



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA  
DE MÉXICO**

---

---

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES  
ARAGÓN  
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE POSGRADO E INVESTIGACIÓN  
MAESTRÍA EN PEDAGOGÍA**

**“PRÁCTICAS Y REPRESENTACIONES DE LA  
ALIMENTACIÓN CITADINA EN CUATRO MUJERES: UN  
ESTUDIO TRANSGENERACIONAL DE LA EDUCACIÓN  
DEL PALADAR”**

**TESIS**

**QUE PARA OBTENER EL GRADO DE MAESTRA**

**PRESENTA:**

**LIC. ROSARIO AMADOR MARTÍNEZ**

**DIRECTOR DE TESIS:**

**DRA. CONSUELO ROSA SOSA LÓPEZ**

**BOSQUES DE ARAGÓN 2010**





Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

“Vivir es ser otro.  
Ni sentir es posible  
si hoy se siente como ayer se sintió.  
Sentir hoy lo mismo que ayer no es sentir:  
es recordar lo que se sintió ayer,  
ser hoy el cadáver vivo  
de lo que ayer fue la vida perdida.

Esta madrugada es la primera del mundo.  
Nunca hubo esta hora,  
ni esta luz, ni este ser mío.  
Mañana, lo que sea será otra cosa,  
y lo que yo vea será visto  
por unos ojos recompuestos,  
llenos de una nueva visión."

Fernando Pessoa

## AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Nacional Autónoma de México y al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT) por la beca otorgada.

A la Familia Ruiz Bonilla parte fundamental de la tesis, por compartir no solo sus deliciosos guisos y recetas sino por hacerme participe de la sazón y los sabores que han llenado su existencia.

A mis padres Victoria y Artemio por su amor y las grandes enseñanzas que nutren día a día mi vida.

A Guadalupe, Francisco, Isabel, Verónica y Juan Carlos por brindarle un agradable sabor a los días de infancia y madurez, los quiero hermanos.

A los amigos porque a pesar de la distancia su cariño y amistad siempre me acompañan, de sobra saben quiénes son, gracias nuevamente por todo este tiempo de sincera amistad.

A Héctor Maldonado por la claridad, la fuerza y por realmente ayudarme a entender que no existe nada que dure por siempre.

A los compañeros y profesores de Maestría por la búsqueda y lucha constante en la construcción de alternativas así como las diversas miradas que no dejan de lado la intuición, la espiritualidad y la mística en el trabajo.

A la Dra. Consuelo Rosa Sosa López por la paciencia, dedicación, disciplina y sus valiosos comentarios.

Al Dr. Sergio López Ramos por que sus palabras no solo impactan en las aulas sino en la vida y por la enseñanza en la apertura de códigos corporales que van más allá de lo instituido.

A la Dra. Margarita Rivera Mendoza, la Mtra. Guadalupe Villegas Tapia y la Mtra. Ma. Elena Jiménez Zaldívar por la lectura y valiosas aportaciones a la tesis.

## ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	5
CAPÍTULO 1 ALIMENTACIÓN Y CULTURA	
Introducción .....	11
1.- PRÁCTICAS Y REPRESENTACIONES DE LA ALIMENTACIÓN.....	14
2.- DIVERSAS MIRADAS DE LA ALIMENTACIÓN	
2.1 Antropología.....	16
2.2 Historia.....	17
2.3. Nutrición.....	19
2.4 Medicina tradicional china .....	21
2.5 Medicina ayurvédica.....	24
3.- ANTECEDENTES DE LA ALIMENTACIÓN INDUSTRIAL.....	26
4.- CONTEXTO DEL SISTEMA ALIMENTARIO EN MÉXICO.....	29
4.1 Sincretismo alimenticio.....	30
4.2 Siglo XIX y XX.....	37
4.3 Industria alimentaria y crisis.....	42
CAPÍTULO 2. FAMILIA, EDUCACIÓN Y ALIMENTACIÓN	
Introducción.....	49
2.1.- FAMILIA Y EDUCACIÓN	
2.1.1 La Familia: conceptos funciones y roles.....	51
2.1.1.1 La Familia y su función educativa.....	53
2.1.1.2 La familia y la educación del paladar.....	57
2.1.2 Cambios en la estructura familiar y relaciones al interior de la familia....	60
2.1.3 La escuela como espacio de aprendizaje alimentario.....	63
2.2. -EL ESPACIO FAMILIAR CAMBIOS Y PERMANENCIAS	
2.2.1 Modificación de los espacios al interior de la casa .....	65
2.2.2 Medios de comunicación.....	68

2.3.- PRÁCTICAS ALIMENTARIAS FUERA DE CASA	
2.3.1 ideología de consumo .....	70
CAPÍTULO TRES. LA ALIMENTACIÓN COMO UNA VÍA DE CONSTRUCCIÓN CORPORAL.	
Introducción.....	73
3.1.- LA ALIMENTACIÓN COMO UN PROCESO DE CONSTRUCCIÓN SOCIAL.	74
3.2.- LA EDUCACIÓN DEL PALADAR.....	77
3.2.1. La conformación de una educación del paladar.....	81
3.2.2. Cuerpo y salud.....	84
CAPÍTULO 4 DESCRIPCIÓN Y ANÁLISIS DE LA ALIMENTACIÓN EN 4 MUJERES DE UNA FAMILIA; UN ESTUDIO TRANSGENERACIONAL DE LA EDUCACION DEL PALADAR	
Introducción.....	87
4.1.- METODOLOGÍA. ....	88
4.1.1 Supuesto, objetivo general y particulares.....	91
4.1.1.1 Método: Universo de estudio	
4.1.1.1.1 Materiales e instrumentos.....	92
4.1.1.1.1.1 Procedimiento	
4.1.1.1.1.1.1 Categorías.....	93
4.2. ANÁLISIS TRANSGENERACIONAL DE LA EDUCACIÓN DEL PALADAR	
4.2.1 Introducción.....	96
4.2.2 UBICACIÓN GEOGRÁFICA.....	97
4.2.3 PRIMERA GENERACIÓN: DL.....	98
4.2.4 SEGUNDA GENERACIÓN: DD.....	113
4.2.5 TERCERA GENERACIÓN: DB.....	126
4.2.6 CUARTA GENRACIÓN :DA .....	143
4.2.7 ANÁLISIS GLOBAL.....	151
4.3.- CONSIDERACIONES FINALES.....	162
4.4.- BIBLIOGRAFÍA.....	169

## INTRODUCCIÓN

Sin importar la edad, el antojo de comer un sabor específico sea dulce, picante, salado, agrio o una mezcla que los combine hace que se busque satisfacerlo vinculándolo a productos específicos, si estamos en casa buscamos en la cocina o el refrigerador algo que pueda llenar la necesidad de dicho sabor, si no encontramos algo que lo satisfaga se tiene la opción de salir a la calle en la búsqueda de algo que pueda saciarlo. La permanencia en el consumo por ciertos sabores puede ser momentánea o permanecer a lo largo de la vida como una característica que no sólo hace habitual a un sabor, ello nos habla de un estado emocional en el que de manera permanente se encuentran los sujetos. La constante afición a un sabor cualquiera que éste sea se va aprendiendo desde pequeños en el espacio familiar, de ahí que se nutra de emociones y relaciones con los otros, es decir lo que comemos si bien tiene que ver con las prácticas y representaciones de la familia, se vincula a su vez con las emociones gestadas al interior de ella mediante las relaciones que se tienen con los otros.

En las tiendas y supermercados diariamente se ven niños que piden refresco producto que se hace “familiar”, los padres sin miramiento los complacen con una sonrisa al dar cuenta de la petición de los pequeños vaciando en sus biberones tan ansiado producto. El vínculo emocional ligado a una marca, a un alimento y a un sabor nos habla de muchos elementos de nuestra sociedad, familia e historia personal. Dentro de los sociales encontramos la historia de nuestro país no solo a nivel político y económico sino de la subjetividad colectiva que se gesta en ella donde ideologías, emociones compartidas como el enojo, el miedo, la frustración y la ansiedad hacen presa de sus habitantes cruzando sus cuerpos a través de lo que se come y del cómo se vive día a día.

Al ser la alimentación una necesidad básica de todo ser vivo, se vuelve también blanco del interés comercial y de consumo, así la sociedad existente perfila patrones alimentarios de comportamiento que se asocian a estatus y a estilos de vida que se venden para ser

alcanzado por cada uno de los sectores de la población. De éste modo la publicidad y los medios de comunicación trabajan arduamente para que dicho propósito se lleve a cabo, la introducción y establecimientos en las formas de pensamiento y comportamiento alimentario así como de la vida en general tardan tiempo en adoptarse, sin embargo una vez establecidos y arraigados en la población hacen de ellos un hábito o costumbre que se hace normal, de ahí la dificultad en su modificación ante los cambios sociales. En dicho proceso de cambio las generaciones más jóvenes son quienes mejor lo reciben pues se dan como parte de su contexto, y serán los encargados a futuro de reproducirlas y mantenerlas, en éste ciclo de continuidad, las rupturas presentes en la alimentación van generando prácticas y representaciones que se adecuan y que conviven diariamente con las ya establecidas, posibilitando su aprendizaje por las generaciones siguientes, dando así en el cambio y la permanencia una constante.

Es en el ámbito familiar donde dichas continuidades se presentan a través del proceso de una educación del paladar aprendida en la niñez, los sabores preferidos así como las emociones que éste conlleva al manifestarse en exceso producirá en los individuos daños importantes en la salud. Los altos índices de obesidad, diabetes, colesterol así como algunas otras enfermedades donde la alimentación es un elemento que contribuye en su desarrollo son un ejemplo claro de la educación del paladar que el modelo económico y social instaaura.

Además de ello la lógica racional y mecánica imperante en la ciencia hace del humano un instrumento artificial donde la lógica de la intuición y de escuchar al cuerpo no es factible, el ponderamiento de la razón hace que los individuos den poca cuenta de los procesos que se gestan alrededor de ellos, haciendo de su vida y su cuerpo tan sólo una fuente de producción dejando de lado el desarrollo de otras áreas como lo espiritual y lo personal, pues se predica la felicidad y la vida como un acumulamiento y consumo de cosas, personas, emociones o sabores.

De ahí que la alimentación y las rupturas presentes en ellas sean producto de una historia social con cambios que no van dirigidos hacia la vida, por el contrario el rápido deterioro corporal así como la especialización de las enfermedades gestadas son tan solo parte de la

dinámica social dominante. En base a ello se ve la necesidad de buscar miradas diferentes con respecto a la alimentación, por tanto el objetivo de esta investigación pretende dar cuenta del proceso de construcción que se da en una educación del paladar así como de los elementos que lo conforman, para modificarlo en lo individual y poder acceder a otro tipo de alternativas, incluyendo un estilo de vida óptimo donde la elección así como la conciencia del trabajo personal y con el mismo cuerpo pueda transmitirse de igual forma a las siguientes generaciones mediante aprendizajes y una lógica que les permitan cultivar maneras de sentir, comer, amar y enfermar como un proceso de construcción dirigido en pro de la vida.

Para ello el trabajo se ha estructurado de la siguiente forma, en el primer capítulo se esboza la manera en cómo se construyen las prácticas y representaciones alimentarias de los individuos, siendo estas un proceso de orden social que se incorpora en la vida diaria donde intervienen diversos factores como la identidad, clase social, contexto y cultura en la que se desarrollan los individuos. Una vez descrito el proceso de construcción de las prácticas y representaciones de la alimentación se hace un breve recorrido de las principales miradas que las ciencias sociales le ha dado a la alimentación ello con el objeto de conocer de manera general las investigaciones realizadas en la antropología, historia y nutrición donde la vinculación entre las prácticas y representaciones alimentarias se derivan de los procesos sociales que se incorporan en hábitos, tradiciones, situaciones económicas, políticas e intereses ideológicos de lo que se incorpora a la mesa diaria. De igual forma se muestran la medicina tradicional china y la ayurvédica<sup>1</sup>, ambos sistemas milenarios en donde la salud de los individuos parte de supuestos diferentes a los instituidos en la ciencia social y en donde la alimentación además de poseer propiedades nutritivas como vitaminas, minerales entre otras, se asocia a sabores, colores y emociones que contribuyen al desarrollo integral de la salud.

