weight in Chinese-American children. *Appetite, 168*, Article 105753. https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105753

Guidetti, M., Carraro, L., Cavazza, N., & Roccato, M. (2018). Validation of the revised Food Neophobia Scale (FNS-R) in the Italian context. *Appetite*, *128*, 95–99. https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.06.004

Gvion, L. (2020). The kitchen as a modernizing space: Palestinian women in Israel. *Journal of Intercultural Studies, 41*(5), 651–665. https://doi.org/10.1080/07256868.2020.1806802

Gyberg, F., Frisén, A., & Syed, M. (2019). "Being stuck between two worlds": Identity configurations of occupational and family identities. *Identity, 19*(4), 330–346. https://doi.org/10.1080/15283488.2019.1681997

Hair, J. F., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2011). PLS-SEM: Indeed a silver bullet. *Journal of Marketing Theory and Practice, 19*(2), 139–152. https://doi.org/10.2753/MTP1069-6679190202

Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2016). *A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM)* (2nd ed.). Sage.

Hamilakis, Y. (2021). Food as affirmative biopolitics at the border: Liminality, eating practices, and migration in the Mediterranean. *World Archaeology, 53*(3), 531–546. https://doi.org/10.1080/00438243.2021.2021980

Haraway, D. (1988). Situated knowledges: The science question in feminism and the privilege of partial perspective. *Feminist Studies, 14*(3), 575–599. https://doi.org/10.2307/3178066

Hardcastle, S., Thøgersen-Ntoumani, C., & Chatzisarantis, N. L. D. (2015). Food choice and nutrition: A social psychological perspective. *Nutrients, 7*, 8712–8715. https://doi.org/10.3390/nu7105424

Harré, R., & Gillett, G. (1994). *The discursive mind*. Sage.

Hawkins, J. L., Mercer, J., Thirlaway, K. J., & Clayton, D. A. (2013). 'Doing' gardening and 'being' at the allotment site: Exploring the benefits of allotment gardening for stress reduction and healthy aging. *Ecopsychology, 5*(2), 110–125.

Hein, J. R., Evans, J., & Jones, P. (2008). Mobile methodologies: Theory, technology and practice. *Geography Compass, 2*(5), 1266–1285. https://doi.org/10.1111/j.1749-8198.2008.00139.x

Helton, J. J., Ju, S., Iwinski, S. J., & Zhang, L. (2023). The effect of adverse childhood experiences on family mealtime frequency: Examining racial and ethnic differences. *Journal of Family Psychology, 37*(6), 796–805. https://doi.org/10.1037/fam0001107

Hesse-Biber, S. N. (2010). *Mixed methods research: Merging theory with practice*. Guilford Press.

Hesse-Biber, S. N., & Piatelli, D. (2012). The feminist practice of holistic reflexivity. In S. N. Hesse-Biber (Ed.), *Handbook of feminist research: Theory and praxis* (2nd ed., pp. 557–582). SAGE Publications. https://doi.org/10.4135/9781483384740.n27

Hogg, M. A., & Turner, J. C. (1987). Intergroup behaviour, self-stereotyping and the salience of social categories. *British Journal of Social Psychology, 26*(4), 325–340. https://doi.org/10.1111/j.2044-8309.1987.tb00795.x

Holmboe-Ottesen, G., & Wandel, M. (2012). Changes in dietary habits after migration and consequences for health: A focus on South Asians in Europe. *Food & Nutrition Research, 56*, Article 18891. https://doi.org/10.3402/fnr.v56i0.18891

Hughes, M. (2019). The social and cultural role of food for Myanmar refugees in regional Australia: Making place and building networks. *Journal of Sociology, 55*(2), 290–305. https://doi.org/10.1177/1440783318781264

Hultin, L., Introna, L. D., Göransson, M. B., & Mähring, M. (2022). Precarity, hospitality, and the becoming of a subject that matters: A study of Syrian refugees in Lebanese tented settlements. *Organization Studies, 43*(5), 669–697. https://doi.org/10.1177/01708406211026115

Hun, N., Urzúa, A., Henríquez, D. T., & López-Espinoza, A. (2022). Effect of ethnic identity on the relationship between acculturation stress and abnormal food behaviors in Colombian migrants in Chile. *Journal of Racial and Ethnic Health Disparities, 9*(2), 413–419. https://doi.org/10.1007/s40615-021-00972-2

Hun, N., Urzúa, A., Leiva-Gutiérrez, J., & López-Espinoza, A. (2022). Calidad de la alimentación y estrategias de aculturación alimentaria en migrantes colombianos residentes en Chile. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética, 26*(3), 230–238.

Iglesias-Véjar, L., Cáceres Rodríguez, P., Llanos Rivera, N., & Basfi-Fer Obregón, K. (2023). Gastronomic fusion experience between Chile and Haiti: A form of cultural integration with the Haitian community resident in Chile. *CUHSO, 33*(1), 300–327. https://doi.org/10.7770/cuhso-v33n1-art629

Inghilleri, P. (2021). Una visione aperta: La psicologia transculturale. *Ricerche di Psicologia, 44*(1), 217–226.

Ingold, T. (2004). Culture on the ground: The world perceived through the feet. *Journal of Material Culture, 9*(3), 315–340. https://doi.org/10.1177/1359183504046896

Ingold, T., & Vergunst, J. L. (Eds.). (2008). *Ways of walking: Ethnography and practice on foot*. Ashgate.

Iradukunda, F., Harper, K. M., Paterno, M. T., & Poudel-Tandukar, K. (2022). Dietary transition among Sub-Saharan African women post-immigration and during pregnancy. *Ethnicity & Health, 27*(6), 1329–1344. https://doi.org/10.1080/13557858.2021.1879027

Israel, B. A., Schulz, A. J., Parker, E. A., & Becker, A. B. (1998). Review of community-based research: Assessing partnership approaches to improve public health. *Annual Review of Public Health, 19*(1), 173–202

ISTAT. (2020). *Rapporto annuale 2020: La situazione del Paese*. https://www.istat.it/produzione-editoriale/rapporto-annuale-2020-la-situazione-del-paese

ISTAT. (2023). *Stranieri residenti e nuovi cittadini: Caratteristiche demografiche e distribuzione territoriale anno 2021*. Istituto Nazionale di Statistica. https://www.istat.it/it/files//2023/03/Statistica-Report_STRANIERI-RESIDENTI.pdf

Jackson, P., Olive, S., & Smith, G. (2009). Myths of the family meal: Re-reading Edwardian life histories. In P. Jackson (Ed.), *Changing families, changing food* (pp. 131–145). Palgrave Macmillan.

James, W. (1890). *The principles of psychology* (Vol. 1). Henry Holt and Company.

Janowski, M. (2012). Introduction: Consuming memories of home in constructing the present and imagining the future. *Food and Foodways, 20*(1), 3–4.

Jetten, J., Haslam, S. A., Iyer, A., & Haslam, C. (2010). Turning to others in times of change: Social identity and coping with stress. In S. Stürmer & M. Snyder (Eds.), *The psychology of prosocial behavior: Group processes, intergroup relations, and helping* (pp. 139–156). Wiley-Blackwell.

