

Del alimento a la comida. Las transformaciones en la comensalidad y su efecto en los cuerpos de los niños

LIC. MÓNICA GARCÍA BARTHE^a

*Conferencia presentada en el 5° Congreso Argentino de Gastroenterología,
Hepatología y Nutrición Pediátricas, Sociedad Argentina de Pediatría,
Buenos Aires, 13 al 16 de agosto de 2014*

Resumen

El presente trabajo aporta una mirada desde las ciencias sociales sobre los procesos que llevan de considerar al alimento como conjunto de nutrientes a la comida como hecho social. Para ello se recorren los conceptos de gusto y representación del cuerpo en tanto construcciones sociales y se analizan las transiciones alimentarias en la historia de la humanidad. La comensalidad es el concepto central, ya que es el espacio simbólico en el que el grupo social comparte y transmite sus valores y sentidos sociales, es decir su identidad cultural. Las características de la comensalidad en nuestra sociedad actual tiene efectos en los cuerpos de los niños que los agentes de salud no deben ignorar.

Palabras clave: *nutrición, pediatría, alimentación, sobrepeso, cultura, comensalidad, identidad cultural, niños.*

Abstract:

This paper aims to nutritional aspects in children and teenagers in Argentina from the social point of view. Food as a nutritional complex becomes a meal as a social fact. The text analyzes taste and body as symbolic and social constructions, as well as feeding through the human history. We understand commensality as a symbolic space where human groups teach and learn their cultural identity. Nowadays commensality has influence in children bodies, which health agents must consider and take into account.

Key words: *overweight, nutritional, nourishment, pediatrics, childhood, culture, cultural identity, commensality.*

DEL ALIMENTO A LA COMIDA

La mirada antropológica

El alimentarse es para el ser humano una necesidad, puesto que si no se alimenta, muere, pero también es una fuente de gratificación y placer, por eso selecciona sus comidas y una práctica social ya que se enmarca en un contexto de relaciones sociales. Podemos decir entonces que la alimentación puede ser abordada desde distintas perspectivas: la biológica en términos de nutrientes, aportes calóricos y consumo energético, la psicológica en términos de placer/displacer, gratificación, vínculos tempranos y subjetividad y también desde la antropología sociocultural en tanto hecho social.

¿Qué aportes nos puede dar la ciencia antropológica a la reflexión sobre las prácticas de atención pediátrica de la salud, especialmente en el campo de la alimentación y la nutrición?

Para poder responder a esta pregunta, primero tenemos que detenernos en la especificidad de abordaje antropológico y qué preguntas podemos hacernos desde la antropología respecto de la nutrición, la alimentación y la salud infantil.

¿Qué hace un antropólogo?

La imagen que se nos viene a la mente cuando hablamos de antropología es la del

a. Psicóloga titular de guardia. Depto de Urgencia HNRG.
Lic. en Antropología social.
mgarcia_barthe@fibertel.com.ar

viajero de fines del siglo XIX o principios del XX que se instalaba a vivir en aldeas y poblados de lejanas islas del Pacífico, de África o de la Amazonia. Allí aprendía su lenguaje, sus costumbres y creencias para luego comunicarlas a la sociedad occidental, para quienes todo aquello resultaba extraño, ajeno y curioso.

Pero para hablar de antropología o de un enfoque antropológico no necesitamos referirnos a grupos sociales exóticos, lejanos y muy diferentes de nosotros mismos. Cada grupo humano se define a sí mismo en función de ciertos rasgos que llamamos de identidad cultural, formas de hablar, de vestirse, de comer, de conducirse y de organizarse que no necesariamente incluyen pintorescos y llamativos detalles. Puede apreciarse que en la práctica cotidiana nos encontramos con pacientes que pertenecen a distintos grupos sociales y que se reconocen a sí mismos como pertenecientes a distintas identidades culturales.

La antropología aborda la diversidad y la variedad de la sociedad humana desde un enfoque que **incluye** a los protagonistas de esa diversidad. Es en la inclusión de la voz y el punto de vista del otro donde encontramos la especificidad de la mirada antropológica. Si pensamos en términos de alimentación, el antropólogo no se centrará en qué **debe** o **tiene** que comer un individuo, una familia o un determinado grupo social en términos de aportes nutricionales sino que les preguntará **qué** comen, **cómo** comen y **por qué** comen así, ya que la comida es uno de los referentes más importantes para transferir sentido respecto de la identidad de un grupo. El enfoque antropológico es pues, un enfoque que contempla a la alimentación como un hecho social, atravesado por representaciones, prácticas y relaciones sociales, abordando en su análisis las construcciones que llevan a determinadas preferencias o aversiones hacia determinados alimentos, la carga simbólica que éstos portan y los sentidos sociales que conllevan.

Por supuesto que desde la ciencia antropológica hay distintas perspectivas teóricas para el análisis de la producción, distribución y consumo de alimentos en un grupo social. Existe amplia literatura etnográfica al respecto, algunos estudios ya clásicos como los realizados por Richard Lee entre los Bosquimanos *!Kung San* del Kalahari o Roy Rappaport

entre los *Marin Tsembaga* de Papúa Nueva Guinea.