---

<sup>1</sup> El termino sánscrito ayurvéda es una combinación de dos palabras ayur (vida) y veda (conocimiento) conocimiento de la vida o del correcto vivir. El conocimiento ayurvédico se basa en las escrituras védicas que se remontan al año 3000 A.C., de acuerdo con los vedas la vida es considerada como evolución y principio. Johari Harish "Masaje ayurvédico: la técnica tradicional hindú para el equilibrio mente-cuerpo" edit. Edaf. Madrid España.1997.

A lo largo de la historia del hombre la inestabilidad en el acceso y consumo de los alimentos ha estado presentes en diversos periodos, las guerras, desastres naturales, condiciones climáticas, cuestiones económicas y políticas han generado hambrunas en muchas sociedades. La conservación y preservación de los alimentos entonces se vuelve algo necesario para la supervivencia misma, con ello comienza el desarrollo y la búsqueda de técnicas que permitan el acceso al alimento en las circunstancias adversas. Hasta entonces el acceso a los alimentos se hacía de primera mano y de forma local, con la revolución industrial y la producción en serie la alimentación tomara un giro diferente y las técnicas antes utilizadas para la conservación como lo es el secado, el encurtido, la salmuera entre otras, comienza a masificarse. Las técnicas de enlatado así como de refrigeración y cocción van haciendo del alimento un producto de consumo el cual no sólo cubrirá la necesidad de comer, éste adquirirá otras connotaciones de tipo subjetivo atribuyendo cualidades estéticas y de status que en la antigüedad era propio de las clases sociales más altas. Poco a poco la falta en el abasto de los alimentos básicamente en los países del primer mundo deja de ser un problema y la subalimentación va a generar otro tipo de relación con él, así la industria alimentaria inicia la construcción de un gran mercado que venderá ilusiones y placeres a todo los sentidos, con el auge del capitalismo y la instauración de la burguesía la refinación de la mesa y la sofisticación del acto de comer hará de la alimentación una actividad que tendrá consecuencias diversas en la vida del ser humano así como en su entorno debido a la instalación de otros estilos de vida generados principalmente en las ciudades.

Una vez esbozado el origen de la alimentación industrial nos ubicamos en nuestro país donde la alimentación ha sufrido diversas modificaciones e influencias del exterior, en un principio con la conquista donde el sincretismo alimenticio emprende la conformación de una identidad en el país y donde los cambios políticos, sociales a nivel local y mundial durante el siglo XIX y XX han ido perfilando ideologías alimentarias que hoy día se mantienen y que han impactado no solo en las relaciones con los otros si no en la salud misma de sus pobladores.

En el segundo capítulo se va desglosando como es que el antecedente histórico plasmado en el capítulo uno va impactando en los individuos a partir de la primera institución con la cual se vincula, siendo esta la familia. En ella se aprenden las reglas sociales y culturales del medio circundante, las relaciones gestadas al interior así como las emociones que en ella se gestan son un reflejo del tiempo y momento histórico que se vive, así la familia en un primer momento es un lugar donde el aprendizaje constante en las prácticas alimentarias se van incorporando al cuerpo de los individuos perfilando qué, dónde cuándo, cómo y con quién comer de acuerdo a las creencias y prácticas generadas por la historia personal y familiar que le antecede.

Es en éste contexto también donde se construye una educación del paladar que dará la base en el consumo de sabores, productos y platillos vinculados a procesos emocionales generados en éste espacio, donde la persistencia de un sabor y una emoción reflejan el tipo de relación que se tiene con los otros y con él mismo.

Debido a cuestiones políticas y económicas los estilos de vida se han visto modificados, en ello la estructura familiar se ha tenido que adecuar a las nuevas circunstancias, donde la introducción de la mujer al ámbito laboral remunerado, las largas jornadas de trabajo, las muchas horas en las que los hijos pasan solos y donde el televisor o el internet se han vuelto su única compañía, la alimentación tendrá también cambios, generando otro tipo de prácticas en la elaboración así como en el consumo y las representaciones de la alimentación diaria. En ella los medios de comunicación influirán de manera importante delineando las formas de comer así como los productos a degustar, la ilusión de una elección se hace patente, sin embargo lo que se pretende tan solo es el consumo, explotando los vínculos emocionales así como el deseo de estatus donde los cánones establecidos mediante estereotipos pretenden ser alcanzados por la gente a toda costa.

Una vez desarrollado como el antecedente histórico social y cultural alimentario se introduce en un ámbito familiar donde se aprenden formas de ver y actuar en la vida, es hora de ver como todo ello se cruza para instalarse en el cuerpo de la gente. La educación del paladar adquirida en el ámbito familiar y nutrido de aprendizajes fruto de otros contextos dan la pauta para identificar la instalación y permanencia de un sabor que se

asocia a una emoción constantemente exaltada y presente en el ámbito familiar y que los miembros de la misma van adoptando de manera inconsciente de generación en generación, así el consumo de un sabor y una emoción plasmados en los platillos que se comen son parte de la identidad familiar y de las patologías a desarrollar en todos los ámbitos de su vida. En éste sentido la afectación de ciertos órganos por la constancia de una emoción que demanda el consumo de un sabor afectara el equilibrio en el organismo al haber un exceso en ello, desencadenando un proceso de enfermedad.

Por último se aterriza el concepto de educación del paladar a través de la investigación cualitativa en donde la historia oral, la investigación participante y la entrevista semi-estructurada nos brindan la información que ha permitido identificar los cambios y continuidades existentes en las prácticas y representaciones de la alimentación de cuatro mujeres de una familia donde la educación del paladar trastoca la vida y salud de cada una de ellas, gestando padecimientos que se correlacionan con sus emociones, prácticas y representaciones alimenticias así como con el sabor que predomina en los platillos diario

# CAPÍTULO 1

## ALIMENTACIÓN Y CULTURA.

### INTRODUCCIÓN

La alimentación en general es un sistema de comunicación<sup>2</sup> a través del cual podemos aprender cómo la gente se ve a sí misma y al mundo que le rodea, diariamente al sentarnos a comer existe la posibilidad de evocar el pasado o el futuro, de representar emociones, sensaciones, olores y un sinnúmero de mensajes los cuales nos guían a un plano simbólico, originando así representaciones en los individuos provenientes del entorno social y cultural inmediato, estas se construyen y presentan en imágenes, sistemas y categorías que condensan significados y prácticas, estableciendo así marcos de referencia que guían la interpretación, la acción y la vida de los individuos<sup>3</sup>. Las representaciones de la alimentación condensan valores, opiniones, actitudes, normas y creencias que el individuo apropia de su sociedad, en éste sentido la cultura en la que estamos insertos va a perfilar qué y cómo comer, es en el espacio familiar donde se concretan los códigos y representaciones sociales del sistema alimentario que cada sociedad produce, en él se

---

<sup>2</sup> Los seres humanos no pueden vivir aislados ni pueden no comunicarse, han tenido diferentes organizaciones a lo largo de su historia, manada de cazadores y recolectores, clanes y tribus, aldeas naciones y estados que han manifestado esta condición; la comunicación se ha ampliado y especializado en ritos y tradiciones.

Gracias al lenguaje los seres humanos han generado códigos escritos y fonéticos que le han permitido modificar y evolucionar sus organizaciones primitivas pudiendo transmitirse entre sí las representaciones almacenadas y sus creencias. El lenguaje es una poderosa herramienta cognitiva que ha permitido la formación y complejización de las representaciones, posibilitando la transmisión e intercambio de las mismas entre los miembros de la especie no solo de manera escrita o fonética, las actitudes y emociones corresponden también a un tipo de comunicación y lenguaje de tipo no verbal en donde los códigos generados en la cultura son también transmitidos a sus miembros (Raiter, 2002, p 12-13)

<sup>3</sup> El comer es un acto histórico, por su carácter social se torna más complejo permitiendo así que se comuniquen y mastiquen ideas, estilos de vida y tradiciones provenientes de la subjetividad colectiva que se concretan en el hogar de origen y que permanecen o se modifican de generación en generación. “La acumulación global de conocimientos y de innovaciones derivados de la suma de las contribuciones individuales transmitidas de generación en generación y difundidas en nuestro grupo social que influye y cambia continuamente nuestra vida... se da gracias a la capacidad de comunicación entre los individuos...”, Cavalli. L.L. “La evolución de la cultura: propuestas concretas para futuros estudios” edit Anagrama, Barcelona 2007. p.9

generan, modifican o permanecen prácticas y reglas las cuales se difunden a través de los padres, parientes, compañeros, amigos, medios de comunicación y en general de toda la sociedad, en esta construcción ricos, pobres, mujeres, hombres, niños, jóvenes y ancianos asumen sus gustos convirtiendo a la alimentación en una señal de identidad.<sup>4</sup>

La cultura y la identidad ponen a disposición del individuo repertorios de acción y de representación que le permiten actuar conforme a las normas del grupo al que pertenece sin dejar de actuar por cuenta propia dando sentido a su acción, es decir son constructores activos en su hacer, una representación se construye para comprender, controlar y afrontar el medio social. Así los individuos al incorporar repertorios de acción y de representación llevan a cabo una elección, en éste proceso la cultura, la tradición y la identidad orientan el establecimiento de relaciones significativas entre el individuo y el ambiente que lo rodea. (Warnier, 2002:19)

Las prácticas y representaciones que los individuos incorporan en su alimentación diaria dan cuenta de las condiciones económicas, políticas, sociales y de salud que un país mantiene, los individuos son una expresión de ello. La alimentación al ser una de las necesidades básicas de todo ser vivo proporciona elementos que permiten describir los procesos de cambio y permanencia en todos los ámbitos de la existencia humana. Ideologías, tecnología, educación, tradiciones así como productos propios y algunos provenientes de otros países, forman parte del proceso de construcción de un sistema alimentario.

La alimentación es un tema de interés para la ciencia en general, su carácter social, natural y estético permite que ésta abarque todas las áreas de la existencia humana, las investigaciones en torno a ella se han diversificado y segmentado para explorar sólo un

---

<sup>4</sup> “La identidad es el conjunto de los repertorios de acción, de lengua y de cultura que le permiten a una persona reconocer que pertenece a cierto grupo social e identificarse con ellos, pero la identidad no sólo depende del nacimiento o de las elecciones hechas por el sujeto, el campo político y las relaciones de poder pueden asignar la identidad a los individuos.... la tradición a través de la cual se transmite la cultura, nos impregna tanto el cuerpo como el alma desde la infancia de manera indeleble”. Warnier Jean Pierre “La mundialización de la cultura” Editorial Gedisa, Barcelona 2002. p.18

aspecto de ella, lo cual no significa que en la realidad éstos campos se encuentren aislados y sin ninguna relación, el conceptualizar la alimentación como un proceso de construcción permite la inclusión de diversos marcos interpretativos proporcionando así una amplia mirada del fenómeno dando la posibilidad de describir y entender el impacto que éste tiene en la vida cotidiana y estilos de vida de los sujetos.

A lo largo de éste primer capítulo se aborda en un primer momento la construcción de las representaciones sociales y prácticas alimentarias así como los aportes y las vías como ha sido explorada la alimentación desde la mirada de la antropología, la historia, la medicina en sus diferentes campos y posturas: nutrición, la medicina tradicional china: la teoría de los cinco elementos y la medicina ayurvédica, para en un segundo momento realizar de manera general un recorrido histórico describiendo brevemente los cambios sociales y económicos gestados durante el siglo XX ello con el fin de contextualizar y describir los elementos culturales que influyen en la permanencia o cambio de las prácticas y representaciones alimentarias que se han gestado en nuestro país a través de varias generaciones, para poder situarnos en el contexto donde se realiza la presente investigación Sn Gregorio Xochimilco, donde se concretan y confluyen tradiciones y prácticas propias de un tiempo y espacio en concreto el hogar de la familia Ruiz Bonilla parte fundamental del análisis de la presente investigación.