Jirón, P., & Imilan, W. (2018). Moviendo los estudios urbanos: La movilidad como objeto de estudio o como enfoque para comprender la ciudad contemporánea. *Quid 16, 10*, 17–36.

Jirón, P., Carrasco, J. A., & Rebolledo, M. (2020). Observing gendered interdependent mobility barriers from an ethnographic and time-use approach. *Transportation Research Part A: Policy and Practice, 140*, 204–214. https://doi.org/10.1016/j.tra.2020.08.018

Johnston, J., & Goodman, M. K. (2015). Spectacular foodscapes: Food celebrities and the politics of lifestyle mediation in an age of inequality. *Food, Culture & Society, 18*(2), 205–222. DOI:10.2752/175174415X14180391604369

Jones, P., Bunce, G., Evans, J., Gibbs, H., & Hein, J. R. (2008). Exploring space and place with walking interviews. *Journal of Research Practice, 4*(2), Article D2.

Jubilado, R. C. (2020). Asian food in Hawaii: The Filipinos and their food in the Big Island. *JATI: Journal of Southeast Asian Studies, 25*(2), 181–200. https://doi.org/10.22452/jati.vol25no2.9

Jung, J. K., & Elwood, S. (2010). Extending the qualitative capabilities of GIS: Computer-aided qualitative GIS. *Transactions in GIS, 14*(1), 63–87.

Kabanen, I. (2023). From Odessa to "Little Odessa": Migration of food and myth. *Open Cultural Studies, 7*(1), 202–212. https://doi.org/10.1515/culture-2022-0188

Kärrholm, M., Johansson, M., Lindelöw, D., & Ferreira, I. A. (2017). Interseriality and different sorts of walking: Suggestions for a relational approach to urban walking. *Mobilities, 12*(1), 20–35.

Kenny, D. A., Kashy, D. A., & Cook, W. L. (2020). *Dyadic data analysis* (2nd ed.). Guilford Press.

Kerkeni, R. (2024). Culinary cartographies: Mapping cultural identity through foodways in Randa Jarrar's *A Map of Home*. *ATRAS Journal, 5*(2). https://doi.org/10.70091/atras/vol05no2.12

Kingsbury, A. J. (2019). Running ethnography: Engaging the culture and landscapes of rural Japan. *Asian Anthropology, 18*(1), 56–68.

Kingsley, J. Y., & Townsend, M. (2006). 'Dig in' to social capital: Community gardens as mechanisms for growing urban social connectedness. *Urban Policy and Research, 24*(4), 525–537. https://doi.org/10.1080/08111140601035200

Knight, C., & Shipman, J. (2020). Food in contemporary migration experiences between Britain and Australia: A duoethnographic exploration. *Food and Foodways, 29*(1), 24–43. https://doi.org/10.1080/07409710.2021.1860328

Kofman, E., Phizacklea, A., Raghuram, P., & Sales, R. (2000). *Gender, migration and welfare in Europe*. Routledge.

Korsmeyer, C. (Ed.). (2007). *The taste culture reader: Experiencing food and drink*. Palgrave Macmillan.

Kreienkamp, J., Bringmann, L., Engler, R., de Jonge, P., & Epstude, K. (2024). The migration experience: A conceptual framework and systematic scoping review of psychological acculturation. *Personality and Social Psychology Review, 28*(1), 81–116. https://doi.org/10.1177/10888683231183479

Kudejira, D. (2021). The role of food in network formation and the social integration of undocumented Zimbabwean migrant farmworkers in the Blouberg–Molemole area of Limpopo, South Africa. *Anthropology Southern Africa, 44*(1), 16–32.

Kühne, O. (2023). Landscape theoretical approaches to the study of foodscapes: A neopragmatic proposal. In O. Kühne & A. Weber (Eds.), *Foodscapes: Theory, history, and current European examples* (pp. 13–27). Springer.

Kumar, S., Quinn, S. C., Kim, K. H., Musa, D., Hilyard, K. M., & Freimuth, V. S. (2012). The social ecological model as a framework for determinants of 2009 H1N1 influenza vaccine uptake in the United States. *Health Education & Behavior, 39*(2), 229–243. https://doi.org/10.1177/1090198111415105

Kusenbach, M. (2003). Street phenomenology: The go-along as ethnographic research tool. *Ethnography, 4*(3), 455–485. https://doi.org/10.1177/146613810343007

Kwiatkowski, M. (2016). Exploratory walks as an example of networking research. *Rocznik Lubuski, 42*(2a), 137–148.

Kwik, J. (2008). Traditional food knowledge: A case study of an immigrant Canadian "foodscape". *Environments, 36*(1), 59–74.

Kwon, D. Y. (2015). What is ethnic food? *Journal of Ethnic Foods, 2*(1), 1–2. https://doi.org/10.1016/j.jef.2015.02.001

Kwon, E., & Adams, T. L. (2022). Feeding the Canadian immigrant family: An intersectional approach to meal preparation among immigrant families in Ontario. *Food, Culture & Society, 25*(3), 371–390. https://doi.org/10.1080/15528014.2021.1890892

Lamberti, G., Aluja, T. B., & Sánchez, G. (2016). The Pathmox approach for PLS path modelling segmentation. *Applied Stochastic Models in Business and Industry, 32*(4), 453–468.

Lauro, C. N., Grassia, M. G., & Cataldo, R. (2018). Model-based composite indicators: New developments in partial least squares path modeling for the building of different types of composite indicators. *Social Indicators Research, 135*(2), 421–455.

Lazarus, S., Seedat, M., & Naidoo, T. (2017). Community building: Challenges of constructing community. In M. A. Bond, I. Serrano-García, C. B. Keys, & M. Shinn (Eds.), *APA handbook of community psychology* (Vol. 2: Methods for community research and action for diverse groups and issues, pp. 215–234). American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/14954-013

Lee, J., & Ingold, T. (2006). Fieldwork on foot: Perceiving, routing, socializing. In S. Coleman & P. Collins (Eds.), *Locating the field: Space, place and context in anthropology* (pp. 67–86). Berg.

Lee, J., & Ingold, T. (2020). Fieldwork on foot: Perceiving, routing, socializing. In S. Coleman & P. Collins (Eds.), *Locating the field* (pp. 67–85). Routledge.

Lee, S. D., Kellow, N. J., Choi, T. S. T., & Huggins, C. E. (2021). Assessment of dietary acculturation in East Asian populations: A scoping review. *Advances in Nutrition, 12*(3), 865–886. https://doi.org/10.1093/advances/nmaa127

Leslie, P., & Broll, J. (2022). Eating, drinking, and swallowing difficulties: The impacts on, and of, religious beliefs. *Geriatrics, 7*(2), Article 41. https://doi.org/10.3390/geriatrics7020041

Lesser, I. A., Gasevic, D., & Lear, S. A. (2014). The association between acculturation and dietary patterns of South Asian immigrants. *PLOS ONE, 9*(2), e88495. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0088495

Levac, D., Colquhoun, H., & O'Brien, K. K. (2010). Scoping studies: Advancing the methodology. *Implementation Science, 5*, Article 69. https://doi.org/10.1186/1748-5908-5-69

Lévi-Strauss, C. (1966). *Il crudo e il cotto*. Il Saggiatore.