Los enfoques materialistas apuntan, por ejemplo, a la relación adaptativa con el medioambiente y el aprovechamiento y maximización de los recursos. Así, un grupo social consumirá determinado tipo de alimentos y rechazará otros según su disponibilidad, su posibilidad o no de traslado, su abundancia o agotamiento, etc. Ya sea que el medioambiente determine a la cultura en forma absoluta o que la misma intervenga para elaborar estrategias concientes y racionales en la evaluación de la relación riesgo/costo/beneficio, estos enfoques priorizan los aspectos materiales y la relación con el ecosistema. Podemos mencionar a Marshall Sahlins o a Marvin Harris dentro de esta línea.

Por otro lado, tenemos los enfoques más claramente simbólicos, que privilegian a los alimentos en tanto portadores de sentidos sociales. Así, Claude Lévi-Strauss aplicará el análisis estructural basado en el lenguaje y las oposiciones para proponer una sintaxis alimentaria basada en opuestos (crudo/elaborado, sólido/líquido, fresco/caliente) y desde una perspectiva más sociológica, Roland Barthes considerará a la comida en su valor simbólico, como parte de un sistema de signos que da sentido y organiza los significados sociales, constituyéndose por ejemplo, como definición de una identidad nacional (comida *francesa, italiana, alemana*).²

Esto nos lleva directamente a preguntarnos por el concepto de cultura, ya que la alimentación se basa en procesos biológicos de necesidad que –en tanto parte de la actividad humana– han perdido su valor de naturaleza al ser mediados por la cultura y convertirse en sociales. Así, el alimento que satisface una necesidad, se convierte en comida como parte de un complejo sistema de relaciones sociales que le dan sentido y determinan su producción, distribución y consumo. Las elecciones alimentarias de los seres humanos están sometidas a la mediación cultural, trascendiendo su valor nutritivo para desplegar rituales, protocolos de usos y comportamientos y valores simbólicos.

En este contexto, el consultorio, el hospital o la sala de internación son espacios donde se entrecruzan relaciones interpersonales entre profesionales, técnicos, colaboradores, pacientes y sus familiares. Son espacios in-

terculturales donde mundos diversos entran en relación y se modifican mutuamente. Allí nos encontramos con que algunos hábitos alimentarios de nuestros pacientes no coinciden con lo que pensamos que debería ser o lo que nosotros hacemos, éstos son expresiones de la diversidad. Esto no significa que debamos forzar su modificación ni “persuadirlos” para que cambien, pero tampoco mantenernos abstinentes porque “son cuestiones culturales”.

Entendemos la cultura como un hecho dinámico y flexible, que se reinventa en cada intercambio, no como un espacio cerrado aislado e inmodificable, ya que si pensamos la cultura de esta última forma, con una visión esencialista y estática, se convierte en un obstáculo. Se trata pues de encontrar en forma conjunta los modos de realizar modificaciones, si son necesarias, o de llegar a acuerdos sobre aquello que no es necesario modificar.

Voy a proponer un ejemplo: el profesional de salud sabe que hay regiones de nuestro país castigadas por la pobreza extrema y la falta casi absoluta de recursos, como puede darse en regiones aisladas o entre algunas comunidades de pueblos originarios. Estas comunidades, que originalmente eran cazadoras-recolectoras o pequeños agricultores, se ven actualmente privadas de sus recursos debido a la deforestación y la agricultura intensiva industrializada, siendo en consecuencia empujados a ambientes muy pobres en recursos. Pero también, han perdido sus saberes tradicionales. Entonces, las políticas estatales que solo se reduzcan a proveerles distintos tipos de alimentos chocarán con el “obstáculo cultural”. Solo recuperando los saberes propios de esa comunidad –en articulación con su situación actual– se podrá intervenir respetando su diversidad y aportando, a su vez, nuevos saberes que puedan modificar la situación, ya que de lo que se trata es de las condiciones de salud de una población.

Sintetizando, cuando nos referimos a los procesos que implican a la nutrición y la alimentación de niños, adolescentes y sus familias, es importante considerar dos puntos fundamentales: la diversidad cultural que no ha de operar como obstáculo, sino como oportunidad y la dimensión social tanto de la concepción de salud como de la producción,

distribución y el consumo de los alimentos entendida como constitutiva de estos procesos, no como un contexto accesorio.

LA CONSTRUCCIÓN SOCIAL DEL GUSTO

«No se puede negar, que andaban siempre riñendo, pero eran pendencias de amigos; disputaban sobre sus gustos, y cada qual se quedaba con el que tenía, siendo la conclusión, que sobre gustos no hay disputa»

José Francisco de Isla (1703-1781),
Descripción de la máscara o mojiganga

Hace unos años, conversando con una persona de nacionalidad israelí, le pregunté si no le resultaba tentador probar alguna comida que no cumpliera con las regulaciones dietarias de la religión judía. Si bien no todos los ciudadanos de Israel tienen obligación de ser rigurosos con estas restricciones dietarias que van desde no comer carne de cerdo o mariscos hasta no combinar carne con lácteos, el tipo de comida que se ofrece en el país se rige bastante por estas regulaciones. Le mencioné como ejemplo si no comería una hamburguesa con queso.

