¿A qué sabe un recuerdo? La conexión entre los alimentos y nuestra memoria

Del pan de muerto al ponche navideño, los aromas y sabores nos conectan con historias familiares. Tupperware® celebra las recetas y los objetos que acompañan esos momentos.

Ciudad de México, noviembre de 2026.- Hay momentos del año que parecen tener un sabor propio. Septiembre puede saber a pozole y antojitos mexicanos; octubre y noviembre, a pan de muerto, chocolate caliente o calabaza; y diciembre puede llegar acompañado del aroma del ponche, los romeritos o esa receta que alguien de la familia prepara cada Navidad.

Pero ¿por qué basta volver a probar o incluso oler alguno de estos alimentos para sentir que regresamos a otro momento?

Parte de la explicación está en nuestro cerebro. De acuerdo con **Harvard Medical School**, en un artículo publicado por *Harvard Medicine Magazine*, el olfato mantiene una conexión estrecha con regiones relacionadas con las emociones y la memoria, como la amígdala y el hipocampo. Esta relación ayuda a explicar por qué un aroma familiar puede despertar recuerdos y transportarnos a una persona, un lugar o un momento específico.

Por eso, un platillo puede terminar significando mucho más que sus ingredientes. También puede guardar información sobre dónde lo comimos, quién lo preparaba, con quién estábamos y cómo nos sentíamos en ese momento.

Hay sabores que también tienen temporada

Las celebraciones ayudan a fortalecer esas asociaciones porque repetimos ciertos rituales año tras año. Con el tiempo, todos esos elementos pueden quedar asociados. Por eso, volver a encontrarnos con un aroma o un sabor conocido puede funcionar como una pequeña puerta hacia otros momentos de nuestra vida.

Y cada familia construye su propio calendario. Quizá para alguien diciembre sabe al bacalao que preparaba su abuela; para otra persona, a los tamales de una posada familiar. Puede ser una receta elaborada o algo tan sencillo como el café que siempre aparece después de comer.

Lo importante no necesariamente es el platillo, sino la historia que hemos construido alrededor de él. En esas historias también hay un lugar para Tupperware®: el recipiente que llega con el postre, el que conserva el recalentado o el que vuelve a la mesa en cada celebración familiar.

No solo heredamos recetas

Las recetas pasan de una generación a otra y, en el camino, se transforman: alguien cambia una cantidad, sustituye un ingrediente o encuentra una manera diferente de prepararlas. Incluso podemos terminar cocinando algo sin consultar ninguna receta porque aprendimos simplemente observando a alguien más hacerlo durante años.

También cambian los objetos que acompañan esos momentos. El platón que solo aparece en Navidad, los utensilios de una receta especial o ese Tupperware® que conocemos como "el del postre" también forman parte de nuestras historias. Esa familiaridad inspira Llámalo como quieras: podemos nombrarlo por su uso, su color o un recuerdo, pero seguimos reconociendo lo que lo hace icónico: es Tupperware®.

Quizá por eso hablar de comida también es hablar de memoria. Porque cuando una receta vuelve cada año, no estamos repitiendo únicamente ingredientes y pasos: también estamos recreando una experiencia y dejando espacio para construir recuerdos nuevos.

Si es icónico, es Tupperware®.

Acerca de Tupperware® México

Tupperware® México es una Empresa Socialmente Responsable que transforma la vida de las personas a través de soluciones innovadoras para el hogar, productos reutilizables de alta calidad y una poderosa oportunidad de emprendimiento. Desde hace más de 80 años, Tupperware ha estado presente en millones de hogares, ofreciendo alternativas sustentables que ayudan a reducir el desperdicio de alimentos y el uso de plásticos de un solo uso.

Reconocida a nivel mundial por su diseño y funcionalidad, Tupperware® revolucionó la forma de conservar los alimentos con sus icónicos recipientes herméticos y su modelo de ventas directas, haciendo historia con las famosas "Reuniones Tupperware®". En México y América Latina, la marca continúa innovando para mejorar la vida diaria de las personas y cuidar el planeta. Conoce más en la tienda en línea: www.tupperware.com.mx

Redes sociales Tupperware: Facebook | Instagram | TikTok | YouTube

Oficina de prensa:
suhaila.chamlati@another.co
ariadna.mosqueda@another.co