Lewin, K. (1935). Psycho-sociological problems of a minority group. *Character & Personality, 3*(2), 175–187.

Lillekroken, D., Bye, A., Halvorsrud, L., Terragni, L., & Debesay, J. (2024). Food for the soul—Older immigrants' food habits and meal preferences after immigration: A systematic literature review. *Journal of Immigrant and Minority Health, 26*(4), 775–805.

Lin, H.-M., Lin Pang, C., & Liao, D.-C. (2020). Home food making, belonging, and identity negotiation in Belgian Taiwanese immigrant women's everyday food practices. *Journal of Ethnic Foods, 7*, Article 29.

Livert, D. (2023). *A psychology of food, cooks, and cooking*. Bloomsbury Academic.

Löhr, K., Weinhardt, M., & Sieber, S. (2020). The "World Café" as a participatory method for collecting qualitative data. *International Journal of Qualitative Methods, 19*, 1–13. https://doi.org/10.1177/1609406920916976

Lonner, W. J. (2013). Cultural competence. In K. D. Keith (Ed.), *The encyclopedia of cross-cultural psychology* (pp. 301–303). Wiley-Blackwell.

Love, A., & Levy, A. (2019). Bridging group divides: A theoretical overview of the "what" and "how" of gateway groups. *Journal of Social Issues, 75*(2), 414–435. https://doi.org/10.1111/josi.12327

Lugosi, P., Allis, T., Ferreira, M., Leite, E. P., Pessoa, A., & Forman, R. (2023). Migrant visibility, agency, and identity work in hospitality enterprises. *Migration and Society, 6*(1), 105–120. https://doi.org/10.3167/ARMS.2023.0601OF1

Lupton, D. (1998). Food, the body and the self. *Journal of Rural Studies, 14*(1), 77–87. DOI:10.1016/S0743-0167(97)00065-X

Mackay, M., Nelson, T., & Perkins, H. C. (2018). Interpretive walks: Advancing the use of mobile methods in the study of entrepreneurial farm tourism settings. *Geographical Research, 56*(2), 167–175. https://doi.org/10.1111/1745-5871.12275

Maguolo, S. (2019). Processes of capitalization of gastronomic culture: The soldiers of the Peruvian gastronomic revolution in Turin. *Confluenze, 11*(1), 123–161. https://doi.org/10.6092/issn.2036-0967/9564

Major-Smith, D., Morgan, J., Emmett, P., Golding, J., & Northstone, K. (2023). Associations between religious/spiritual beliefs and behaviours and dietary patterns: Analysis of the parental generation in a prospective cohort study (ALSPAC) in Southwest England. *Public Health Nutrition, 26*, 2895–2911. https://doi.org/10.1017/S1368980023001866

Malberg Dyg, P., Christensen, S., & Petersen, C. J. (2020). Community gardens and wellbeing amongst vulnerable populations: A thematic review. *Health Promotion International, 35*(4), 790–803. https://doi.org/10.1093/heapro/daz067

Mandelbaum, J., Pérez-Escamilla, R., Sandow, A., Gallego-Pérez, D. F., Lartey, A., & Hromi-Fiedler, A. (2019). Factors influencing dietary practices among Ghanaian residents and Liberians living in a protracted refugee situation in Ghana. *Journal of Nutrition Education and Behavior, 51*(5), 567–577. https://doi.org/10.1016/j.jneb.2018.09.007

Mancini, T. (2010). Psicologia dell'identità. In *Psicologia dell'identità*. Il Mulino.

Mannarini, T., Salvatore, S., & Zucchermaglio, C. (2021). La prospettiva culturale. In C. Arcidiacono, N. De Piccoli, & T. Mannarini (Eds.), *Psicologia di comunità* (Vol. 1: Prospettive e concetti chiave, pp. 60–77). FrancoAngeli.

Mantovani, G. (1998). *L'elefante invisibile: Tra negazione e affermazione delle diversità. Scontri e incontri multiculturali*. Springer.

Mantovani, G. (2007). Dalla psicologia culturale alla prospettiva interculturale. In *Prospettive di psicologia culturale* (pp. 57–76). Il Mulino.

Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist, 41*(9), 954–969. https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.9.954

Margarit, D., León, V., Roessler, P., Torres, A., & Álvarez, I. (2022). Migración, ciudad y mujeres: La movilidad en la vida cotidiana como herramienta de conocimiento. *Rumbos TS, 17*(27), 51–74. https://doi.org/10.51188/rrts.num27.625

Maroufizadeh, S., Hosseini, M., Rahimi Foroushani, A., Omani-Samani, R., & Amini, P. (2018). The relationship between marital satisfaction and depression in infertile couples: An actor–partner interdependence model approach. *BMC Psychiatry, 18*, Article 96.

Mascarello, G., Pinto, A., Rizzoli, V., Tiozzo, B., Crovato, S., & Ravarotto, L. (2020). Ethnic food consumption in Italy: The role of food neophobia and openness to different cultures. *Foods, 9*(2), Article 112. https://doi.org/10.3390/foods9020112

Mauss, M. (1973). Techniques of the body. *Economy and Society, 2*(1), 70–88. https://doi.org/10.1080/03085147300000003

Maxwell, J. A. (2013). *Qualitative research design: An interactive approach* (3rd ed.). Sage.

Maye, D. (2019). 'Smart food city': Conceptual relations between smart city planning, urban food systems and innovation theory. *City, Culture and Society, 16*, 18–24. https://doi.org/10.1016/j.ccs.2017.12.001

McAdams, D. P., & McLean, K. C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science, 22*(3), 233–238. https://doi.org/10.1177/0963721413475622

McAuliffe, M., & Triandafyllidou, A. (Eds.). (2021). *World migration report 2022*. International Organization for Migration.

Mead, G. H. (1934). *Mind, self, and society from the standpoint of a social behaviorist*. University of Chicago Press.

Mead, G. H. (1966). *Mente, sé e società: Dal punto di vista di uno psicologo comportamentista* (R. Tettucci, Trans.; C. W. Morris, Ed.). Barbera.

Meiselman, H., King, S., & Gillette, M. (2010). The demographics of neophobia in a large commercial US sample. *Food Quality and Preference, 21*(7), 893–897.

https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2010.05.009

Mescoli, E. (2014). *Entre recettes du soi et recettes de l'autre: Ethnographie de pratiques culinaires marocaines à Sesto San Giovanni* [Doctoral dissertation]. Université Libre de Bruxelles.

Meunier, D., & Vásquez, C. (2008). On shadowing the hybrid character of actions: A communicational approach. *Communication Methods and Measures, 2*(3), 167–192.

Middleton, J. (2010). Sense and the city: Exploring the embodied geographies of urban walking. *Social & Cultural Geography, 11*(6), 575–596. https://doi.org/10.1080/14649365.2010.497913

Migliorini, L., Rania, N., Tassara, T., & Cardinali, P. (2016). Family routine behaviors and meaningful rituals: A comparison between Italian and migrant couples. *Social Behavior and Personality: An International Journal, 44*(1), 9–18. https://doi.org/10.2224/sbp.2016.44.1.9

Migliorini, L., Castaldi, L., & Rania, N. (2017). Family rituals in the context of migration. In E. Bailey (Ed.), *Rituals: Past, present and future perspectives* (pp. 133–150). Nova Science Publishers.