Para mi sorpresa, me miró con cara de asco, como si le estuviese proponiendo comer queso azul con mermelada. Intervino otra persona, de nacionalidad argentina, pero que vivía en Israel hacía tiempo, explicando que era tan inhabitual esa combinación de carne con queso que para los israelíes era impensable, no resultaba tentadora y seguramente, si se animaban a probarlo, a muy pocos les gustaría. Si lo pensamos un poco, en el sudeste asiático es habitual comer insectos o carne de perro, cosa que a nosotros nos generaría la misma reacción que yo recibí de mi interlocutor israelí.

¿Sobre qué nos hace reflexionar esta situación? A cada uno de nosotros le parece “natural” la forma en que comemos. La alimentación es una parte tan incorporada a nuestra vida que no nos detenemos a pensar sus reglas, que son sociales, culturalmente determinadas e invisibilizadas. ¿Por qué la fruta o el postre al final de la comida? ¿Por qué los platos vienen uno después de otro entrada, plato principal, postre, café, en lugar de poner todo junto sobre la mesa o en un orden distinto? ¿Por qué los raviolos nos

gustan calientes pero el matambre podemos comerlo frío? Esperamos a que el bizcochuelo se enfríe al sacarlo del horno, pero el pan nos gusta calentito. El flan puede ser con crema o dulce de leche, pero las frutillas “van” con crema y nunca con dulce de leche. Y ante el ofrecimiento de ceviche o kekke crudo sentiremos cierto resquemor. Lo que llamamos “nuestra” cocina conforma una identidad culinaria, está histórica y socialmente determinada y obedece a reglas precisas de combinación de sabores, temperaturas, texturas y orden.

Lo que llamamos “hábitos” en la forma de comer se asientan en esta identidad cultural, si sus raíces son más estructurales, serán más difíciles de abandonar, si son más superficiales, no lo serán tanto. Frente a un paciente diabético, por ejemplo, que imperativamente debe modificar ciertos “hábitos”, nos será útil saber cuál es la raigambre cultural de los mismos. Algunos antropólogos que han investigado diversos sistemas alimentarios encontraron que muchos de ellos se basan en un alimento básico como el maíz en México o el arroz en varios países asiáticos, el cual es aderezado o combinado con salsas o agregados y que no puede faltar en la dieta diaria por su alto valor simbólico. Además de este alimento básico, existen alimentos secundarios en general estacionales, y los periféricos, de aparición esporádica. Claramente es mucho más fácil introducir cambios en el uso y consumo de los alimentos secundarios y periféricos que en aquellos considerados básicos, por lo que si queremos conocer el sistema alimentario de una familia o grupo social, debemos investigar cuál o cuáles son los

alimentos que toman este valor de “básicos”.

¿Qué ocurre cuando esta forma de comer, que es parte de una identidad cultural, se encuentra con el discurso mediático que nos dice qué debemos consumir, el social que nos dice qué es adecuado, “refinado” o correcto comer, o el médico que nos dice qué es saludable comer? Retomaremos esta pregunta hacia el final.

Con todo lo antedicho, es evidente entonces que no hay una tendencia natural o innata hacia determinados sabores. Si bien hay estudios sobre la preferencia de un gusto por lo dulce, por ejemplo, esta no deja de ser una tendencia que será moldeada por la cultura. El gusto es uno de los elementos con fuerte determinación social que sin embargo no se nos aparece como tal. El gusto aparece siempre como una preferencia individual: “sobre gustos no hay nada escrito” dice el refrán. Pero más allá de lo individual, el gusto se construye socialmente.³ Nos gusta aquello que el grupo social identifica como parte de nuestra identidad cultural. Y aquellos a los que les gusta algo distinto, son “los otros”. Nos gusta lo que el grupo social valora, lo que podemos comprar, lo que simbólicamente tiene sentido. Hay un discurso social también que construye el gusto, haciendo distinciones, por ejemplo, de clase.

En esta caricatura de Quino (*Figura 1*) se destaca, con toda su crudeza, el discurso social que legitima comidas de “ricos” y comidas de “pobres” y que considera, por ejemplo, que algunos sabores son “demasiado delicados” como para que un paladar “no educado” los pueda apreciar. El gusto aparece como un hecho individual, encubriendo su dimensión

Figura 1. Mafalda. Personaje creado por Quino (Joaquín Salvador Lavado Tejón)



social, de la cual no están ausentes las relaciones de poder.

En esta construcción del gusto, además, hay implícitas estrategias de maximización económica se come carne antes que pescado porque el pescado es caro y no rinde, entonces, el pescado “no gusta”. En las clases más populares se buscarán alimentos rindedores y que den saciedad como pastas, papas, guisos, mientras que en las clases más acomodadas habrá un cuidado por lo estético, la salud y la sofisticación, representada en los cocineros de los medios de comunicación, que cocinan platos exóticos y muy decorativos.