## 1.- PRÁCTICAS Y REPRESENTACIONES DE LA ALIMENTACIÓN.

La ciencia desde hace tiempo han insistido en el hecho de que la alimentación humana comparte una dimensión imaginaria, simbólica y social, nos nutrimos de alimentos, pero también de lo imaginario Fischler, (1995:16). Los seres humanos gracias al lenguaje han modificado su organización social y han transmitido a otros las representaciones y creencias de su cotidianidad, el lenguaje se convierte así en una poderosa herramienta cognitiva que ha permitido la construcción de representaciones y ha posibilitado la transmisión e intercambio de las mismas entre los miembros de la especie. (Raiter, 2002:12).

Al ser la alimentación un acto socialmente disponible lleno de hábitos, costumbres y prácticas que le dan un sentido a la vida diaria de los individuos y que van construyendo representaciones de lo que se consumirá diariamente, así como los alimentos que serán destinados para las celebraciones y momentos especiales en la vida de los sujetos, las representaciones influyen en su manera de vivir, sentir y asimilar la alimentación. Éste fondo cultural común circula a través de la sociedad bajo la forma de creencias ampliamente compartidas, de valores considerados como básicos, de referencias históricas y culturales que configuran la memoria colectiva, así como la identidad de la propia sociedad. El carácter simbólico de los alimentos sitúa al acto de comer en un sistema complejo de significados individuales y sociales, la comida manifiesta situaciones de poder, competencia, prestigio, dependencia, amor, desprecio entre otras y éstos se comprenden en interdependencia con el sistema sociocultural, la historia familiar y personal del individuo, en torno a éstos significados se elaboran estructuras culinarias que dan sentido a las prácticas cotidianas y que a su vez organizan e incorporan a los sujetos en un orden social, las prácticas y representaciones sociales de la alimentación identifican a un grupo de otro constituyendo una importante base en la creación de identidades colectivas (Llaneza, 1998).

La identidad es una construcción elaborada en relación con los límites o fronteras entre los grupos que entran en contacto, en éste sentido no dejan de ser una manifestación de interacciones sociales, el simbolismo de la comida es uno de los aspectos fundamentales de

la cultura, la interacción social, es en esencia un proceso simbólico que se manifiesta con sonidos verbales o gestos que poseen un significado común entre los que interactúan, en función de ese significado los alimentos se representan como aceptados o rechazados. Fishcler, (op.cit:33) menciona “si no consumimos todo lo que es biológicamente comestible, se debe a que todo lo que es biológicamente comible no es culturalmente comestible”. Así la aceptación o rechazo de algunos alimentos se asocian a la cultura de origen en donde la religión, factores económicos, políticos y geográficos influyen en el significado que se les asigna, alimentos como la leche, el pan y los cereales se asocian a la seguridad, otros como el caviar y la langosta denotan prestigio, las golosinas y pastelillos a las recompensas, el alcohol y el café a la sociabilidad, en lo que se refiere a los rechazados son aquellos considerados como tabús ejemplo de ello la carne de cerdo para los judíos o el consumo de carne durante la cuaresma en la religión cristiana o los relacionados con castigos cuyas características organolépticas (sabor, color, aroma) son desagradables para algunas personas como el consumo de algunos animales como la rata o el perro. (Del Muro, 2004:27).

Las costumbres y tradiciones alimentarias que se generan a partir de las prácticas y de los hábitos son un lenguaje y una forma de comunicarse con los miembros de la familia o una sociedad, un hábito es una destreza que se adquiere por repetición de un acto, a partir de él se producen las prácticas conformando así una costumbre. “Un hábito reintroduce la dimensión histórica en el análisis de la acción de los agentes mediante esta estructura generativa que asegura la actuación del pasado en el presente”. Fernández, (2005:26).

Las representaciones entonces son formas de conocimiento específico y saber de sentido común, cuyos contenidos manifiestan la operación de los procesos generativos y funcionales socialmente caracterizados, designando formas de pensamiento social que constituyen modalidades de pensamiento práctico orientadas hacia la comunicación, la comprensión y dominio del entorno material y social.

## 2.- DIVERSAS MIRADAS DE LA ALIMENTACIÓN

### 2.1 ANTROPOLOGÍA.

La alimentación se encuentra presente en todos los ámbitos de la vida del hombre por tanto gran parte de las ciencias tanto naturales como sociales la han abordado, cada uno de ellas con una mirada diferente. Durante el siglo XX se gestan una serie de cambios en las ciencias sociales tales como el valorar aspectos subjetivos que hasta ese entonces no eran considerados como objetos de estudio surgiendo así la conformación de diversos enfoques que se ocuparan de su análisis.

En el siglo XIX el interés antropológico por el alimento se centró sobre todo en las cuestiones del tabù, totemismo, el sacrificio, la comunión y esencialmente en los aspectos religiosos del proceso de consumo, publicaciones como “la rama dorada” de James Frazer (1854-1941), “The Mystic Rose” de Ernest Crawley (1869-1924), “The sexual life of savage” de Malinowski, hacen referencia que la atención de éstos antropólogos estaba dirigida hacia los aspectos rituales y sobrenaturales del consumo (Goody, 1995:23,5).

A partir de éstos primeros estudios se comienzan a generar diversas corrientes teóricas las cuales han marcado la pauta en el desarrollo de las investigaciones en torno a la alimentación dentro de las ciencias sociales.<sup>5</sup> El trabajo monográfico sobre los bamba en Sudáfrica de Audrey Richards en los años 30’s se considera uno de los primeros y más

---

<sup>5</sup> El enfoque funcionalista y estructuralista son las primeras aproximaciones desde las cuales tanto la antropología como la sociología abordan el tema, Para los primeros la función social de los alimentos constituyen el mantenimiento del sistema, pues es la manifestación de sentimientos que contribuyen a socializar a un individuo como miembro de su comunidad, actuando como un indicador de relaciones sociales, el punto central de este enfoque es examinar la naturaleza interdependiente de las instituciones sociales. En el segundo enfoque se postula una afinidad o identidad entre las estructuras profundas de la mente y de la sociedad humana, es decir una relación entre las actitudes inconscientes de los individuos y la estructura social de un grupo determinado. (Goody, op cit:26,32).

Otra de las aproximaciones que surgen en oposición al estructuralismo es la escuela del materialismo cultural la cual plantea un relativismo cultural en materias de gustos culinarios, en donde la alimentación tiene una estrecha relación con las condiciones de su medio. (Del muro, op cit :21)

completos respecto al tema, en él presenta un análisis de la dieta de ese grupo y su relación con los demás aspectos de la vida cotidiana.

Durante los 40's debido a la escasez de alimentos producto de la segunda guerra mundial Estados Unidos promueve un análisis de la dieta de los ciudadanos con el fin de conocer sus características y proponer alternativas alimentarias, los trabajos de Margaret Mead plasman la importancia de la cultura tanto en los grupos tradicionales como en las ciudades industrializadas. Hacia los 80's los trabajos de Richard Lee y Marvin Harris se enfocan en el estudio de la alimentación y su relación con las condiciones del medio, durante los 90's una serie de ensayos publicados por Mintz abordan la alimentación como una forma de comunicación y de identificación con su grupo de pertenencia, en donde la elección de los alimentos es una especie de declaración de principios. Por otro lado Mary Douglas, dedicada al estudio de la gastronomía sostiene que ésta constituye significados de identidad étnica en la medida que los alimentos, la forma de prepararlos, la hora de la comida y con quien se hacen expresas las reglas sociales de un grupo determinado.

En México los trabajos de Manuel Gamio, Guillermo Bonfil, así como de Gonzalo Aguirre Beltrán son los primeros en abordar el tema desde el ámbito antropológico, ya en los 90's varias tesis de grado analizan la importancia que tienen en la vida cotidiana, las fiestas así como un elemento ritual. (Bertrán ,2005:17-27).

## 2.2 HISTORIA

Respecto a la historia de la alimentación su génesis se encuentra con los historiadores económicos teniendo como antecedente la crisis de 1929. En los 70's la Escuela de los Annales se interesó en el estudio de la vida material y el comportamiento biológico, sus estudios evidencian la multiplicidad de relaciones en el acto de comer cotidiano donde se entrelazan circunstancias económicas y valores culturales, donde la metodología no es única y las fuentes son diversas, de ahí la búsqueda de una interdisciplinariedad para considerar la vinculación entre los factores ideológicos, la vida material, la herencia, la imaginación, lo simbólico, la moral, el lujo y los prejuicios.(León, 2002:21).

León (op.cit: 25,7) menciona que al hacer una revisión bibliográfica de las obras dedicadas a la historia de la alimentación encuentra 6 áreas en las que se ha analizado.

1. Durante la década de los cuarentas la política nacionalista incluye a la comida como un elemento de identidad nacional. La producción literaria gastronómica sólo son recopilaciones de los cronistas coloniales así como referencias periodísticas y literarias del siglo XIX, desembocando en la ausencia de una explicación histórica.
2. La etnohistoria se han enfocado al estudio de los sistemas de producción agropecuaria de la época prehispánica y colonial, donde se desarrollan 9 temas principales: a) Plantas y animales b) instrumentos, implementos e instalaciones agrícolas y pecuarias, c) técnicas y métodos agrícolas d) sistemas agropecuarios posteriores a la conquista e) demografía f) sistemas de riego g) procesos de trabajo y sus organización h) conocimiento del medio i) sistemas de conocimiento de la diversidad vegetal.
3. La historia económica en los setenta se interesa en los flujos de producción agrícola, los ciclos económicos, los precios, los sistemas de distribución y abasto de alimentos a ciudades coloniales y del México independiente.
4. Con la perspectiva médica, la historia, arqueología y etnología retoman la visión del nutriólogo para estudiar los índices de mortandad relacionados con la desnutrición en el pasado y el presente.
5. La etnología plantea que ante todo el hombre es producto de una cultura y que mediante lo aprendido en ella se relaciona con su medio y elige la manera de explotarlo, transformarlo y comerlo.

Durante los años setenta Fernand Braudel aborda el estudio histórico de la comida como un aspecto de la vida material y propone incluirlo en el transcurrir del tiempo y relacionarlo con la costumbre y el imaginario social, recurre a la antropología y propone un modelo tripartita al margen de la teoría económica en el cual distingue tres niveles: la vida económica, vida material y economía de mercado. La propuesta de una historia antropológica de la alimentación considera las maneras de comer así como las prácticas

cotidianas marcadas por una lenta transformación en donde la evolución del gusto y la sensibilidad, así como la constitución de las maneras de comer como prácticas sociales que se relacionan con los sistemas de representación de la naturaleza, del ambiente, del cuerpo, de la convivencia con los otros y el estatus social. Estas representaciones se expresan en la misma comida, sus colores, olores, las texturas y los volúmenes. (León, op cit:22)

En México, autores como Janet Long en su texto “Conquista y Comida” realiza una compilación en donde a lo largo de diversos artículos se describen los alimentos consumidos en América antes de la conquista, el intercambio de productos americanos y europeos así como el impacto que éste produce en los habitantes de ambos continentes generando el sincretismo y surgimiento de nuevas cocinas en ambas regiones del mundo. Otros historiadores como Juárez, José en “La lenta emergencia de la comida mexicana: ambigüedades criollas 1750-1800” Jeffrey, Pilcher, en “Vivan los tamales: la comida y la construcción de la identidad mexicana” e Ivonne Mijares “Mestizaje Alimentario: el abasto en la ciudad de México en el siglo XVI”, entre otros abordan la alimentación desde los diversos aspectos mencionados antes por León.

### 2.3. NUTRICIÓN

La nutrición es la ciencia que estudia los procesos mediante los cuales el organismo recibe, transforma y utiliza las sustancias contenidas en los alimentos, construyendo los materiales necesarios y esenciales para el mantenimiento de la vida. La Nutrición como ciencia surge a finales del siglo XVIII y principios del XIX, los estudios sobre nutrición buscan conocer la fisiología de los alimentos y de sus componentes así como las necesidades cuantitativas y cualitativas del ser humano. A finales del siglo XIX los alimentos parecían ser cuestión de proteínas, lípidos, hidratos de carbono y agua, la primera mitad del siglo XX se centró en el descubrimiento de los nutrientes esenciales: vitaminas, aminoácidos, minerales, ácidos grasos. Menéndez, en Méndez y Gómez (2008:57)

La nutrición es la ciencia que se ocupa de las sustancias que nos nutren y que encontrándose en los alimentos pasan a incorporarse a nuestro organismo mediante el procesamiento de la alimentación, denominando a estas sustancias nutrientes las cuales se

definen como sustancias químicas puras necesarias para el mantenimiento de las células y órganos, reparación de tejidos y establecimiento de mecanismos de defensa eficaces frente a las enfermedades. La obtención de los nutrientes a partir de los alimentos que se ingieren, se realiza mediante el proceso de digestión y se aprovechan en el organismo mediante los procesos de absorción y metabolismo, al conjunto de estos procesos se le llama Nutrición, mientras que a la llegada de los alimentos, en sus diversas formas al organismo, se le denomina alimentación (Martin y col.2000).