Mikkelsen, B. E. (2011). Images of foodscapes: Introduction to foodscape studies and their application in the study of healthy eating out-of-home environments. *Perspectives in Public Health, 131*(5), 209–216. https://doi.org/10.1177/1757913911415150

Mininni, G. (2013). *Psicologia culturale discorsiva*. FrancoAngeli.

Mintz, S. W., & Du Bois, C. M. (2002). The anthropology of food and eating. *Annual Review of Anthropology, 31*(1), 99–119. https://www.jstor.org/stable/4132873

Miranda-Nieto, A., & Boccagni, P. (2020). At home in the restaurant: Familiarity, belonging and material culture in Ecuadorian restaurants in Madrid. *Sociology, 54*(5), 1022–1040. https://doi.org/10.1177/0038038520914829

Moles, K. (2008). A walk in thirdspace: Place, methods and walking. *Sociological Research Online, 13*(4), Article 2. https://doi.org/10.5153/sro.1745

Montanari, M. (2002). *Il mondo in cucina: Storia, identità, scambi*. Laterza.

Montanari, M. (2006). *Il cibo come cultura*. Laterza.

Montero, M. (2002). On the construction of reality and truth: Towards an epistemology of community social psychology. *American Journal of Community Psychology, 30*(4), 571–584. https://doi.org/10.1023/A:1015864103005

Morasso, S. G., & Zittoun, T. (2014). The trajectory of food as a symbolic resource for international migrants. *Outlines: Critical Practice Studies, 15*(1), 28–48. https://doi.org/10.7146/ocps.v15i1.15828

Mude, W., & Nyanhanda, T. (2023). Food behaviours and eating habits among Sub-Saharan African migrant mothers of school-aged children in South Australia. *Journal of Migration and Health,*

7, Article 100149. https://doi.org/10.1016/j.jmh.2022.100149

Mycek, M. K., Hardison-Moody, A., Bloom, J. D., Bowen, S., & Elliott, S. (2020). Learning to eat the "right" way: Examining nutrition socialization from the perspective of immigrants and refugees. *Food, Culture & Society, 23*(1), 46–65. https://doi.org/10.1080/15528014.2019.1700681

Myers, M. (2010). "Walk with me, talk with me": The art of conversive wayfinding. *Visual Studies, 25*(1), 59–68. https://doi.org/10.1080/14725861003606894

Nakamura, R. (2020). Food and ethnic identity in the Cham refugee community in Malaysia. *Journal of the Malaysian Branch of the Royal Asiatic Society, 93*, 153–164. https://doi.org/10.1353/ras.2020.0024

Navas, M., Rojas, A. J., García, M., & Pumares, P. (2007). Acculturation strategies and attitudes according to the Relative Acculturation Extended Model (RAEM): The perspectives of natives versus immigrants. *International Journal of Intercultural Relations, 31*(1), 67–86. https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2006.08.002

Nawyn, S. J. (2016). New directions for research on migration in the Global South. *International Journal of Sociology, 46*(2), 163–168. https://doi.org/10.1080/00207659.2016.1197719

Neisser, U. (1988). Five kinds of self-knowledge. *Philosophical Psychology, 1*(1), 35–59. https://doi.org/10.1080/09515088808572924

Noble, H., & Smith, J. (2015). Issues of validity and reliability in qualitative research. *Evidence-Based Nursing, 18*(2), 34–35. https://doi.org/10.1136/eb-2015-102054

Nóżka, M., & Martini, N. (2015). Metody mobilne i wizualne w praktyce badawczej: Zastosowanie fotospaceru w socjologicznych badaniach map mentalnych i zachowań terytorialnych ludzi. *Przegląd Socjologii Jakościowej, 11*(4). http://ruj.uj.edu.pl/xmlui/handle/item/18212

O'Connell, R., & Brannen, J. (2016). *Food, families and work*. Bloomsbury Academic. https://doi.org/10.5040/9781350001817

O'Donohoe, S., Gram, M., Marchant, C., Schänzel, H., & Kastarinen, A. (2021). Healthy and indulgent food consumption practices within grandparent–grandchild identity bundles: A qualitative study of New Zealand and Danish families. *Journal of Family Issues, 42*(12), 2835–2860. https://doi.org/10.1177/0192513X21992391

OECD. (2023). *International migration outlook 2023*. OECD Publishing.

Oishi, S. (2014). Socioecological psychology. *Annual Review of Psychology, 65*, 581–609. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-030413-152156

Oishi, S., & Graham, J. (2010). Social ecology: Lost and found in psychological science. *Perspectives on Psychological Science, 5*(4), 356–377. https://doi.org/10.1177/1745691610374588

Okimoto, T. G. (2014). Toward more interesting research questions: Problematizing theory in social justice. Social Justice Research, 27, 395–411. https://doi.org/10.1007/s11211-014-0215-5

Olabi, A., Najm, N. E. O., Baghdadi, O. K., & Morton, J. M. (2009). Food neophobia levels of Lebanese and American college students. *Food Quality and Preference, 20*(5), 353–362. https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2009.01.005

Onyango, E., Otoadese, D., Mori, K., Chinedu-Asogwa, N., Kiplagat, J., & Jirel, B. (2025). Exploring neighborhood transformations and community gardens to meet the cultural food needs of immigrants and refugees: A scoping review. *Health & Place, 92*, Article 103433. https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2025.103433

Ortiz, S., Ciocoletto, A., Fonseca, M., Casanovas, R., & Valdivia, B. (2021). *Movilidad cotidiana con perspectiva de género: Guía metodológica*. CAF. https://scioteca.caf.com/handle/123456789/1725

Ouzzani, M., Hammady, H., Fedorowicz, Z., & Elmagarmid, A. (2016). Rayyan—a web and mobile app for systematic reviews. *Systematic Reviews, 5*(1), Article 210. https://doi.org/10.1186/s13643-016-0384-4

Palojoki, P., & Tuomi-Gröhn, T. (2001). The complexity of food choices in an everyday context. *International Journal of Consumer Studies, 25*(1), 15–23. https://doi.org/10.1111/j.1470-6431.2001.00140.x

Palutan, G., & Schmidt, D. (2023). Food resignification practices among refugees at the margins of Rome. *Food, Culture & Society*. Advance online publication. https://doi.org/10.1080/15528014.2023.2250134

Parasecoli, F. (2011). Savoring semiotics: Food in intercultural communication. *Social Semiotics, 21*(5), 645–663. https://doi.org/10.1080/10350330.2011.578803

Parasecoli, F. (2014). Food, identity, and cultural reproduction in immigrant communities. *Social Research, 81*(2), 415–439. https://doi.org/10.1353/sor.2014.0015

Parasecoli, F. (2022). *Gastronativism: Food, identity, politics*. Columbia University Press.