También el auge de las cocinas “étnicas” cocina thai, sushi, mexicana implica un posicionamiento simbólico. El sushi es delicado y costoso, mientras que la comida china no tiene la misma valoración. La comida mexicana les hace recordar a los comensales de ingresos medios o altos a sus viajes al Caribe, mientras que la comida boliviana o peruana es vinculada a las corrientes migratorias de fuerza laboral propia de las clases populares.

¿Qué oferta alimentaria reciben nuestros niños y adolescentes hoy? Parecería que, así como los planes sociales de ayuda alimentaria suponen que la gente con menores recursos económicos solo come fideos, arroz y harinas “porque eso es lo que ellos comen”, tanto en los lugares de esparcimiento, el zoo, los cines, los parques de diversiones, como en salones de fiestas infantiles y restaurantes, se supone que los niños y adolescentes solo comen panchos, snacks, hamburguesas, pastas y pizzas. Los argumentos económicos, se trataría de alimentos fáciles de preparar y de bajo costo, o del tipo “porque eso es lo que les gusta”, “no comen otra cosa” no consideran al niño como un Sujeto de Derecho, activo, que pueda tener gustos, preferencias y elecciones amplias y variadas en materia de alimentación. El “menú infantil” de los restaurantes, por ejemplo, se fundamenta económicamente en el hecho de que los niños comen en menor cantidad. Sus padres, por lo tanto, no realizarán un gasto importante en un plato de comida que no será aprovechado sino en un mínimo porcentaje. Pero el menú infantil solo ofrece tres o cuatro opciones, mientras que los adultos tienen muchas más opciones para elegir. ¿Por qué no ofrecer para los niños las mismas opcio-

nes que para los adultos, en porciones más pequeñas? En lugar de “menú infantil” lo que se debería ofrecer es “porción infantil” de toda la variedad de la carta.

Con esto quiero ejemplificar algo que convierte a la situación en un callejón sin salida. Es deseable que los niños, niñas y adolescentes tengan una alimentación variada y saludable. Pero si se les ofrece una limitada cantidad de opciones, es lógico que todo lo demás “no les guste”.

LAS REPRESENTACIONES SOCIALES SOBRE EL CUERPO

“Cuando eres gorda te ves mucho más saludable”
Happiness Edem, Nigeria

“Si una mujer no es gorda (...) no está lista para casarse”
Príncipe Morris Eyo Edem, Nigeria

Al hablar de la alimentación y del gusto no podemos eludir el concepto de cuerpo con el que estamos trabajando. El vínculo entre el cuerpo y la forma en que lo alimentamos y nutrimos es evidente. Las representaciones de lo que los alimentos hacen a nuestro cuerpo circulan en el imaginario social, moldeándolo. Hay alimentos que lo engordan, otros lo adelgazan, otros lo fortalecen, otros lo debilitan. En las sociedades occidentales, por ejemplo, la representación social de un niño saludable será la imagen de un bebé rollizo y regordete.⁴ Existen incluso representaciones sociales vinculadas al aspecto de los alimentos, sus texturas y colores vinculados a sus efectos sobre el cuerpo. Así, el chocolate blanco es “más sano” o las salsas rojas son más “pesadas”. Esto obviamente no se correlaciona con “realidades” biológicas o nutricionales, sino que son realidades simbólicas. En cada grupo social el conjunto de creencias, valores y sentidos sociales vinculará a los alimentos con el cuerpo que estos producen. Los pediatras saben del valor simbólico que tienen la leche y los lácteos en general respecto de la alimentación de los niños.

Las sociedades reproducen y socializan la clase de cuerpos que necesitan, expresando sus expectativas e ideales de salud y belleza. Estas representaciones circulan en el imaginario social, en el discurso mediático y en las prácticas sociales cotidianas. Muchas veces

son naturalizadas y se considera que “es así”, atribuyéndose las construcciones sociales a características “esenciales” de los grupos sociales como nos presenta la historieta de Quiño vista anteriormente.

En relación con esto, la antropóloga argentina Patricia Aguirre ha realizado interesantes investigaciones en la Ciudad de Buenos Aires y el área metropolitana del Gran Buenos Aires.⁵

Las clases populares, vinculadas a la necesidad de fuerza laboral, requerirán cuerpos fuertes y resistentes que puedan soportar largas jornadas laborales de esfuerzo físico. Lo fundamental serán alimentos fuertes, rindidores, que produzcan saciedad y económicamente a su alcance. Carnes grasas, guisos, sopas, papas, harinas y azúcar serán la base de su alimentación, que muchas veces se reduce a una sola comida diaria. Los cuerpos de los pobres, dirá Aguirre, serán bajos y voluminosos. Del grupo hacia adentro esto será visto como fuerte y robusto, mientras que del grupo para afuera tendremos cuerpos gordos pero no nutridos.