La nutrición está estrechamente vinculada con el mantenimiento de la salud así como con la presencia de la enfermedad, su función es que los alimentos que entren en nuestro organismo alimenten nuestras reacciones químicas y nos mantengan sanos, los alimentos son ingeridos, masticados, digeridos y absorbidos llegando a cada célula de nuestro cuerpo a través de la sangre, al entrar los nutrientes a nuestras células son degradadas obteniendo así la energía necesaria para desarrollar nuestras actividades diarias. De igual modo se separan los productos de desecho que se eliminan fácilmente y cuando éste proceso es interferido o alterado se produce una enfermedad en nuestro organismo.

Durante los últimos 100 años se viene asentando en los países industrializados una característica en cuanto al consumo de alimentos que suele denominarse “dieta de ricos o dieta rica” la cual consiste en un alto consumo de grandes cantidades de proteínas y grasas animales contenidas en todo tipo de carne y productos lácteos, harinas y azúcares refinadas. Éste tipo de alimentos así como los estilos de vida sedentarios, los altos grados de estrés y angustia por las jornadas laborales y la situación económica, ha desencadenado un cambio epidemiológico, donde las enfermedades crónico degenerativas van en aumento en todos los sectores de la población (Macgree, 1992). La dieta occidental habitual se asocia en todas partes a los mismos patrones de padecimientos, con altas tasas de enfermedades isquémicas coronarias, ciertos tipos de cáncer, diabetes, obesidad<sup>6</sup>.

---

<sup>6</sup>Después de la segunda guerra mundial se comienza la investigación que buscan el vínculo entre los factores nutricionales y metabólicos con la etiología del cáncer, problemas cardiovasculares y otro tipo de enfermedades crónicas. En 1964 la Organización Mundial de la Salud concluye que la mayor parte de los cánceres son potencialmente prevenible, desde entonces, la investigación epidemiológica y experimental sobre la relación entre dieta, nutrición y cáncer se ha expandido enorme y rápidamente. En 1980 la Unión Europea crea el Programa Europeo contra el Cáncer, que identifica la nutrición como una de las áreas de prioridad alta en la búsqueda y prevención de esta enfermedad. Menéndez, en Méndez y Gómez (op cit :61)

En México al igual que en los países desarrollados la sub alimentación es un problema actual que se vincula a la desnutrición así como al aumento de padecimientos crónicos, sin embargo no hay que olvidar que la desnutrición en el país es un problemática que también se vincula a la pobreza de sus habitantes, gestada por un sistema económico y político que favorece tan sólo a unos cuantos.

#### 2.4 MEDICINA TRADICIONAL CHINA.

La filosofía de oriente se basa en la premisa de que toda la vida ocurre dentro del ciclo de la naturaleza y esta se encuentra en constante movimiento, siguiendo patrones cíclicos que describen el proceso de la transformación, cuando los elementos de la naturaleza están en equilibrio, la vida se armoniza y florece, cuando se altera el equilibrio de las fuerzas opuestas, amenaza el desastre. Beinfield Harriet y Korngold Efrem (1999)

La medicina china es fruto de una filosofía naturalista en la que las actividades mentales y fisiológicas o sociales son las expresiones múltiples de un mismo principio vital, la medicina tradicional china concibe al ser humano como un microcosmos (del griego micros: pequeño y cosmos: mundo) en adaptación permanente al macrocosmos (makros: largo o grande) es decir el ser humano constituye un conjunto individual que interactúa siendo él mismo un elemento del universo del cual no puede separarse, en éste sentido el hombre y la naturaleza se comunican tratándose así de una relación global y de interdependencia. En esta medicina el objetivo no sólo es curar las enfermedades si no lograr el restablecimiento de un vasto equilibrio dentro del organismo en su totalidad y en relación al conjunto del universo. Ellos hacen la analogía donde las personas son como jardines y los médicos son los jardineros, donde el papel del médico chino es cultivar la vida ejemplificando así la filosofía integradora que éste sistema difunde.

Tanto el jardín como el cuerpo humano son microcosmos de la naturaleza, donde los procesos, ciclos y condiciones que existen en un jardín también pueden observarse en la vida de un ser humano. El cuerpo está sujeto a ritmos y ciclos similares a los del jardín, dentro del ciclo de las estaciones, hay una época para brotar, crecer, madurar, recolectar y abonar, a través de éste proceso de transformación el jardín se mantiene y se renueva a sí

mismo de forma constante. Las diferentes etapas de la vida en el ser humano como la niñez, juventud madurez y vejez corresponden a éstos ciclos, al interior del cuerpo también se manifiestan en cada uno de los órganos y las emociones. Al igual que el planeta está compuesto por tierra, océanos y atmósfera, el cuerpo está organizado en sangre, fluidos y Qi, éste último puede entenderse como el principio creador o formador asociado con la vida y con todos los procesos que caracterizan a los seres vivos. La materia es el Qi que toma forma, las montañas, los ríos que corren en el ser humano, todas las funciones del cuerpo y de la mente son manifestaciones del Qi, la fuerza vital y el Qi son lo mismo. La esencia de los alimentos es una forma de Qi, esta esencia sumamente refinada es la fuente a partir de la cual se construye la forma material del cuerpo. Cuando el Qi de los alimentos y el Qi del aire entran en el cuerpo se convierten en una única entidad conocida como Qi puro o virtuoso. El Qi es tanto el fundamento de la estructura como el catalizador de la transformación y el movimiento dentro y fuera del cuerpo, las fuerzas del Qi pueden trabajar a favor o en contra de la salud. Para la medicina china el jardinero (médico) no hace que crezca el jardín (ser humano), lo hace la naturaleza, el jardinero es un aliado que prepara la tierra, siembra las semillas, riega y arranca la malas hierbas, el jardinero protege la identidad del jardín favoreciendo el crecimiento de algunas zonas, limitándolo en otras, el observa y nutre la relación entre el jardín y el hábitat. En éste sentido la salud no sólo abarcara lo orgánico, lo espiritual y emocional conformaran parte del equilibrio en su salud y en el mantenimiento de la vida (Beinfeld Harriet y Korngold Efrem op cit)

Para los antiguos chinos el conocimiento se guía por tres principios, yin-yang y Tao la teoría dualista del yin y el yang es de esencia cósmica, se habla del cielo como un Yang y de la tierra como un Yin los cuales se conectan por intermediación humana pues éste se une al cosmos a través de la respiración y a la tierra en el contacto por la planta de los pies, así como por el consumo de los productos que ella le ofrece, por tanto la respiración y la alimentación son básicas para mantener el equilibrio en el ser del microcosmos que es el cuerpo humano (López,2002)

Así la salud del individuo es el resultado de un equilibrio entre dos fuerzas opuestas (yin-yang) que se enfrentan en todas las manifestaciones de la naturaleza, estas fuerzas circulan por el organismo enfermo mediante una energía que recorre todo el cuerpo según líneas

bien determinadas, la distribución de esta energía vital puede sufrir perturbaciones y los órganos experimentan trastornos por exceso o insuficiencia de energía (Beau, 1975)

La teoría de los cinco elementos constituye uno de los principios básicos de la medicina tradicional china, esta teoría hace referencia a como los elementos de la naturaleza se articulan en un ciclo para dar inicio a su existencia, ninguno de los elementos tiene mayor o menor prioridad en éste ciclo los cinco son fundamentales para que cada uno de ellos exista, los 5 elementos son: madera, fuego, tierra, metal y agua. Esta teoría constituye la guía de una práctica médica, mediante ella se clasifican los fenómenos naturales, las emociones humanas así como sus tejidos y órganos en diversas categorías interpretando las relaciones entre la fisiopatología del cuerpo humano y el medio ambiente, ya que éste último influye considerablemente en sus actividades fisiológicas, existiendo así una interdependencia entre hombre y naturaleza (Zhang Jun, 1984) Cada uno de los cinco elementos corresponde en nuestro cuerpo a 2 órganos y a una emoción: madera corresponde a hígado y vesícula biliar así como a la emoción de ira, el fuego a corazón e intestino delgado y corresponde a la alegría, la tierra a estómago, bazo páncreas y a la emoción de ansiedad, el metal a pulmón e intestino grueso y se asocia a la melancolía y por último el agua a riñón, vejiga y a la emoción de miedo, esta relación que mantienen los elementos con los órganos de nuestro cuerpo y la emociones también se asocian en la naturaleza a las 5 estaciones del año, los cinco puntos cardinales, a los proceso de crecimiento y desarrollo, sabores y colores.

Grupo	Humano					Naturaleza				
Cinco Elementos	Zang	Fu	Órganos de los sentidos	Cinco tejidos	Emoción	Estaciones	Crecimiento y desarrollo	Color	Sabor	Orientación
Madera	Hígado	Vesícula	Ojos	Tendón	Ira	Primavera	Germinación	Verde	Agrio	Este
Fuego	Corazón	Int. Delg	Lengua	Vasos	Alegría	Verano	Crecimiento	Rojo	Amargo	Sur
Tierra	Bazo	Estómago	Boca	Músculos	Ansiedad	V. tardío	Transformar	Amarillo	Dulce	Centro
Metal	Pulmón	Intestino Grueso	Nariz	Piel, pelo	Melancolía	Otoño	Cosecha	Blanco	Picante	Oeste
Agua	Riñón	Vejiga	Oreja	Huesos	Miedo	Invierno	Almacena- miento	Negro	Salado	Norte

Los cinco elementos se articulan en tres relaciones en un ciclo vital para dar inicio a su existencia: relación de ínter generación, de dominancia y contra dominancia, en estas 2 últimas dos relaciones comienza a darse un desequilibrio entre los elementos y por tanto se da un efecto en el cuerpo humano, sus órganos y emociones generando así una enfermedad (López, 2002)

La alimentación en la medicina tradicional china constituye parte del proceso de equilibrio que mantiene el microcosmos, es decir el cuerpo como tal al recibir alimentos adecuados mantiene en equilibrio sus emociones y sus órganos manteniendo así su salud y por tanto la calidad de vida será óptima, por el contrario si existe un desequilibrio ya sea por el exceso de ciertos alimentos nocivos para nuestro cuerpo o la exaltación de una emoción que origine la dominancia de un sabor o viceversa el microcosmos que constituye el cuerpo humano se verá alterado y por tanto enfermará, esta misma relación sucede con el macrocosmos, los sistemas de producción y de consumo han deteriorado el medio ambiente, el consumo de carne al por mayor así como el origen de la comida industrial ha provocado un desequilibrio en las formas de relacionarnos con los alimentos, ellos han perdido su relación sacra así como la vinculación con los ciclos de cosecha y recolección generando una sobreexplotación de los recursos naturales para el consumo extremo.

## 2.5 MEDICINA AYURVÉDICA.

La palabra ayurvéda es un término sánscrito que significa “ciencia de la vida” (*Ayur*, vida o rutina y *veda* conocimiento), éste es un sistema de curación que se desarrolló en la India, al igual que en la medicina tradicional china se concibe al hombre como un microcosmos que se encuentra en interrelación con el macrocosmos. De acuerdo al ayurveda cada ser humano tiene cuatro sentidos espirituales y biológicos: religioso, financiero, pro creativo e instinto por la libertad y es la salud la base para la realización de éstos instintos.