Parr, H. (2007). Mental health, nature work, and social inclusion. *Environment and Planning D: Society and Space, 25*(3), 537–561. https://doi.org/10.1068/d67j

Parsons, J. M., Cairns, K., & Johnston, J. (2016). Food and femininity. *Review of Agricultural, Food and Environmental Studies, 97*(2), 273–275. https://doi.org/10.1007/s41130-016-0030-5

Pascali, L. (2006). Two stoves, two refrigerators, due cucine: The Italian immigrant home with two kitchens. *Gender, Place & Culture, 13*(6), 685–695. https://doi.org/10.1080/09663690601019935

Patel, S. G., Tabb, K., & Sue, S. (2017). Diversity, multiculturalism, and inclusion. In M. A. Bond, I. Serrano-García, C. B. Keys, & M. Shinn (Eds.), *APA handbook of community psychology* (Vol. 1, pp. 253–273). American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/14953-012

Patgiri, R. (2022). Community building and exclusion: The role of food in university hostels in New Delhi. *Society, 59*(6), 714–722. https://doi.org/10.1007/s12115-022-00761-5

Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research and evaluation methods* (4th ed.). SAGE.

Pechurina, A. (2020). Researching identities through material possessions: The case of diasporic objects. *Current Sociology, 68*(5), 669–683. https://doi.org/10.1177/0011392120927746

Pennisi, G., Magrefi, F., Michelon, N., Bazzocchi, G., Maia, L., Orsini, F., Sanyé-Mengual, E., & Gianquinto, G. (2020). Promoting education and training in urban agriculture building on international projects at the Research Centre on Urban Environment for Agriculture and Biodiversity. *Acta Horticulturae, 1279*, 45–52. https://doi.org/10.17660/ActaHortic.2020.1279.7

Pérez, P., & Gil, C. (2020). El derecho a la ciudad desde la etnografía feminista: Politizar emociones y resistencias en el espacio urbano. *Revista INVI, 35*(99), 1–33. https://doi.org/10.4067/S0718-83582020000200001

Perkins, D. D., Palmer, N. A., & García-Ramírez, M. (2011). Psychosocial studies of migration and community: Introduction to the special issue. *Psychosocial Intervention, 20*(3), 237–242. https://doi.org/10.5093/in2011v20n3a1

Peters, M., Godfrey, C., McInerney, P., Baldini Soares, C., Khalil, H., & Parker, D. (2017). Chapter 11: Scoping reviews. In *The Joanna Briggs Institute reviewers' manual* (pp. 11.1–11.34). The Joanna Briggs Institute.

Peterson, N. A., & Zimmerman, M. A. (2004). Beyond the individual: Toward a nomological network of organizational empowerment. *American Journal of Community Psychology, 34*(1–2), 129–145. https://doi.org/10.1023/B:AJCP.0000040151.77047.58

Pfefferbaum, R. L., Pfefferbaum, B., Van Horn, R. L., Klomp, R. W., Norris, F. H., & Reissman, D. B. (2013). The communities advancing resilience toolkit (CART): An intervention to build community resilience to disasters. *Journal of Public Health Management and Practice, 19*(3), 250–258. https://doi.org/10.1097/PHH.0b013e318268aed8

Phan, M. M., & Stodolska, M. (2019). What impacts leisure activity and diet among immigrants? Mexican immigrants' leisure participation and food patterns in the Midwestern US. *Leisure Sciences, 43*(5), 494–511.

Phan, M. M., & Stodolska, M. (2020). Food practices, dietary patterns, and leisure among Mexican Americans in the Midwestern United States. *Annals of Leisure Research, 23*(5), 590–607. https://doi.org/10.1080/11745398.2019.1571929

Pink, S., Hubbard, P., O'Neill, M., & Radley, A. (2010). Walking across disciplines: From ethnography to arts practice. *Visual Studies, 25*(1), 1–7. https://doi.org/10.1080/14725861003606670

Pisarevskaya, A., Levy, N., Scholten, P., & Jansen, J. (2020). Mapping migration studies: An empirical analysis of the coming of age of a research field. *Migration Studies, 8*(3), 455–481. https://doi.org/10.1093/migration/mnz031

Pitt, H. (2014). Therapeutic experiences of community gardens: Putting flow in its place. *Health & Place, 27*, 84–91. https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2014.02.006

Pliner, P., & Hobden, K. (1992). Development of a scale to measure the trait of food neophobia in humans. *Appetite, 19*(2), 105–120. https://doi.org/10.1016/0195-6663(92)90014-W

Poeggel, K. (2022). You are where you eat: A theoretical perspective on why identity matters in local food groups. *Frontiers in Sustainable Food Systems, 6*, Article 782556. https://doi.org/10.3389/fsufs.2022.782556

Prato, L., Torregrossa, M., Ramis, Y., Alcaraz, S., & Smith, B. (2021). Assembling the sense of home in emigrant elite athletes: Cultural transitions, narrative and materiality. *Psychology of Sport and Exercise, 55*, Article 101959. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101959

Protassova, E., & Yelenevskaya, M. (2023). Conceptualizing Russian food in emigration: Foodways in culture maintenance and adaptation. *Open Cultural Studies, 7*(1). https://doi.org/10.1515/culture-2022-0186

QSR International. (2014). *NVivo 10 for Windows: Getting started*. https://download.qsrinternational.com/Document/NVivo10/NVivo10-Getting-Started-Guide.pdf

Quinlan, E. (2008). Conspicuous invisibility: Shadowing as a data collection strategy. *Qualitative Inquiry, 14*(8), 1480–1499. https://doi.org/10.1177/1077800408318318

Rabadán, A., & Bernabéu, R. (2021). A systematic review of studies using the food neophobia scale: Conclusions from thirty years of studies. *Food Quality and Preference, 93*, Article 104241. https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2021.104241

Rabikowska, M. (2010). The ritualisation of food, home and national identity among Polish migrants in London. *Social Identities, 16*(3), 377–398. https://doi.org/10.1080/13504630.2010.482432

Radley, A., & Chamberlain, K. (2012). The study of the case: Conceptualising case study research. *Journal of Community & Applied Social Psychology, 22*(5), 390–399. https://doi.org/10.1002/casp.1106

Ranta, R., & Nancheva, N. (2019). Eating banitsa in London: Re-inventing Bulgarian foodways in the context of intra-EU migration. *Appetite, 139*, 67–74. https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.04.006

Ray, K. (2004). *The migrant's table: Meals and memories in Bengali-American households*. Temple University Press.

Razor, S. (2023). Domestication of Russian cuisine in the United States: Wanda L. Frolov's *Katish: Our Russian Cook* (1947). *Open Cultural Studies, 7*(1). https://doi.org/10.1515/culture-2022-0182

Reddy, G., & Dam, R. (2020). Food, culture and identity in multicultural societies: Insights from Singapore. *Appetite, 150*, Article 104633. https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.104633

Riessman, C. K. (2008). *Narrative methods for the human sciences*. SAGE.

Ritchie, J., Lewis, J., Nicholls, C. M., & Ormston, R. (Eds.). (2013). *Qualitative research practice: A guide for social science students and researchers*. SAGE.

Rivera-Navarro, J., Brey, E., & Franco, M. (2020). Immigration and use of public spaces and food stores in a large city: A qualitative study on urban health inequalities. *Journal of Migration and Health, 1*, Article 100019. https://doi.org/10.1016/j.jmh.2020.100019

Rodaway, P. (1994). *Sensuous geographies: Body, sense, and place*. Routledge.