Por otro lado, la imagen de cuerpo “fuerte” de las clases populares se contrapone al cuerpo esbelto, “bello” y “sano” de los sectores de ingresos medios y altos. Dado que el costo de los alimentos no es decisivo para estos grupos en cuanto a la posibilidad de acceder a ellos, otras son las categorías que operan. No es la saciedad o la fortaleza, sino lo saludable o lo estético. Estos grupos ade-

más invierten tiempo en “moldear” su cuerpo en un esfuerzo de voluntad. Ejercicios, dietas y cirugías son valorados positivamente en pos de la promesa de salud y belleza a largo plazo. La renuncia al placer se constituye en un valor moral y el autocontrol a la hora de elegir cantidad y calidad de los alimentos construye su imagen opuesta: pobres gordos dejados, que no tienen voluntad y no se cuidan. Alimentos exclusivos y de alto costo como los alimentos “orgánicos” serán valorizados por su promesa de salud futura. Así, las desigualdades sociales se corporizan.

Figura 3. www.bbcmundo.com, 22 de julio de 2007



Figura 4. Venus de Willendorf. Paleolítico superior



Figura 2. www.20minutos.es, 23 de julio de 2007



Podemos apreciar entonces que, lejos de ser un fenómeno exclusivamente biológico, el cuerpo humano se encuentra atravesado por las relaciones sociales. La concepción del cuerpo, su representación y la forma en que lo tratamos expresan las tensiones y conflictos del mundo social, así como sus ideales y valores. Así, por ejemplo, en diversos grupos étnicos de Nigeria como los Hausa, Zarma, Fulani y Tuareg, el sobrepeso y la obesidad son valores de salud, belleza y prosperidad económica.⁶

Figura 5. Aprella (2005), Lori Earley



Figura 6. Bacchus (1638-1640), Peter Rubens



En tanto cuerpo expuesto y sometido a la mirada y al discurso del otro, el cuerpo es un producto social. Desde distintas teorías el cuerpo ha sido visualizado desde tres perspectivas: como una experiencia fenoménica individual de sí mismo vivencia del propio cuerpo, como cuerpo social, el cuerpo como símbolo de las relaciones sociales y como cuerpo político corporización de las relaciones de poder a través de la regulación, la vigilancia y el control de los cuerpos.⁷

Una de las formas de conocer las representaciones sobre el cuerpo de un grupo social o de una época son sus expresiones artísticas. Invito a los lectores a reflexionar sobre las siguientes imágenes, tratando de pensar de qué cuerpo se trata y cuáles son sus atravesamientos sociales.

Lo que es importante de este enfoque para el profesional de salud es que ha de estar advertido de cómo operan estas representaciones en la vida cotidiana de nuestros pacientes, puesto que las sugerencias, intervenciones e indicaciones del profesional estarán atravesadas por el conjunto de las relaciones sociales.

¿Cuál es el cuerpo infantil que nuestra sociedad moldea y construye?

LA COMENSALIDAD Y SUS TRANSFORMACIONES. LAS TRANSICIONES ALIMENTARIAS

A lo largo de la evolución de nuestra especie, podemos ubicar tres grandes cambios estructurales que abrieron el camino para el desarrollo de la cultura y los cambios en la vida humana.⁸ Estas transiciones alimentarias fueron el pasaje de la alimentación vegetariana a la omnívora aproximadamente hace unos dos millones de años lo que dio posibilidad de la evolución desde los primates hacia el mundo humano, el pasaje desde el modo cazador-recolector a la agricultura en el período neolítico, lo que originó cambios en la organización social, el nacimiento de agrupaciones urbanas y posteriormente, de una organización estatal y el pasaje de la agricultura a la producción industrial a partir de la modernidad.

La primera transición permitió el acceso a alimentos de mayor valor proteico, con el consiguiente desarrollo del cerebro. Las exigencias de la actividad cazadora recolectora, además, implicaron la necesidad de una

organización social, desarrollo de formas de comunicación y lenguaje y una estructura colaborativa dentro del grupo. La segunda transición llevó al sedentarismo, la constitución de aldeas y poblados y el ingreso de los cereales y por consiguiente de los hidratos de carbono a la dieta. La tercera, iniciada en el siglo XVIII y que se extiende hasta nuestros días, modificó totalmente los procesos de producción, distribución y consumo de alimentos, convirtiéndolos en productos de mercado.

Los primeros primates antecesores de los seres humanos (*Australopithecus anamensis* y *Ardipithecus ramidus*) pueden ubicarse hace unos cuatro millones y medio de años.⁹ Su capacidad craneal era de 400 a 500 cm³. Los primeros del género *Homo* (*Rudolfensis*, *Habilis*) aparecen alrededor de dos millones y medio de años atrás junto con las primeras evidencias de instrumentos y artefactos. Los primeros *Homo* (*Habilis*) tenían una capacidad craneal de entre 900 y 1.200 cm³. El *Homo erectus* aparecería hace un millón ochocientos mil años.