La ciencia ayurvédica tiene como fundamento cinco elementos básicos que se encuentran en el macrocosmos y son: éter, aire, fuego, agua, tierra, al ser concebido el ser humano éstos cinco elementos se harán presentes en él para conformar una constitución que se

guiara en tres principios básicos o humores conocidos como la *tridosha* éste principio es responsable de las necesidades naturales y preferencias individuales en cada comida, sabor, temperatura, así como del comportamiento emocional siendo la base de la existencia psicosomática del hombre. La *tridosha* se constituye de la siguiente manera: a partir de el éter y el aire, se manifiesta el principio corpóreo del aire llamado *vata*, los elementos fuego y agua se manifiestan juntos en el cuerpo como principio de fuego llamado *pitta*, la tierra y el agua se manifiestan como el humor del agua llamado *kapha*, éstos tres elementos (*vata*, *pitta*, *kapha*) gobiernan las funciones biológicas, psicológicas y patológicas del cuerpo, cuando están desequilibrados contribuyen al proceso de la enfermedad.

En general existen siete tipos de constituciones las cuales son la combinación de *vata*, *pita* y *kapha*, sin embargo ninguna constitución está hecha de un elemento único, al contrario cada persona es una combinación de los tres *doshas* con una tendencia predominante hacia una o más, en la medicina ayurvédica la constitución del individuo que corresponde a la *tridosha* es importante para determinar los alimentos que mantendrán su salud, las constituciones *vata*, *pita* y *kapha* poseen ciertas características específicas que hacen que el consumo de alimentos contrarios a su constitución provoque en ellos una alteración en su constitución generando así la dominancia de algún elemento y por lo tanto el desequilibrio tanto emocional y corporal del individuo.

El alimento tiene tres cualidades su sabor, su fuerza, y su efecto, en donde el sabor es importante, por tanto comer diferentes sabores afectará la personalidad y salud del cuerpo, sin importar el número de calorías o la cantidad de proteínas. Los sabores que se asocian con el alimento son: dulce, ácido, salado, amargo, agrio, astringente y estos sabores tienen diferentes efectos sobre los *doshas*.

Al igual que en la medicina tradicional china, el ayurveda es un sistema milenario basado en cinco elementos y aunque los principios y postulados difieren, la filosofía en ambas es la misma, concebir al hombre como un microcosmos que se relaciona con el macrocosmos en donde son diversos los factores que mantienen el equilibrio de ellos, la alimentación en ambas medicinas es un factor importante para su mantenimiento, en donde la geografía, el clima, las estaciones del año así como los sabores, colores y olores de lo que ingerimos no

sólo tiene un efecto fisiológico, éste va más allá compartiendo propiedades emocionales, simbólicas y espirituales que forman parte del proceso de la vida.

### 3.- ANTECEDENTES DE LA ALIMENTACIÓN INDUSTRIAL

A partir de la revolución industrial en el siglo XVIII se modifica la relación existente entre el sujeto y la producción<sup>7</sup> en donde la producción de los bienes materiales adquiere prioridad sobre las personas. Warnier (op cit:93) Los siglos XIX y XX han estado permeado de un sinfín de avances tecnológicos<sup>8</sup> los cuales no sólo impactaron en las áreas industriales, éstos se filtraron al área privada en cada uno de los hogares y la vida cotidiana de los individuos.

La alimentación no escapa a éste proceso hoy día se han convertido en una actividad industrial especializada a diferencia de hace un siglo e incluso algunas décadas en donde las comunidades rurales se abastecían con productos locales, lo cual ha modificado los estilos de vida y ha generado cambios en el cuerpo de los individuos así como en las relaciones que se mantienen con los otros y consigo mismo.

La esfera industrial ha transformado todas las comunidades modernas en sociedades de trabajadores y empleados, quedando centradas en una actividad necesaria para mantener la vida. La sociedad es la forma en que la mutua dependencia en beneficio de la vida y nada más adquiere significado, donde las actividades relacionadas con la pura supervivencia se permite aparecer sólo en público (Arendt.H, 1993) en éste sentido sólo la producción y lo que se genera es lo que tiene mayor valor, ya no hay tiempo para mucho, hay que comer

---

<sup>7</sup> Hasta entonces la producción de los objetos se llevaba a cabo de una forma artesanal en donde los productos eran únicos, el proceso mismo implicaba una mística y una relación directa entre el individuo y su producto, con la industrialización esto se pierde, pues el proceso de elaboración lo lleva a cabo una maquina en donde el individuo solo interviene en algunas fases del proceso creando productos en serie sin un valor mayor que el económico.

<sup>8</sup> Con la revolución industrial se han vivido 3 momentos importantes, el primero con la invención de la máquina de vapor en 1830 así como el uso de carbón, hierro y los productos textiles, un segundo con el descubrimiento de la electricidad lo cual permitió la iluminación urbana y domestica además del uso de las comunicaciones como el radio y el telégrafo a inicios del siglo XX, y un tercero que estamos viviendo al cual se le llama la era informática. (Warnier: op cit. 41)

rápido pues el producir es lo prioritario, así encontramos en las oficinas o lugares de trabajo que el desayuno se materializa en un café, atole, galletas, jugos, tamales o algo rápido.

La industrialización de los alimentos ha generado un impacto en la economía y política mundial y también ha repercutido en la salud y estilos de vida de los individuos no sólo de un país sino de todo el mundo. Por ello es necesario explicar el proceso y las circunstancias en que éstos se originan y cómo se introducen en la vida cotidiana de los individuos impactando en sus pobladores y difundiéndose a lo largo del mundo.

Goody (2002:310,14) refiere que los factores que hicieron posible el crecimiento de la industria alimentaria en occidente se manifestó en 4 áreas 1) conservación,2) mecanización 3) venta al detalle y al por mayor 4) transporte

Procedimientos como el secado, el encurtido y la salmuera mediante el uso de la sal, el vinagre e incluso el azúcar se utilizaban para la conservación de los alimentos, principalmente durante la navegación donde se requería gran cantidad de productos no perecederos. A raíz del corte de suministro de azúcar en la Europa continental durante las guerras napoleónicas y al no poder acceder a suministros de ultramar se dio lugar a la invención del envasado de conserva creadas en 1795 por el francés Nicolas Appert quien tiene como antecesor a londinense Denise Papin en 1682, quien retoma el envasado de una práctica antigua llamada “el digestor” que consistía en un aparato de cocción a presión.

El uso de latas se introdujo en 1810 con Peter Durand y Heine, pues hasta entonces el envasado se realizaba en vidrio. Los alimentos envasados llegaron a las tiendas para su venta al público en 1830 pero su desplazamiento fue muy poco debido a sus altos costos.

El proceso de enlatado se difundió a E.U. donde de igual manera la venta local fue en un comienzo reducido, a raíz de la Guerra Civil en (1861-5) la demanda de éstos productos por parte del ejército fue la de mayor peso. Las fabricas pioneras comenzaron con pescado como producto principal y como productos alternativos con frutas y verduras. Hacia 1880 la era del alimento industrial había comenzado. (Goody op cit : 207)

La congelación de los alimentos fue otro de los procedimientos de conservación que impulso la industria alimentaria, esta técnica al igual que las anteriores comenzó de manera local, con la utilización de hielo para conservar los alimentos pero en los climas menos fríos el uso extensivo de la refrigeración dependía de la posibilidad de fabricar hielo

artificial. En 1850 James Harrison, un inmigrante escocés en Australia, diseñó la primera máquina de hacer hielo mediante la evaporación y la compresión de éter, 10 años más tarde el francés Carré produjo una máquina más eficiente usando gas amoníaco. En 1876 el ingeniero francés Charles Tellier después de varios intentos logró que el S.S Frigorifique trajera un cargamento de carne procedente de Argentina hasta Rouen. Estos avances dieron lugar tiempo después a la refrigeración doméstica (Goody op cit:210).

Durante el siglo XX la producción y distribución industrial alimentaria así como la introducción de aparatos más sofisticados en el hogar como la estufa, el refrigerador y de electrodomésticos como la licuadora han ido transformando las técnicas y prácticas utilizadas generaciones atrás en la elaboración de los alimentos. Con la entrada de estos aparatos en la cocina, combustibles como la leña o el petróleo han sido sustituidos por el uso de gas y actualmente con el microondas la electricidad comienza a infiltrarse como una opción más en la cocción y preparación de la comida.

#### 4.- CONTEXTO DEL SISTEMA ALIMENTARIO EN MÉXICO

México es una región muy rica tanto en flora como en fauna, el clima y la geografía permiten que a lo largo de todo México se encuentre una gran diversidad de alimentos.

De ello daban cuenta los españoles al describir las tierras del Nuevo Mundo, muchos de los alimentos que se consumían en estas tierras eran desconocidos para ellos como la papa, el maíz, el chocolate, la piña entre otros. De igual forma muchos de los productos consumidos por los españoles eran desconocidos en el Nuevo mundo, como el pan de trigo, el uso de la manteca de cerdo para freír los alimentos, los jamones ahumados, el vino y algunos más.

México es producto de dos culturas la prehispánica y la española principalmente<sup>9</sup> sin embargo en él encontramos una gran diversidad de grupos sociales y etnias cuyo resultado es el sincretismo a partir del cual se constituyen las bases económicas, sociales, políticas y culturales del México actual.

Estas bases económicas, sociales, políticas y culturales tienen una estrecha relación con la alimentación de todos los sectores de la población, cada uno desde su posición vive y representa la alimentación de acuerdo a la condición, el tiempo y el contexto donde se ubique. Los alimentos a los cuales se tiene acceso así como las formas de preparación y consumo están permeadas de ideologías, costumbres y rituales que han sido creados a lo largo de la conformación de la nación mexicana, sin embargo hay algunas prácticas y tradiciones que permanecen muy arraigadas como parte de la identidad cultural que se ha forjado a lo largo de nuestra historia, un ejemplo de ello es el consumo de maíz, chile y tequila que aunque si bien varía en su preparación y presentación dependiendo el nivel económico y la geografía en la que se habita, se reconoce como algo que encarna y define lo mexicano, tanto en nuestro país como fuera de él. Veamos cómo se van construyendo y sentando las bases de la alimentación y sobre todo que factores sociales, económicos y culturales influyen en su cambio o permanencia.

---

<sup>9</sup> No hay que olvidar que también existe en nuestro país sangre africana, proveniente de los esclavos traídos por los españoles, algunas de sus prácticas y costumbres también contribuyen al sincretismo alimentario y aunque éste es menor que el español no podemos dejar de lado su influencia.

#### 4.1 SINCRETISMO ALIMENTICIO.

La base de la alimentación prehispánica en general se basaba en el maíz<sup>10</sup>, frijol y el chile, éstos se combinaban con otros productos como el nopal crudo o cocido, el centro del maguey asado, chayotes, chilacayotes, papas, camotes, quentoniles, hongos, epazote, vainilla, cilantro, de la sustancia algosa recogida de las aguas se hacían una pasta parecida al queso la cual era salada al gusto, también se consumían huevecillos de ciertas moscas depositadas en la superficie de las aguas, frutas como el mamey, chirimoya, guanábanas, tejocotes, pitahayas, tunas zapote blanco y prieto, guayaba, jícama. Animales domésticos como los perros y los guajolotes, animales silvestres como el conejo, topo zorrillo, tlacuache, venado, tuza, armadillo, aves como codornices, patos, grullas. De los productos del mar se consumían los mariscos de agua dulce, y salada, varios tipos de cangrejos, ranas, ajolotes y tortugas principalmente.<sup>11</sup> La semilla del cacao era otro ingrediente importante en la alimentación prehispánica para preparar el chocolate que se empleaba como bebida, se molían los granos de cacao en un metate una vez fermentado tras haber sido sometidos a los procesos de curación y tostado, se le aplicaba agua y se airaba formando una espuma la cual indicaba la calidad del chocolate, se endulzaba y aromatizaba de diversas maneras (Coe, 1994)

Ricard (1986) hace referencia a que gran parte de la población tanto azteca como las que no lo eran hacían uso de los sacrificios humanos y la antropofagia ritual. Esto se debe a que para la mayoría de las culturas prehispánicas el alimento no sólo representaba la sobrevivencia física, el carácter religioso y ritual más que el placer por comer o por un sabor predominaba en ellas.