Rojas, A. J., Navas, M., Sayans-Jiménez, P., & Cuadrado, I. (2014). Acculturation preference profiles of Spaniards and Romanian immigrants: The role of prejudice and public and private acculturation areas. *The Journal of Social Psychology, 154*(4), 339–351. https://doi.org/10.1080/00224545.2014.903223

Rose, M., & The Modernist Heroines. (2022). From an aviatrix to a eugenicist: Walking with Manchester's modernist heroines. *Gender, Place & Culture, 29*(9), 1274–1295. https://doi.org/10.1080/0966369X.2021.1956436

Rossi, G. (2011). Quali modelli di integrazione possibile per una società interculturale? In D. Bramanti (Ed.), *Generare luoghi di integrazione* (pp. 15–35). FrancoAngeli.

Rozin, P. (1976). Psychobiological and cultural determinants of food choice. In T. Silverstone (Ed.), *Appetite and food intake: Report of the Dahlem Workshop*. Abakon.

Rozin, P., & Fallon, A. (1980). The psychological categorization of foods and nonfoods: A preliminary taxonomy of food rejections. *Appetite, 1*(3), 193–201. https://doi.org/10.1016/S0195-6663(80)80027-4

Rucks-Ahidiana, Z., & Bierbaum, A. H. (2015). Qualitative spaces: Integrating spatial analysis for a mixed-methods approach. *International Journal of Qualitative Methods, 14*, 92–103. https://doi.org/10.1177/160940691501400208

Rule, N. F., Dring, C. C., & Thornton, T. F. (2022). Meals in the melting pot: Immigration and dietary change in diversifying cities. *Appetite, 168*, Article 105728. https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105728

Russolillo, G. (2012). *Non-metric partial least squares*. Springer.

Saegert, S., & Carpiano, R. M. (2017). Social support and social capital: A theoretical synthesis using community psychology and community sociology approaches. In M. A. Bond, I. Serrano-García, C. B. Keys, & M. Shinn (Eds.), *APA handbook of community psychology: Vol. 1. Theoretical foundations, core concepts, and emerging challenges* (pp. 295–314). American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/14953-014

Salo, C. D., & Birman, D. (2015). Acculturation and Psychological Adjustment of Vietnamese Refugees: An Ecological Acculturation Framework. *American journal of community psychology*, *56*(3-4), 395–407. https://doi.org/10.1007/s10464-015-9760-9

Salvini, A. (1998). *Argomenti di psicologia clinica*. Domeneghini.

Salvini, A. (2006). Note sul concetto psicologico di identità. *Narrare i gruppi. Prospettive cliniche e sociali, 1*(1), 5–15.

Sammells, C. A. (2016). Frosted windows and compartmentalized intimacies: Forging relationships in a Bolivian restaurant in Madrid. *Food and Foodways, 24*(3–4), 213–231. https://doi.org/10.1080/07409710.2016.1210900

Sampson, R., & Gifford, S. M. (2010). Place-making, settlement and well-being: The therapeutic landscapes of recently arrived youth with refugee backgrounds. *Health & Place, 16*(1), 116–131. https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2009.09.004

San Mauro Martín, I., Xu Lou, M. I., Sanz Rojo, S., Arnau Moyano, M., & Garicano Vilar, E. (2021). Food habits of Chinese immigrants in the Community of Madrid. *Journal of International Migration and Integration, 22*(4), 1369–1381. https://doi.org/10.1007/s12134-021-00808-2

Sanchez, G., & Aluja-Banet, T. (2006). Pathmox: A PLS-PM segmentation algorithm. In *Proceedings of KNEMO* (p. 69).

Sanchez, G., Trinchera, L., & Sanchez, M. G. (2013). *plspm: Tools for partial least squares path modeling* (R package).

Sánchez, V., Sanchez-Youngman, S., Dickson, E., Burgess, E., Haozous, E., Trickett, E., & Wallerstein, N. (2021). CBPR implementation framework for community–academic

partnerships. *American Journal of Community Psychology, 67*(3–4), 284–296. https://doi.org/10.1002/ajcp.12506

Sandle, R., Gough, B., Day, K., & Muskett, T. (2024). Making the universe together: Baradian inspirations for the future of qualitative psychology. *Qualitative Research in Psychology*, Advance online publication, 1–28. https://doi.org/10.1080/14780887.2024.2390930

Sanou, D., O'Reilly, E., Ngnie-Teta, I., Batal, M., Mondain, N., Andrew, C., Newbold, B. K., & Bourgeault, I. L. (2014). Acculturation and nutritional health of immigrants in Canada: A scoping review. *Journal of Immigrant and Minority Health, 16*(1), 24–34. https://doi.org/10.1007/s10903-013-9823-7

Satia-Abouta, J., Patterson, R. E., Neuhouser, M. L., & Elder, J. (2002). Dietary acculturation. *Journal of the American Dietetic Association, 102*(8), 1105–1118. https://doi.org/10.1016/S0002-8223(02)90247-6

Satia-Abouta, J. (2010). Dietary acculturation and the nutrition transition: An overview. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism, 35*(2), 219–223. https://doi.org/10.1139/H10-007

Sayadabdi, A., & Howland, P. J. (2021). Foodways, Iranianness, and national identity habitus: The Iranian diaspora in Aotearoa New Zealand. *Food and Foodways, 29*(4), 331–354. https://doi.org/10.1080/07409710.2021.1984577

Sayadabdi, A., & Howland, P. J. (2023). Oppression and empowerment: Domestic foodwork and culinary capital among diasporic Iranian women in Aotearoa/New Zealand. *Gender, Place & Culture, 30*(9), 1220–1239. https://doi.org/10.1080/0966369X.2022.2060941

Scabini, E., & Cigoli, V. (2012). *Il famigliare: Legami, simboli e transizioni*. Raffaello Cortina.

Scagliusi, F. B., Porreca, F. I., Ulian, M. D., de Morais Sato, P., & Unsain, R. F. (2018). Representations of Syrian food by Syrian refugees in the city of São Paulo, Brazil: An ethnographic study. *Appetite, 129*, 236–244. https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.07.014

Schwartz, S. J., Walsh, S. D., Ward, C., Tartakovsky, E., Weisskirch, R. S., Vedder, P., & Psychology of Migration Working Group. (2022). The role of psychologists in international migration research: Complementing other expertise and an interdisciplinary way forward. *Migration Studies, 10*(2), 356–373. https://doi.org/10.1093/migration/mnz054

Senulienė, J. (2021). Historical narrative of American Lithuanian identity and food. *Tautosakos Darbai, 61*, 195–212.

Sheller, M., & Urry, J. (2006). The new mobilities paradigm. *Environment and Planning A, 38*(2), 207–226. https://doi.org/10.1068/a37268

Sigrist, M., & Michaud, M. (2023). Immigrant entrepreneurs' culinary, symbolic, and commercial hybridization of Brazilian food in France. *Food and Foodways*. Advance online publication. https://doi.org/10.1080/07409710.2023.2261723

Simon-Roberts, S. (2025). "I feel like I come home when I come here": Trinbagonian food and identity through the lens of Crown Bakery. *Appetite, 208*, Article 107902. https://doi.org/10.1016/j.appet.2025.107902

Smith, J. L. (2002). *The psychology of food and eating: A fresh approach to theory and method*. Palgrave.