Es en estos primeros primates, en camino hacia la humanización, que encontraremos la primer transición alimentaria que modificó para siempre la historia de la especie humana. Estos grupos modificaron su dieta de semillas y frutos recolectados al azar e incluyeron las proteínas de la carne. En la medida que se desarrollaban, estos protohumanos tuvieron la posibilidad de acarreo favorecido por el bipedismo, el desarrollo de la comunicación a través del lenguaje hablado y la constitución de una red de intercambio de alimento, ya que conseguir el alimento y su posterior reparto son actividades corporativas y comunitarias. Frente a predadores más grandes y mejor dotados con garras y colmillos, estas bandas de primates aprendieron a organizarse para acceder a los productos de la caza y el carroñeo y el posterior acarreo hacia donde se encontraba el grupo. El transporte para el ulterior procesamiento sería una prueba de comportamiento humano, ya que el transporte de alimento está asociado a una división del trabajo y a la posibilidad de prever y posponer el momento del consumo. Esto indicaría actividad social y económica como pautas de comportamiento humano. En este punto es que quiero señalar la característica del compartir, ya que el compartir es el principio central que habría dado lugar a desarrollos tales

como el lenguaje, la organización social y la reciprocidad y nos da la base para el concepto de **comensalidad**.

A diferencia de otras especies, cuya alimentación es “vagabunda” es decir, van comiendo lo que encuentran, cuando lo encuentran, en forma solitaria los primeros homínidos aprendieron sobre todo en contextos de escasez que para poder comer necesitaban de los demás integrantes del grupo. Esto dio lugar, como ya fue mencionado, a un tipo de organización comunitaria para conseguir el alimento a partir de la caza de pequeñas presas y el carroñeo de las grandes. Pero además dio lugar a que no solo se compartiera el momento de obtener la comida, sino también el de su consumo. Esta posibilidad de organización comunitaria y de poder compartir aumenta la cantidad y calidad en la dieta al proporcionar variedad y reduce los riesgos. El comer se constituye en un acto colectivo y la comida algo que se comparte entre todos.

Figura 7. La boda campesina (1566-1569), Pieter Brueghel “El viejo”



Figura 8. Los campesinos comiendo patatas (1885), Vincent van Gogh



El momento de la comida compartida es muy importante para la socialización y la transmisión de valores, esto es, para la reproducción simbólica de un grupo humano. La forma en que se comparten los alimentos en el momento de la comida grupal o familiar es lo que llamamos comensalidad y podemos verlo, por ejemplo, en las imágenes precedentes. Ya sea un banquete en ocasión de un evento social o una humilde comida diaria, la comensalidad hogareña, familiar o social es el contexto donde se negocian significados sociales y se transmite la identidad cultural. Esto es fundamental en relación a las nuevas generaciones, ya que todo grupo humano requiere de estrategias de transmisión de sus bienes materiales y simbólicos necesarios para la supervivencia, producción y reproducción del conjunto de sus bienes e identidades culturales. Por supuesto que la comensalidad no es el único espacio donde se da este proceso, pero es uno de los espacios privilegiados para el mismo. En su valor ritual y simbólico, la comensalidad permite la cohesión grupal, el establecimiento de alianzas, el afianzamiento de los vínculos y la identidad colectiva.

Todos tenemos en mente la imagen ideal de la familia alrededor de la mesa, compartiendo alimentos, conversando, intercambiando vivencias y recuerdos, en un clima cordial y armónico. Es la imagen que nos muestran la publicidad, las series televisivas y las novelas.

Sin embargo, nuestra realidad nos dice otra cosa. Desde el advenimiento de la televisión, esta se ha incorporado a la mesa familiar, siendo casi imposible erradicarla. Hoy día muy pocas familias comparten todas sus comidas. Al menos una de ellas generalmente el almuerzo se realiza fuera de casa, ya sea en el comedor comunitario, la escuela de doble jornada ya sea pública o privada, la oficina o el comedor de la empresa. Cada vez más se come en soledad aunque se esté acompañado. El teléfono celular, la tablet y la televisión son nuestros interlocutores, aunque haya personas frente a nosotros. Les sugerimos a nuestros pacientes que no miren TV mientras comen. Pero, ¿apagamos nuestro celular durante la comida? ¿Resistimos la tentación de responder en forma inmediata un mensaje de texto o un whatsapp, posponiendo la respuesta hasta que terminemos de comer?

Actualmente en los centros urbanos se da entonces la tendencia a la disminución de la comensalidad doméstica y el aumento de la alimentación solitaria y desestructurada. Los alimentos se toman en forma itinerante, sin un lugar u horario determinado, en locales de comida al paso o simplemente mientras se circula por la calle. Los actos de comer se han convertido en actos individuales y aislados, que, incluso, rompen las reglas establecidas de horario, tipo de comida, orden, secuencia y combinatoria de las comidas. Así, se pierden las normas valorizadas que rigen la comensalidad y esto tiene efectos directos sobre los cuerpos de nuestros niños y jóvenes. Si la comensalidad se desestructura, la comida pierde su valor social y simbólico y vuelve a ser alimento, mero objeto del mercado listo para ser consumido.