---

<sup>10</sup> Coe (1994), menciona la existencia de 5 grupos de maíz: dentados, de grano duro, harinosos, dulce y para palomitas. Su uso era múltiple, sus granos se utilizaban en la preparación de atoles, tamales y demás platillos con sus hojas se envolvían y cocinaban los alimentos y servían también como combustible, las espigas eran consumidas durante las hambrunas y de sus tallos se extraían un jugo dulce pp33

<sup>11</sup> Estos alimentos son tan solo algunos ejemplos de flora y fauna que se consumía, sin embargo es erróneo pensar que todos se comían diariamente y por todos los pueblos, el acceso de ellos dependía tanto de la geografía así como del estatus o la clase social a la que se perteneciera.

“Alimentarse era más que satisfacer el hambre era penetrarse en un profundo simbolismo cósmico y contribuir a fundamentar las relaciones del indígena entre el ser y el devenir, la comida era el lazo entre el principio y el fin. La vida era dada al hombre por un ser superior y mantenida mediante el alimento, buscando ese alimento y consumiéndolo el indígena se asociaba a la divinidad manteniendo viva la creación...Los dioses mantenían la vida de los mortales dándole el diario sustento en cambio esperaban de los hombres además de ayunos y ofrendas una entrega total e incondicional de sí mismos para alimentar con su sangre al sol y a la tierra, los dioses exigían por ser símbolo de la vida misma, el alimento mismo. En los sacrificios rituales sólo la sangre podía aplacar ese apetito sobrenatural, la sangre de guerreros valerosos y fuertes era la elegida para dicho ritual (Corcuera, 1981:40,41)

Para Pilcher, J. (2001) una explicación de estas prácticas se encuentra en las obligaciones mutuas que imponen la alimentación. Los aztecas creían que las mujeres tenían la responsabilidad de dar de comer a los hombres y que éstos a su vez asumían el deber de alimentar a los dioses. La carne de los jóvenes guerreros revitalizaba los campos y su sangre aseguraba lluvias abundantes. Las mujeres definían en gran medida su identidad en torno a los alimentos que preparaban y los guerreros así como los sacerdotes mostraban una profunda preocupación por alimentar a los dioses como medio de mantener el equilibrio cósmico. En el hogar el lugar central era donde se encontraban tres piedras iguales las cuales contenían el fogón simbolizando la imagen y encarnación del dios viejo “el fuego”, alrededor de él se consumían y preparaban los alimentos, en él se colocaba la olla y el comal para hervir los guisos, cocinar las tortillas y alrededor de él se consumían los alimentos,<sup>12</sup> los utensilios usados para la preparación y para el manejo de los alimentos era

---

<sup>12</sup> Antes de la llegada de los españoles no existía lo que hoy conocemos como cocina, es decir una habitación exclusiva para la preparación y almacenaje de los productos y enceres destinados a esta actividad. El comedor, las vajillas, las cucharas, los vasos y los manteles así como las alacenas, los utensilios de cobre o hierro fueron elementos españoles que poco a poco se fueron incorporando en la vida cotidiana después de la conquista. (Mijares, op cit. p.40)

de fibras vegetales, piedra barro y cerámica materiales con los cuales elaboraban ollas, cazuelas y comales. (Vargas, en Alarcón. 2002)

El consumo de los alimentos variaba dependiendo la ocasión y la posición a la que se perteneciera así como el lugar donde se habitara, no era lo mismo vivir en Tenochtitlán o en alguna población perteneciente a la triple alianza que ser habitante de alguna región conquistada la cual tenía que pagar tributo.

Al ser Tenochtitlan el centro y confluencia del poder azteca, los sacerdotes, nobles y la minoría culta que ahí habitan eran quienes sin duda tenían acceso a las más variadas posibilidades culinarias del ámbito indígena, a diferencia de la población en general cuya alimentación diaria la constituía el maíz, el frijol, chile y amaranto.

“...a medida que la gente ascendía en la escala social tenía acceso a una alimentación más diversa y refinada... el desayuno...consistía en una ración de atole para el pueblo en general mientras que para el señor era una de chocolate endulzado con miel o condimentado con chile. La comida que se consumía al medio día estaba compuesta de tortillas o tamales de maíz, frijol, chile y si conseguían algún roedor, batracio o insecto, además de agua como bebida, a medida que subía la escala social, éste menú se iba ampliando y diversificando con otros platillos que incluían la carne de animales domésticos (perro y guajolote) o piezas de caza (conejo, venado o pato); insectos, especies acuáticas frutas y hortalizas... en la cena para el pueblo en su totalidad, sólo una ración de atole o de alguna otra bebida preparada con chía, si acaso otra ración de tortillas, frijoles y chile, en cambio para los personajes ricos... la noche era el momento en momento en el que se efectuaban los banquetes” (Mijares, 1993:16)

Aunque había una gran diferencia entre los productos consumidos por la condición social de los pueblos prehispánicos la gran variedad en la triada formada por el maíz, el chile y el frijol hacían su consumo sumamente accesible y al combinarlos en cualquiera de sus presentaciones hacían de ellos los alimentos básicos de gran parte de la población azteca.

Todos los actos de la vida estaban impregnados de ideas religiosas, de modo que en el curso de su existencia tenían que someterse a innumerables ceremonias y ritos donde la comida se hacía presente.

Las ceremonias eran espacios donde la diversidad gastronómica se hace patente, en ellas participaban tanto pobres como ricos cada uno adecuándose a su condición preparaban gran cantidad de platillos variando así su alimentación cotidiana, el consumo de octli o pulque sólo se toleraba en ciertas fiestas públicas, la embriaguez fuera de éste contexto se castigaba con extremo rigor. (Ricard, op cit)

Fray Bernardino de Sahagún describe los banquetes realizados por los mercaderes que tenían la suficiente solvencia económica para considerarse ricos, éstos hacia una fiesta o banquete para dar gracias a los dioses y compartir con sus parientes mercaderes y principales señores. Las celebraciones podían durar varios días en donde la comida, el baile, la música, las adivinaciones, pláticas, ofrendas y regalos mutuos se hacían presentes. El verdadero esplendor de la comida prehispánica se aprecia en las descripciones que Bernal Díaz del Castillo hace de la mesa de Moctezuma a diario en donde diversos platillos y ofrendas aromáticas y comestibles se presentaban ante él.

Con la llegada de los españoles la cultura prehispánica sufrió un giro de 360°, la conquista española representó un cambio en la realidad, así como en los estilos de vida de los habitantes del Nuevo Mundo. A su llegada los conquistadores traían escasos alimentos por lo que tuvieron que aceptar la comida que estas tierras le ofrecían.

“la comida desempeño un importante papel en el contacto entre los dos mundos, el encuentro de éstos fue consecuencia de las necesidades de hallar rutas comerciales después que los turcos otomanos conquistaron el Asia Menor y cerraron las vías comerciales a la Indias y a sus abundantes especias. El fracaso de Colón en el establecimiento de nuevas rutas para el comercio de especias de la India, fue compensado posteriormente por la obtención de riquezas alimentarias que cambio a los dos mundos” (Armellagos. 1996:108)

Lo mencionado por Armellagos nos habla de la importancia de ciertos productos como son las especias y el gran valor que les significaba a los españoles, no sólo por brindar sabor a los alimentos o por que el uso de ellas le permitiera la conservación de ciertos productos, éstas constituían sobre todo un gran valor económico. América les proporciono gran cantidad de alimentos como los chiles, la vainilla, el epazote, la papa, el tomate, y el

guajolote al cual llamaron pavo, los cuales forman hoy en día parte de la cocina europea, no sólo de la española, si no de la italiana y la francesa.

La conquista del Nuevo mundo abarca todos los ámbitos, político, económico, social, militar, ideológico y espiritual, pues la conducta moral y por tanto los estilos de vida que se generaron a raíz de la conquista se ven grandemente influenciadas por esta nueva forma de concebir la vida, la forma de tratar a los otros, así como al propio cuerpo que se va a construir dentro de la lógica de la religión. La imposición de costumbres, religión estilos de vida, formas de pensar y de comer diferentes se encarnó en el cuerpo e historia de sus pobladores.

Una vez que cae el imperio azteca en manos de los conquistadores españoles y de sus aliados indígenas, la ciudad de Tenochtitlan se convierte en la cabeza de la Nueva España, la reconstrucción de la ciudad es una gran tarea, todo en ella cambia, la gente, la casa, la vida. Gruzinski (2007:78,9) describe éstos cambios que se dan sobre todo en los estilos de vida de los indígenas.

“muchos indios son reducidos a esclavos. Algunos padres venden a sus hijos para pagar tributo. Se atormenta a los indígenas para arrebatárles sus bienes...proceden de todas partes gigantescos rebaños humanos convergen hacia la ciudad de México, donde se les marca con hierro candente.., el trabajo forzado en las minas...mientras tanto las aldeas se despoblaban y los indios se refugiaban en las montañas”

La situación para los pobladores de Tenochtitlan así como para los pueblos conquistados anteriormente por los aztecas se vuelve aun peor, si con los aztecas tenían que pagar cierto tributo, lo cual hacia que a veces no tuvieran que comer por reunir lo que tenían que pagar al imperio, con la conquista la situación se torna más grave, pues los españoles harán un uso desmedido del poder pidiendo tributo excesivos. En éste periodo el hambre y las epidemias se harán presentes ocasionando la muerte de muchos de los habitantes de la Nueva España tanto indígenas como Españoles.

Con respeto a la alimentación Lovera en Long, (1996:64:5) habla de dos momentos: el primero lo caracteriza como de mutuo rechazo y violencia y el segundo es un intento por

parte del conquistador de reproducir su patrón alimentario y de adopción mutua entre europeos e indígenas de productos que les eran propios, éste proceso condujo al nacimiento de la alimentación como hoy día la conocemos, es decir la combinación entre los alimentos indígenas y españoles dieron como resultado nuestra comida típica mexicana.

Conforme se establecían los españoles poco a poco fueron llegando de España distintos tipos de ganado y alimentos propios de Europa como el pan hecho de trigo y productos derivados del cerdo y la vaca como el tocino, el queso, la leche y algunas especias españolas, de la india y árabes como la pimienta blanca y negra, los cominos, el orégano, el azafrán, la albahaca, el clavo y el jengibre entre otros.

Además de éstos alimentos, la caña con la que se producían el azúcar, fue uno de los productos introducidos por los españoles el cual contribuyo no sólo en el enriquecimiento de la alimentación del Nuevo Mundo, sino también en la economía de la Nueva España (Valle, 1998).

Vargas en Long, (1996:167) menciona que los principales efectos de éste encuentro sobre la alimentación fueron:

- a) La adopción de nuevos instrumentos y técnicas de cultivo
- b) La introducción de la ganadería que llego a los poblados indígenas
- c) Cambio en el modo de preparar y consumir la comida
- d) El inicio de la industrialización de algunos alimentos
- e) La apertura de establecimientos públicos para la venta de alimentos
- f) La relajación de las restricciones para el consumo de alcohol entre los indígenas
- g) La inclusión de algunos productos indígenas en la farmacopea europea
- h) La lenta difusión de los alimentos americanos en Europa.

Todo esto tuvo una repercusión directa tanto en la economía como en los estilos de vida, la repartición del trabajo, la alteración de la geografía, el establecimiento de nuevas leyes y normas así como en la salud de los pobladores de la Nueva España.

Por ejemplo la introducción del ganado vacuno y bovino, causo alteraciones en los ecosistemas, las nuevas técnicas de cultivo cambiaron la percepción que se tenía en torno a la tierra y a la obtención de recursos alimenticios así como la introducción de cereales

como el arroz y el trigo, los cual generó nuevos productos, el uso de manteca de cerdo permitió cambiar los sabores y olores de los alimentos, la domesticación de los animales fue en aumento, el cerdo y la gallina eran de los animales que menos cuidado requerían y los cuales a su vez brindaban grandes recursos alimenticios por lo cual fueron adoptados rápidamente por la población.

La utilización de materiales como el hierro y el cobre, además de la llegada de los hornos de piedra o de ladrillo permitieron otro tipo de preparaciones.