Smith, M., & Harvey, J. (2021). Social eating initiatives and the practices of commensality. *Appetite, 161*, Article 105107. https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105107

Sogari, G., Velez-Argumedo, C., Gómez, M., & Mora, C. (2018). College students and eating habits: A study using an ecological model for healthy behavior. *Nutrients, 10*(12), 1823. https://doi.org/10.3390/nu10121823

Solnit, R. (2001). *Wanderlust: A history of walking*. Penguin Books.

Solsona-Cisternas, D. (2021). Las movilidades como enfoque y sus herramientas metodológicas para el estudio experiencial-espacial de la discapacidad. *QUID 16. Revista del Área de Estudios Urbanos, 15*, 268–286.

Soltani, N. (2021). Dietary practices of Iranian migrant women in the United Kingdom. *Appetite, 162*, Article 105144. https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105144

Sousa, M., Teixeira, C., Souza, J., Costa, P., Zandonadi, R., Botelho, R., Han, H., Raposo, A., Ariza-Montes, A., Araya-Castillo, L., & Akutsu, R. (2021). Evaluation of the Effectiveness of Brazilian Community Restaurants for the Dimension of Low-Income People Access to Food. *Nutrients*, *13*. https://doi.org/10.3390/nu13082671.

Sprague Martinez, L., Araujo Brinkerhoff, C., Conner, B., Troncoso Lama, M., Siqueira, C. E., & Negrón, R. (2022). El sancocho, la bandera y la familia: The social life of food and its implications for Dominican immigrant health and well-being. *Health Promotion Practice, 23*(1), 147–153. https://doi.org/10.1177/1524839920974603

Springgay, S., & Truman, S. E. (2017). A transmaterial approach to walking methodologies: Embodiment, affect, and a sonic art performance. *Body & Society, 23*(4), 27–58. https://doi.org/10.1177/1357034X17732626

Springgay, S., & Truman, S. E. (2019). Walking in/as publics: Editors' introduction. *Journal of Public Pedagogies, 4*.

Stake, R. E. (1995). *The art of case study research*. Sage.

Starck, E., & Matta, R. (2022). More-than-human assemblages and the politics of (food) conviviality:

Cooking, eating, and living together in Germany. *Food, Culture & Society*. Advance online publication. https://doi.org/10.1080/15528014.2022.2160893

Stedman, R. C. (2002). Toward a social psychology of place: Predicting behavior from place-based cognitions, attitude, and identity. *Environment and Behavior, 34*(5), 561–581. https://doi.org/10.1177/0013916502034005001

Steinke, J., Schumann, C., Langan, S., Müller, A., Opola, F., Ortiz-Crespo, B., & Van Etten, J. (2024). Fostering social inclusion in development-oriented digital food system interventions. *Agricultural Systems*. Advance online publication. https://doi.org/10.1016/j.agsy.2024.103882

Stiegler, S. (2020). On doing go-along interviews: Toward sensuous analyses of everyday experiences. *Qualitative Inquiry*. Advance online publication. https://doi.org/10.1177/1077800420918891

Strauss, A., & Corbin, J. (1990). *Basics of qualitative research: Grounded theory procedures and techniques*. Sage.

Sutton, D. (2001). *Remembrance of repasts: An anthropology of food and memory*. Berg.

Sutton, D. (2021). *Bigger fish to fry: A theory of cooking as risk, with Greek examples*. Berghahn Books.

Szymanowski, R. (2016). The mobility turn in the social sciences. In A. Stanisz & W. Kuligowski (Eds.), *Cultures of motorway: Localities through mobility as an anthropological issue* (pp. 183–193). TIPI.

Tagliabue, S., & Lanz, M. (2004). Riflessioni metodologiche nella ricerca sulla famiglia. *Saggi. Child Development & Disabilities, 30*(4), 35–46.

Tat Shum, T. C. (2020). Culinary diaspora space: Food culture and the West African diaspora in Hong Kong. *Asian and Pacific Migration Journal, 29*(2), 283–311. https://doi.org/10.1177/0117196820938603

Tajfel, H. (1981). Social stereotypes and social groups. In J. C. Turner & H. Giles (Eds.), *Intergroup behaviour* (pp. 144–167). Blackwell.

Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In M. J. Hatch & M. Schultz (Eds.), *Organizational identity: A reader* (pp. 56–65). Oxford University Press.

Tempia Valenta, S., Innella, V., Bonazzoli, F., Della Rocca, B., Fiorillo, A., De Ronchi, D., & Atti, A. R. (2024). Eating across borders: A scoping review of eating disorders and body image dissatisfaction in migrant populations. *International Review of Psychiatry, 37*(3–4), 353–367. https://doi.org/10.1080/09540261.2024.2384725

Tenenhaus, M., Esposito Vinzi, V., Chatelin, Y. M., & Lauro, C. N. (2005). PLS path modeling. *Computational Statistics & Data Analysis, 48*(1), 159–205.

Terragni, L., Garnweidner, L. M., Pettersen, K. S., & Mosdøl, A. (2014). Migration as a turning point in food habits: The early phase of dietary acculturation among women from South Asian, African, and Middle Eastern countries living in Norway. *Ecology of Food and Nutrition, 53*(3), 273–291. https://doi.org/10.1080/03670244.2013.817402

Terry, G., Hayfield, N., Clarke, V., & Braun, V. (2017). Thematic analysis. In C. Willig & W. Stainton Rogers (Eds.), *The SAGE handbook of qualitative research in psychology* (2nd ed., pp. 17–37). Sage.

Tidball, K. G., & Krasny, M. E. (Eds.). (2013). *Greening in the red zone: Disaster, resilience and community greening*. Springer.

Todorova, M. (2022). Translating refugee culinary cultures: Hong Kong's narratives of integration. *Translation and Interpreting Studies, 17*(1), 88–110. https://doi.org/10.1075/tis.21019.tod

Tricco, A. C., Lillie, E., Zarin, W., O'Brien, K. K., Colquhoun, H., Levac, D., … Straus, S. E. (2018). PRISMA extension for scoping reviews (PRISMA-ScR): Checklist and explanation. *Annals of Internal Medicine, 169*(7), 467–473. https://doi.org/10.7326/M18-0850

Trickett, E. J. (2009). Community psychology: Individuals and interventions in community context. *Annual Review of Psychology, 60*, 395–419.

Trofholz, A. C., Tate, A., Keithahn, H., de Brito, J. N., Loth, K., Fertig, A., & Berge, J. M. (2021). Family meal characteristics in racially/ethnically diverse and immigrant/refugee households by household food security status: A mixed methods study. *Appetite, 157*, Article 105000. https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.105000

Trofholz, A., Richardson, K., Mohamed, N., Vang, C., & Berge, J. M. (2020). How a racially/ethnically diverse and immigrant sample qualitatively describes the role of traditional and non-traditional foods in feeding their children. *Journal of Immigrant and Minority Health, 22*(6), 1155–1162. https://doi.org/10.1007/s10903-020-00999-3

Truman, S. E., & Springgay, S. (2016). Propositions for walking research. In P. Burnard, E. Mackinlay, & K. Powell (Eds.), *International handbook for intercultural arts* (pp. 259–267). Routledge.