Figura 9. Almuerzo fuera del hogar



Figura 10. Comida en familia



Figura 11. No nos detenemos ni para tomar un café



¿GASTRONOMÍA O GASTRO-ANOMIA?

“Aquella noche la madre de Hassán había preparado una comida excelente. Y les sirvió primero bollos tostados con manteca y rellenos con picadillo de carne y piñones, luego un capón muy gordo rodeado de cuatro pollos grandes, luego un pato relleno de pasas y alfónsigos, y por último, unos pichones en salsa. Y en verdad que todo aquello era exquisito al paladar y agradable a la vista. En este momento de su narración, Schehrazada vio aparecer la mañana, y se calló discretamente. Pero cuando llegó la 624ª noche Ella dijo: Y en verdad que todo aquello era exquisito al paladar y agradable a la vista. Así es que, sentándose ambos ante las bandejas, comieron con gran apetito; y Abul-Hassán escogía los trozos más delicados para dárselos a su huésped. Después, cuando acabaron de comer, el esclavo les presentó el jarro y la jofaina; y se lavaron las manos, en tanto que la madre de Hassán retiraba las

fuentes de manjares para servir los platos de frutas llenos de uvas, dátiles y peras, así como otros platos con botes llenos de confituras, pastas de almendras y toda clase de cosas deliciosas. Y comieron hasta la saciedad para comenzar a beber luego”.

Fuente: Historia del dormido despierto.

Las mil y una noches (Anónimo).

Noches 623/624

La literatura, el cine y las artes plásticas nos han deleitado numerosas veces con imágenes de banquetes y comidas compartidas. Además del gusto y del placer que se transmite en las palabras o imágenes, son importantes otros sentidos, por lo que hay músicos, danzas, etc. La comida es una experiencia sensorial compartida con otros.

Figura 12. El Gusto, el Oído y el Tacto (1620), Jan Brueghel “El viejo”



En estas descripciones, relatos e imágenes podemos ver el despliegue de toda una gramática de la comida, ya mencionada en el apartado anterior. Existe toda una mística y una ritualidad en estas comidas. Un lenguaje culinario y una serie de reglas sociales atinentes a cómo se comparten las comidas, quién come primero y quién después, cuál es el orden, cantidad de comidas al día, sabores, temperaturas, combinatorias posibles, consistencias y texturas. Este conjunto de saberes, reglas y normas del “buen comer” propias de cada grupo social y parte de su identidad cultural que se transmiten en la comensalidad es lo que llamamos Gastronomía.

Pero la desestructuración de la comensalidad de los tiempos actuales y la transformación de los alimentos en productos a consumir sobre los cuales el individuo desconoce casi todo, han llevado a que los sujetos

ya no puedan reconocer a esta gastronomía como parte de su identidad cultural. Al relajarse las normas, el individuo se confronta con su propia decisión: es lo que el sociólogo francés Émile Durkheim llamó anomia y que el antropólogo francés Claude Fischler aplica al campo de la alimentación, denominando a este fenómeno gastro-anomia.¹⁰

Patricia Aguirre nos dirá que lo que sucede no es que ya no hay marcos regulatorios de la actividad culinaria y del comer, sino que hay demasiados y que el conflicto al que se enfrentan los individuos es que las relaciones sociales ya no los ordenan, sino que por el contrario esta relación se ha complejizado al proporcionar múltiples marcos de referencia sin una jerarquización de los mismos. Así, los cocineros de la televisión enseñan a comer **rico** y **distinguido**, mientras que el discurso médico nos indica que debemos comer en forma **saludable**. La economía doméstica nos lleva a maximizar rendimientos, por lo que buscamos lo **económico** y **rendidor**, mientras que nuestra propia subjetividad nos lleva a que la comida sea **gratificante**. El discurso mediático nos impone lo **práctico** y la vida moderna nos lleva a comer **rápido**, a la vez que nuestra historia y tradición nos lleva a la receta familiar, lo **casero** y **nuestro** y la balanza nos lleva a comer alimentos que **no engorden**.

El problema es que todos estos marcos de referencia, con sus lógicas propias, no son coincidentes, sino más bien que muchos de ellos son excluyentes. No es posible ¿o sí? comer rico, sano, barato y casero. O gratificante, distinguido y rápido. Muchas veces lo sano no es económico o lo casero no es rápido. Lo que ocurre entonces, al decir de Aguirre, es que el comensal moderno combina todos estos marcos pasando de uno a otro. Allí radica la anomia, en la multiplicidad de marcos normativos. Entonces un día comemos sano, otro día comemos barato, otro día comemos rápido y el fin de semana casero y gratificante. Así el saber compartido se pierde, ya que las combinatorias posibles son tantas que dependerán de la individualidad. Lo social se desplaza hacia lo individual.

¿Qué efectos tiene la Gastro-anomia y la desestructuración de la comensalidad en los cuerpos de niños y jóvenes?