La industrialización del azúcar favoreció la producción de las bebidas alcohólicas la utilización de otras técnicas como la destilación, permitía concentraciones más altas que la fermentación utilizada en la elaboración del pulque, el acceso a estas bebidas ya no era restringido como lo era en la época prehispánica, lo cual originó que la embriaguez fuer un problema frecuente entre los habitantes. El empleo del azúcar se popularizo rápidamente sustituyendo a las mieles indígenas, su uso también favoreció la elaboración de dulces y ates repercutiendo favorablemente en la economía de ciertas regiones. En el intercambio de alimentos entre regiones distantes, el uso de animales de carga como los caballos, burros, mulas y el uso de carruajes, brindo mayores posibilidades en el traslado de las mercancías, dejando atrás el uso de tamemes<sup>13</sup> (Vargas, en Long, op cit ).

Las nuevas plantas, animales y especias traídas por los conquistadores se combinaron con los alimentos locales, las técnicas así como los utensilios traídos de Europa, los modales, las formas, los significados en el comer, las festividades así como la religión produjo a través de los años una nueva cocina, de éste modo el concepto de interdependencia y de correlación entre la naturaleza y el ser humano que existía en la cultura prehispánica se fue perdiendo dando lugar a otro tipo de pensamientos donde el placer por ciertos sabores o algunos alimentos va a predominar a la hora de alimentarse.

---

<sup>13</sup> Se les llamaba tamemes a las personas encargadas de trasladar las mercancías recorriendo grandes distancias.

## 4.2 SIGLO XIX Y XX.

A lo largo de la historia, la alimentación ha servido como vía para diferenciar a los individuos, dependiendo la clase social a la que se pertenezca será el acceso y consumo de los alimentos, detrás de ello encontramos ideologías y políticas que repercuten en el consumo de alimentos así como sus prácticas, Durante el siglo XVIII, XIX y XX diversos intelectuales así como políticos y militares marcan pauta en los cambios sociales y en las representaciones de los individuos con respecto a lo que se debe y no comer. A mediados del siglo XVIII varios intelectuales ven en la alimentación y en la educación una vía para transformar la nación. Alzate es uno de ellos, para él la educación es fundamental para el desarrollo del país así como la necesidad de un pueblo bien alimentado, por tanto el acceso a una buena alimentación era primordial para cumplir éste objetivo, por lo cual da diversas propuestas<sup>14</sup> dirigidas a los sectores más pobres de la población, y encuentra en la publicación periódica un medio accesible para llegar a la mayor parte de la población (Moreno 2000)

Durante el siglo XIX Con la independencia se busca una nueva organización social de la república, el movimiento insurgente modificó por entero a la sociedad y llegó hasta lo más íntimo del hombre, su vida familiar, sus costumbres y formas de vida en general. El México independiente se construirá sobre las cenizas del imperio virreinal donde no existía un Estado sólidamente estructurado que lo reemplazara pronto surgieron las disputas entre diversos grupos sociales y facciones políticas por la dirección de la república. Al respecto López (2000) menciona

“los políticos - liberales y conservadores – enfrentan el proceso de las disputas por el poder político y con ello se crea una nueva perspectiva sobre lo que significa la vida política del país, que se integra con una población heterogéneo sobre la cultura y especialmente sobre el analfabetismo 83% de la población...así la nueva realidad

---

<sup>14</sup> En el núm. 7 del Diario Literario de México, Alzate expone los beneficios del cacao, propone el uso extensivo de la tortilla así como su preparación con otros productos como el grano de elote, arroz, avena y cebada, con sus recetas propone soluciones acerca del abasto de ciertos productos sobre todo en época de heladas buscaba dar variedad a los alimentos (Juárez 2005 p 20)

se integra a partir de dos procesos importantes: la lucha entre liberales y conservadores y las invasiones extranjeras para el cobro de los prestamos” pp58-9

Las pugnas y desavenencias políticas tendrán un alto costo social, la facción liberal impulsa su proyecto de Estado-Nación el cual propone reestructurar al país desde sus cimientos, tres idearios articulan éste proyecto: libertad, orden y progreso como parte de éste proyecto los líderes mexicanos perciben una urgente necesidad de valores nacionales, en éste sentido trataron de superar la división de castas y de forjar una identidad nacional común mediante campañas educativas y de amplio alcance. Algunas de ellas irán dirigidas a la educación de la mujer y comienzan a publicarse libros de cocina los cuales representaran la guía de cómo y con que alimentar a los futuros guardianes de la patria, impulsando así un concepto moral en donde la familia será la base de la nación y la comida será parte central en ella.

La selección de alimentos apropiados para las comidas familiares no sólo contribuía a garantizar un ambiente domestico estable sino que servía también para fomentar el patriotismo en el hogar, se impulsa entonces una política poblacionista desde las diferentes esferas gubernamentales dando a la mujer un papel fundamental en la educación de los futuros hombres de la patria. Los cuidados en la casa, en los alimentos y la higiene, no slo se enfocaban al ideario de formar a los futuros hombres de la patria, en ellos también se impregnaba el gusto refinado y el culto por ser cosmopolita. (Sosa López, 2005).

“la idea de progreso cruza los discursos que esperaban poder enriquecer la dieta de los mexicanos, estaban claros de la importancia de la comida muy a pesar de que los alimentos estuvieran en proceso de especulación... comer es de acuerdo a la condición social, no es igual comer chile con tortilla que filete mignon con trufas, las diferencia van desde la puesta de la mesa hasta el uso de condimentos en la preparación. En esto consiste la educación del paladar, la masticación y sus efectos en el estómago y las formas de nutrir el cuerpo. En ello encontramos la profundidad de la cultura estratificada de una sociedad que se hace desigual en la mesa, por tanto las formas de procesar los alimentos cambia, los olores y colores del excremento cambian...” López (2000:257)

Durante éste periodo la entrada de extranjeros al país, los viajes a Europa por parte de la gente adinerada así como los desordenes políticos, influyeron en las formas de alimentarse de toda la población, se dejan ver nuevas costumbres en el comer, se adoptan nuevos modos y modas sobre todo en las ciudades, las cuales se pensaba la llevarían a alcanzar el progreso necesario para ser considerado entre las naciones modernas hasta en la cocina. (Lau, 1998). El refinamiento sólo se reflejaba en las clases altas, Bauer (2001:245,6) menciona que en 1910 durante las celebraciones del centenario de la independencia, no apareció ningún platillo mexicano en los menús y la admiración por la comida europea y el desdén hacia el maíz, base de la alimentación popular por parte de algunos intelectuales se hizo presente. Si México iba a ser moderno la alimentación nacional tenía que modernizarse también, La idea del progreso imperaba en las clases altas, esto significaba adquirir conductas y estilos de vida similares a los de Europa y Francia entonces se volvió el modelo a seguir durante la segunda mitad del siglo XIX e inicios del XX. Mientras la idea de progreso se hacía presente en el discurso político de finales de siglo XIX y principios del XX, el movimiento revolucionario se hacía latente.

“La revolución y sus ideologías conocieron la lucha por el rescate del individuo frente a la autocracia; más tarde se generalizó la conciencia de que lo importante era el bien estar social y por ultimo acabo triunfando el fortalecimiento del Estado, si bien esto reanudaría en beneficio de las otras dos instancias y no como un fin mismo. De hecho el Estado seria el instrumento mediante el cual se darían las garantías al individuo y a la sociedad de que la revolución se llevaría a cabo a través de los canales institucionalizados” Matute (1993)

Novo (1967:145,6) menciona que durante éste periodo la estructura social de México estaba constituida por tres clases sociales, la clase de los “pelados” en donde se incluye a los indígenas y cuya dieta seguía siendo el maíz, frijol y el chile, la clase media que además de consumir la trilogía anterior añadía a su menú el caldo o la sopa aguada o seca consistente en arroz a la mexicana, algún guisado hecho con carne y la clase alta cuyos menús eran parte de la *cuisine française*. La vida de la ciudad a partir de la revolución fue cambiando poco a poco, las clases vieron desmoronarse las barreras que las separaban, pues se anunciaba el ascenso de los de abajo, lo cual sólo fue una ilusión.

Después de la revolución durante los años veinte y treinta como parte del proyecto indigenista los platillos nativos comienzan a promoverse, los tamales y tacos pasan de los puestos callejeros a las cocinas particulares, los artistas e intelectuales incluyen en sus obras la promoción de ellos, incluso en las esferas adineradas y en los círculos restauranteros su consumo se pone de moda difundiendo así “ la autentica comida mexicana” como parte de sus menús para el turismo floreciente (Bauer, op cit:246)

Durante los treinta la influencia norteamericana también comienza a penetrar en la vida de los mexicanos, el cine y la publicidad se convierten en un recurso de propaganda para difundir modas e ideas de practicidad como parte de lo moderno, a los pocos años de ello comienza a quebrantarse el patrón alimentario de los mexicanos.

“ una serie de usos y costumbres se han ido permeando insensiblemente entre nosotros en los últimos treinta años ( la observación es de 1951) procedentes de los E.U. el habito de comer fuera del hogar; la preferencia de la cerveza al pulque dentro de las clases medias y proletarias y la preferencias del whiskey al cognac en las clases altas y medias... en suma los cambios sufrido en el régimen de las costumbres mexicanas son el resultado de la influencia en nuestra estructura económica o de la tendencia generalizada en el mundo a la simplificación de los hábitos o en fin a todos éstos elementos combinados” Novo, (op cit:148.)

Los años veinte y treinta representan la consolidación de los cambios nacionales y del desarrollo de infraestructura iniciadas en el Porfiriato, con la revolución se dan algunos elementos que sientan las bases del desarrollo industrial, entre ellos encontramos una nueva ideología nacionalista, un fuerte gobierno federal y una integración a nuevas estrategias económicas globales iniciadas también en el Porfiriato transformando así el sector agrícola. Bernache. (1994:58).

Durante el gobierno de Ávila Camacho (1940-1946) y como telón de fondo en el mundo la segunda guerra mundial, se da otro cambio importante que repercute en los hábitos alimentarios de la población, éste fue la implantación de un horario corrido en los lugares de trabajo, el horario que hasta entonces se manejaba era al estilo español se trabajaba en las mañanas, se descansaba a mediodía y se trabajaba nuevamente en la tarde.

“las mujeres se levantaban al alba, iban a por petróleo, carbón y de paso a la lechería y a comprar el pan. Cuando regresaban preparaban el desayuno que consistía en la cena recalentada o frijoles con huevo, café o pan. Los hombres se iban al trabajo y las señoras desayunaban... a medio día, luego de almorzar (chocolate con pan) iban al mercado; debían hacerlo diario... pocas casas tenían hieleras, aun no llegaban los refrigeradores... a la gente no le quedaba más que hacer la siesta después de esas comilonas, en las que abundaban los pozoles, pancita, birria y oros guisos que servían para conservar la identidad, por que sentían que estaban en el D.F. nomás de paso... la sirvienta o la hija en edad de merecer salían por el pan que se comían en la merienda, alrededor de la siete de la noche. Lo mejor venia a las nueve de la noche cuando los mayores cenaban lo que había sobrado de la comida. Pero vino la guerra, los horario se hicieron corridos y ya nada fue igual.”Mejía (2001:33,4)

Algunas de las causas que dieron pie a éste cambio de horario fueron el ahorro de la energía eléctrica, la modernización de la vida metropolitana y la norteamericanización de las costumbres, lo cual indujo a adoptar de golpe el horario corrido y las costumbres americanas de tomar el lunch a medio día y la comida principal a las seis o siete de la tarde, el cambio de horario fomentaba la comida fuerte por la noche, lo cual apenas si se logró entre la clase media y baja pues a ellas les bastaba con el antojo de la noche, un café con leche un pan o una torta, no así para las clases altas y los extranjeros que eran quienes acudían a cenar a los restaurantes y cabarets. (Novo, op cit:154)

La aplicación del horario corrido ha tenido un impacto significativo en la vida y salud de los individuos a lo largo del siglo XX, las jornadas se hacen cada vez más largas referidos a la productividad y más cortos para la actividad del comer y del desarrollo de otras áreas importantes en la vida del ser humano como lo son la recreación o lo espiritual. Con ello las relaciones al interior de la familia se han visto modificadas y se han tenido que desarrollar otro tipo de estrategias para cubrir necesidades básicas como lo son las afectivas y las alimentarias. De ello también se desprende una existencia acelerada donde la prioridad es la

producción así como altos patrones de consumo que han contribuido a estilos de vida poco saludables.