Tuorila, H., Lähteenmäki, L., Pohjalainen, L., & Lotti, L. (2001). Food neophobia among the Finns and related responses to familiar and unfamiliar foods. *Food Quality and Preference, 12*, 29–37. https://doi.org/10.1016/S0950-3293(00)00025-2

Turkoglu, H., Brown, L., & Hudson, P. (2020). The workplace meal: A migrant workers' perspective. *International Journal of Workplace Health Management, 13*(4), 361–375. https://doi.org/10.1108/IJWHM-12-2018-0155

Ugelvik, T. (2011). The hidden food. *Punishment & Society, 13*(1), 47–63.

https://doi.org/10.1177/1462474510385630

Urry, J. (2007). *Mobilities*. Polity Press.

Valsiner, J. (2007). *Culture in minds and societies: Foundations of cultural psychology*. Sage.

Valsiner, J. (2014). Needed for cultural psychology: Methodology in a new key. *Culture & Psychology, 20*(1), 3–30. https://doi.org/10.1177/1354067X13515941

Van de Vijver, F. J. R., & Phalet, K. (2004). Assessment in multicultural groups: The role of acculturation. *Applied Psychology, 53*(2), 215–236. https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2004.00169.x

Van den Heuvel, E., Newbury, A., & Appleton, K. M. (2019). The psychology of nutrition with advancing age: Focus on food neophobia. *Nutrients, 11*, Article 151. https://doi.org/10.3390/nu11010151

Vélez, C. A. G. (2022). Tequeños in Bogotá: Nostalgic consumption of food and Venezuelan migration. *Revista Ciencias Sociales y Educación, 11*(22), 96–119. https://doi.org/10.22395/csye.v11n22a5

Vengadasamy, R., Pillai, S., & Oreiq, A. (2025). The flavours of migration: Mother–daughter culinary experiences in Preethi Nair's *100 Shades of White*. *Theory and Practice in Language Studies*. https://doi.org/10.17507/tpls.1505.10

Verbeke, W., & Lopez, G. (2005). Ethnic food attitudes and behaviour among Belgians and Hispanics living in Belgium. *British Food Journal, 107*(11), 823–840. http://hdl.handle.net/1854/LU-345184

Verdasco, A. (2022). Cooking "pocket money": How young unaccompanied refugees create a sense of community and familiarity at a Danish asylum centre. In *Material culture and (forced) migration*. UCL Press.

Verkuyten, M., & Yogeeswaran, K. (2020). Cultural diversity and its implications for intergroup relations. *Current Opinion in Psychology, 32*, 1–5. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2019.06.010

Verri, S. (2006). Transnationalism and identity. *Social Identities, 12*(5), 573–586.

Versey, H. S. (2022). Can mobile methods bridge psychology and place-based research? *Qualitative Psychology, 9*(2), 156–170. https://doi.org/10.1037/qup0000187

Villano, P. (2016). *Psicologia sociale*. Il Mulino.

Vivas, L. (2019). Analysis of the food strategy during refugees' resettlement in Catalonia (Spain). *Revista de Bioética y Derecho, 46*, 167–183.

Walsh, F. (2012). Family resilience: Strengths forged through adversity. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (pp. 399–427). Guilford Press.

Walsh, F., & McGoldrick, M. (2013). Bereavement: A family life cycle perspective. *Family Science, 4*(1), 20–27.

Ward, C., & Geeraert, N. (2016). Advancing acculturation theory and research: The acculturation process in its ecological context. *Current Opinion in Psychology, 8*, 98–104. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.09.021

Warren, S. (2017). Pluralising the walking interview: Researching (im)mobilities with Muslim women. *Social & Cultural Geography, 18*(6), 786–807.

Webster, N. A., & Forsberg, G. (2020). Spicy meatballs and mango sylt: Exploring food practices as a means to promoting entrepreneurship in rural Sweden. In *Dipping into the North: Living, working and traveling in sparsely populated areas* (pp. 241–263). Springer. https://doi.org/10.1007/978-981-15-6623-3_13

Welch, C., Piekkari, R., Plakoyiannaki, E., & Paavilainen-Mäntymäki, E. (2019). Theorising from case studies: Towards a pluralist future for international business research. In R. Marschan-Piekkari & C. Welch (Eds.), *Research methods in international business* (pp. 171–220). Springer.

Wellard, I. (2016). Gendered performances in sport: An embodied approach. *Palgrave Communications, 2*, Article 16003. https://doi.org/10.1057/palcomms.2016.3

Wiking, K., Gyberg, F., Wängqvist, M., & Svensson, Y. (2022). Family identity and deviations from the master narrative in Sweden. *Identity, 23*(2), 137–154. https://doi.org/10.1080/15283488.2022.2146694

Wilk, R. (2002). Food and nationalism: The origins of "Belizean food." In W. Belasco & P. Scranton (Eds.), *Food nations: Selling taste in consumer societies* (pp. 67–89). Routledge.

Wiley, S., Fleischmann, F., Deaux, K., & Verkuyten, M. (2019). Why immigrants' multiple identities matter: Implications for research, policy, and practice. *Journal of Social Issues, 75*(2), 611–629. https://doi.org/10.1111/josi.12329

Wise, A., & Velayutham, S. (2009). Introduction: Multiculturalism and everyday life. In *Everyday multiculturalism* (pp. 1–17). Palgrave Macmillan.

Wylie, J. (2002). An essay on ascending Glastonbury Tor. *Geoforum, 33*(4), 441–455.

Yasmeen, G. (2023). Origins of the concept of foodscape from the 1990s to today: Quo vadis? In *Foodscapes: Theory, history, and current European examples* (pp. 29–39). Springer.

Zaccardelli, E., & Cohen, J. H. (2021). Arancini, identity, and the refugee debate in Sicily. *Migration Letters, 18*(4), 453–462.

Zahari, M. S. M., Tumin, A., Hanafiah, M. H., & Majid, H. N. A. (2019). How the acculturation of Baba Nyonya community affects Malacca food identity. *Asian Ethnicity, 20*(4), 486–502.

https://doi.org/10.1080/14631369.2019.1605825

Zhang, L. (2024). Outbreak narrative: China's migrant women labor in the COVID-19. *City, Culture and Society, 37*, Article 100577. https://doi.org/10.1016/j.ccs.2024.100577

Zou, P., Ba, D., Luo, Y., Yang, Y., Zhang, C., Zhang, H., & Wang, Y. (2022). Dietary characteristics and influencing factors on Chinese immigrants in Canada and the United States: A scoping review. *Nutrients, 14*(10), Article 2166. https://doi.org/10.3390/nu14102166

Zucchermaglio, C. (2002). *Psicologia culturale dei gruppi*. Carocci.

Zumeta, L. N., Bobowik, M., Basabe, N., & Wlodarczyk, A. (2022). Participation in multicultural awareness-raising community actions: Positive effects on well-being and group efficacy. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, 28*(3), 413–426. https://doi.org/10.1037/cdp0000426

Zunino Singh, D. (2018). Ciudades, prácticas y representaciones en movimiento: Notas para un análisis cultural de la movilidad como experiencia urbana. *Tempo Social, 30*(2), 35–54. https://doi.org/10.11606/0103-2070.ts.2018.142171