REFLEXIONES FINALES

Actualmente asistimos a un cuadro de situación preocupante y con consecuencias a largo plazo poco prometedoras si no se introducen modificaciones en el modo en que producimos, distribuimos y consumimos nuestros alimentos. Éstos son sometidos a procesos altamente industrializados, caracterizándose por su densidad energética. Se consumen hidratos de carbono refinados y azúcares agregados, grasas y elevada proporción de alimentos de origen animal.¹¹

Este fenómeno atraviesa, aunque en modo diferente, a todos los sectores sociales. Por un lado, muchos aspectos dependen de Políticas Públicas y de acciones estatales que a través de un marco regulatorio establezcan lineamientos generales. Por ejemplo, en la publicidad de alimentos (sobre todo los dirigidos a niños y jóvenes) o la oferta de kioscos, cantinas y comedores escolares. Pero por el otro lado nos preguntamos: ¿es posible hacer algo desde nuestros consultorios e incluso en nuestro hogar?

La respuesta a esta pregunta radica en la posición que adoptemos frente al problema. No se trata sólo de la producción composición o el grado de industrialización de los alimentos sino también de su consumo. Además de prestar atención a que comen los niños, los agentes de salud han de prestar atención a cómo, cuándo y con quién comen. Es imprescindible que contemplemos la diversidad y podamos escuchar el punto de vista del otro para poder, en cada caso, construir en conjunto estrategias alimentarias adecuadas y adaptadas a cada paciente, cada familia y cada grupo social.

REFERENCIAS

1. Barthes R. Por una psico-sociología de la alimentación contemporánea. En: EMPIRIA. Revista de Metodología de Ciencias Sociales. N° 11, enero-junio, 2006, pp. 205-221.
2. Aguirre P. Qué puede decirnos una antropóloga sobre Alimentación. Hablando sobre Gustos, Cuerpos, Mercados y Genes. Instituto de Altos Estudios Sociales, Universidad Nacional de San Martín, septiembre 2007. <http://www.fac.org.ar/qcvc/lave/c027e/aguirrep.php>
3. De Vries J. The obesity epidemic: medical and ethical considerations. En: Science Engineering and Ethics 13, 2007. Págs.55-67.
4. Aguirre P. Los alimentos Rendidores y el Cuerpo de los pobres. En: Antropología de la Alimen-

- tación. Arbitrario Cultural y Alimentación. Homenaje al Dr. Igor de Garine. ICAF (Comisión Internacional para la Antropología y la Alimentación). Borja, España; 2001.
5. Popenoe R. Ideal. En: Fat. The Anthropology of an Obsession. D. Kulick and A. Meneley, editors, Penguin: New York; 2005. Págs.9-28.
 6. Schepper-Hughes N, Y Lock M. The mindful body: a Prolegomenon to Future Work in Medical Anthropology. Medical Anthropology Quarterly 1987;1(Issue 1):6-41.
 7. Aguirre P. Del gramillón al aspartamo. Boletín Informativo Techint 306, Abril-Junio 2001.
 8. Entre los paleoantropólogos que desarrollaron las teorías más aceptadas en la actualidad sobre la evolución de los homínidos podemos citar a Roger Lewin y Richard Leakey.
 9. Fischler C. Gastro-nomía y gastro-anomía. Sabiduría del cuerpo y crisis biocultural de la alimentación moderna. Gazeta de Antropología, 2010, 26(1):art. 09. <http://hdl.handle.net/10481/6789>.
 10. Abeyá Gilardon E. La situación nutricional de niñas, niños y adolescentes de la República Argentina. Una reescritura de la Conferencia Plenaria en la XXX Jornada Hospital de Niños "Dr. Ricardo Gutiérrez" Octubre 2013. Rev Hosp Niños (B. Aires) 2014;56(253):96-101.

TEXTO RECIBIDO: Agosto 2014.

TEXTO APROBADO: Septiembre 2014.

“Las relaciones que el recién nacido traba de necesidad con la organización cultural encauzan, acunian y condicionan su naturaleza animal de una manera categórica y definitiva, lo que el animal humano está destinado a ser por el impulso biológico impreso a su plasma por las fuerzas genéticas, se cumplirá en la medida en que “la máquina de cultura” que es la familia, lo determine desde la primera hora de la vida.”

FLORENCIO ESCARDÓ. ¿Qué es la pediatría?

Fe de erratas

Sección Discapacidad: Por error se omitió colocar en el N° 254 Sección Discapacidad, la bibliografía del texto publicado, por eso la incorporamos:

BIBLIOGRAFÍA

- http://www.uis.edu.co/webUIS/es/catedraLowMaus/lowMauss11_2/sextaSesion/EI%20modelo%20social%20de%20discapacidad.pdf
- http://www.psicodinamicajlc.com/articulos/evolucion_infancia.html#.VBQyyfI5OYx
- <http://www.rumbos.org.ar/discapacidad-una-construccion-social-al-servicio-de-la-economia-clase-facderuba>
- <http://www.malleusmaleficarum.org/downloads/MalleusEspanol1.pdf>
- <http://www.levantatehoy.org/?p=586>