El cambio de horario también trajo consigo un aumento de establecimientos como fondas, puestos callejeros y lugares de comida rápida así como la producción de alimentos industriales rápidos y fáciles de hacer y consumir. El llenar el estómago será suficiente, lo cual hace que los individuos se desvinculen cada vez más de lo que comen, es decir no importa lo nutritivo o tóxico que sea lo que se ingiere, mientras llene, sepa rico y sea barato basta.

#### 4.3 INDUSTRIA ALIMENTARIA Y CRISIS.

En éste contexto la industria alimentaría así como las inversiones y la producción eléctrica comienzan a tomar fuerza en nuestro país, la economía mexicana contaba ya con una estructura conformada por un conjunto de actividades económicas que conducen a la producción de bienes y servicios, las actividades productivas del país se dividían en tres sectores: el agropecuario (agricultura, ganadería, silvicultura y la pesca), el sector industrial (minera y petrolera) y el sector de transformación (automovilística, alimentaría y de construcción). El sexenio de Lázaro Cárdenas (1934-1940) desarrolló las bases del sistema capitalista en nuestro país, impulsando el nacionalismo del gobierno, la acumulación de capital así como la creación de infraestructura dando un crecimiento a algunas ramas como la agricultura, la ganadería y el petróleo, lo cual significó un avance en el desarrollo socioeconómico en la sociedad mexicana.

En la década de los cuarentas el país entra en una dinámica acelerada en la industria y por ende se da una rápida urbanización, los hábitos de consumo regionales se fueron homogenizando mientras la industria alimentaría crecía y difundía en la población un nuevo esquema de patrones alimentarios, fuertemente influidos por modelos de otros países. El crecimiento de esta industria contribuyó al desplazamiento de tecnologías tradicionales destruyendo capacidades locales de producción e imponiendo modelos normalizados, estableciendo así un distanciamiento mayor entre productores y consumidores, habiendo entre ellos un gran número de intermediarios. El resultado fue una cadena alimentaría

desarticulada, insuficiente, desperdiciadora de recursos y orientada esencialmente al abasto de la ciudad. (Programa Nacional de Alimentación, 1983-1988:34).

Con el gobierno de López Mateos (1958-1964) se establece una política donde se pretende estabilizar los precios, para ayudar al crecimiento de la economía nacional. De ello surgen algunos organismos vinculados a la industria alimentaria como la CONASUPO (1961) (Romero, 2003:23,6). La CONASUPO se crea con el fin de:

“proteger y mejorar el ingreso rural y elevar los niveles de vida de los habitantes económicamente débiles, mediante programas que hagan prácticos y eficientes los sistemas de precios mínimos de garantía a productos del campo, asegurar los consumos nacionales con reservas adecuadas de maíz, trigo, frijol y arroz que regulen los precios de artículos de primera necesidad en los mercados de consumo y facilitar una dieta satisfactoria con productos alimenticios que favorezcan la nutrición del pueblos” (Conasupo,1988:201 en Duhau, 2002: 190)

Aunque se crea con éste propósito, en los ochentas CONASUPO sufre modificaciones en su estructura como parte de las medidas tomadas a raíz de la crisis económica que se vivió en esa década.

A mediados de los cincuentas llegan a nuestro país los primeros supermercados: Cemerca y Sumesa, poco a poco fueron adquiriendo popularidad dando paso a la transformación y modernización de las costumbres así como de la economía, el ir diario al mercado se sustituyó por asistir a éstos lugares en donde aunque era un poco más caro se podía adquirir de todo, también en esta época, la llegada de licuadoras, estufas de gas, ollas express y refrigeradores se hicieron presentes cada vez más en los hogares ciudadanos (Mejía, op.cit:39.41)

Para el sexenio de Luis Echeverría (1970-1976) la industrialización ya había entrado en la vida de la ciudad, modificando desde las casas hasta los hábitos en la mesa de los sectores medios y altos, después de un crecimiento industrial grande México es considerado un país capitalista por contar con las características generales de dicho modo de producción, pero en la realidad es también un país dependiente y atrasado. Con la aparición de los sistemas científicos y tecnológicos, la industrialización se incrementa descapitalizando al

sector agrícola y forzando a los campesinos a migrar a la ciudad, ocasionando así una sobrepoblación en las grandes urbes, generando diversas problemáticas como el hacinamiento, la falta de empleo y por tanto condiciones de vida muy precarias donde la alimentación será escasa para los sectores más pobres de la población, pues no habrá los medios económicos para acceder a ella. (Romero, op cit: 27,30).

Los gobiernos de López Portillo (1976-1982) y De la Madrid (1982-1988) fijaron las condiciones sociales, políticas y económicas que desencadenaron las crisis económicas vividas en nuestro país, reduciendo así el poder adquisitivo de la población y manteniendo una política en donde la calidad y los estilos de vida serán poco saludables, sumado a estas crisis la industria alimentaria comienza a incorporarse cada vez más en los hábitos de la población, un ejemplo de ello son los refrescos <sup>15</sup>

El gobierno de López Portillo a diferencia de los anteriores tendrá una supervisión más rigurosa por parte del Fondo Monetario Internacional (FMI), quien en 1976 después de la devaluación del peso así como la salida de capitales y la nacionalización de la banca, después de una negociación con el gobierno le demanda lo siguiente: recortar el gasto público y los programas sociales, tener un control estricto de la estructura salarial (topes salariales) y liberar el control de cambios de los controles oficiales. (Bernache, op cit,:37)

Durante éste periodo se presenta la crisis económica considerada de las más severas, para 1978 y 1981 la producción agrícola es insuficiente para cubrir las demandas de productos básicos y éstos se comienzan a importar, principalmente el maíz y también se presenta una bonanza petrolera la cual no durará mucho tiempo, debido a una caída inesperada en el mercado internacional del precio del petróleo, trayendo consigo una alta inflación, altas tasas de interés y una nueva devaluación del peso en 1982 esta situación de crisis tanto económica como política obligo al gobierno a plantear una serie de medidas de austeridad

---

<sup>15</sup> Para 1971 el consumo per cápita de refresco era de 7 cajas, lo que equivale a 56 litros por persona al año, para 1982, éste aumenta a 10 cajas es decir 80 litros anuales, estimando un consumo diario de un vaso por persona, en la actualidad esta cantidad ha quedado muy atrás, la gente puede consumir hasta 1 litro diario. Reyna T. Teresa "Seminarios sobre la alimentación en México" Instituto de Geografía, UNAM, México 1984. México es considerado uno de los principales países consumidores de refresco, esto se refleja diariamente en las escuelas, muy pocos niños consumen ya agua natural y el refresco es la bebida predilecta, en la calle o en las tienditas también se observa que los bebés que aun no pronuncian una frase completa ya piden su coca, a lo cual muchas madres celebran vaciando en sus mamilas dicho producto sin tomar en cuenta el daño orgánico que se generará a futuro por su consumo.

y a replantear la política económica bajo la supervisión del FMI, estas medidas afectaron directamente los salarios de los trabajadores e importantes líneas de subsidio al consumo de alimentos para las clases populares

El periodo de Miguel de la Madrid heredara la crisis económica y con ello altos niveles de tensión social, pues la tasa de desempleos era muy alta, así como la inflación, además de sueldos bajos y aumento en la deuda externa. (Bernache, *ibidem*:40,2).

Debido a esta situación de crisis no sólo económica y política sino también de alimentación el Programa Nacional de Desarrollo ve en la cadena alimentaria (es decir, las distintas fases por las que deben pasar los alimentos antes de llegar a la mesa y el efecto que estas tienen sobre su disponibilidad y costo: producción, distribución y el consumo mismo), una vía para resolver algunos problemas de empleo, ingreso y nutrición convirtiéndose el sector alimentario en un eje fundamental de la reactivación económica. y dedica un apartado a éste respecto. Programa Nacional de Alimentación (PRONAL) (Programa Nacional de Alimentación, 1983-1988:19).

El PRONAL define como sector objetivo la población de bajos ingresos el cual representa en esos años el 40% de la población total, estimando un aproximado de 30 millones para 1984 y 33 millones para 1988, esto como resultado de la crisis cuyos efectos sobre los niveles de vida tendrían mayor impacto. Se plantean diversas cuestiones, una de ellas hace referencia a la importancia de desarrollar hábitos de consumo que permitan obtener el mayor aprovechamiento de lo que se compra, planteando así la dificultad existente en cambiar los hábitos de consumo de productos creados en forma artificial por una propaganda comercial que generalmente tiene un carácter antisocial, provocando que algunos sectores consuman en exceso éstos productos desviando su poco salario en productos innecesarios que no los nutren. De igual forma se considera centrarse en el abasto y un bajo costo al consumidor de los alimentos básicos con sus respectivos derivados: el maíz trigo, frijol, arroz, azúcar, aceites y grasas vegetales, carnes de aves, huevo, leche y pescado (Reyes:1984:165:173).

Otra medida fue el diseño de subsidios para alcanzar principalmente a los productores de alimentos básicos y a los consumidores de la población objetivo, concentrándose en la leche y las tortillas, quitando el subsidio a otros productos como el pan, y productos

forrajeros para la fabricación de alimentos balanceados. Como parte de esta estrategia CONASUPO fue de vital importancia, para 1988 esta se integraba por un sistema de empresas filiales que operaban tanto en el campo de producción como en la distribución y comercialización. A través de Leche Industrializada Conasupo (LICONSA), Industria Conasupo (ICONSA) y Maíz Industrializado Conasupo (MICONSA), se producía un conjunto de básicos como leche re hidratada, harina de maíz, aceites comestibles, pastas, frijol envasado entre otros productos que se distribuían y comercializaban a través de la Impulsora del Pequeño Comercio (IMPECSA), de la Distribuidora Conasupo (DICONSA) estas filiales se llegaron a la población mediante la modalidad de participación comunitaria a través del Programa de Abasto a Zonas Populares Urbanas (PAZPU).

Éste fue operado con la creación de pequeñas tiendas orientadas al abasto de productos básicos, administrados por la comunidad y supervisados por DICOMESA.

En cuanto al subsidio de la leche LICONSA tenía la función central de distribuirla a los sectores de menor ingreso, instituyendo la tarjeta de donación unifamiliar, con el objetivo de asegurar que el subsidio otorgado a la leche llegara a los sectores más desprotegidos, definiendo esta población aquellas familias cuyo ingreso no fuera superior a 2 salarios mínimos mensuales y que contaran con 1 o dos miembros de cero a 12 años de edad. Respecto al subsidio de la tortilla en abril de 1986 se comenzó a operar el programa maíz-tortilla (tortibonos), éste programa consistía en subsidiar el consumo de tortilla a través de bonos canjeables por uno o más kilogramos del producto pagando sólo el 10% del precio oficial, la población a quien iba dirigida era la misma a quien se le otorgaba la leche. Duhau (op.cit:193:203). (Bernache, op cit:77), menciona que el PRONAL sirvió mas como una red de contención para evitar una calamidad nutricional, más que para mejorar los niveles de nutrición de la población mexicana.

Dicho panorama nos deja ver cómo es que la alimentación tiene una estrecha relación con aspectos históricos y culturales donde los cambios sociales, la ideología así como la política y la economía son factores esenciales en la conformación de los hábitos, prácticas y representaciones de la alimentación de los individuos.

En la actualidad se viven los estragos de estas políticas e ideologías económicas gestadas en el siglo XIX y que se consolidan en el siglo XX, la industrialización, así como la

globalización impactó y se encarnó en el cuerpo de los individuos, las generaciones más recientes han crecido con alimentos procesados como el gerber, los yogurt, las frituras, la comida enlatada y la comida rápida, los bajos salarios así como las largas jornadas de trabajo tanto para hombres como para mujeres, pocas veces permite la elaboración de una comida casera, lo que se busca es tan sólo llenar el estómago y la adicción a un sabor ya sea picante, salado o dulce y consumir productos sin importar el costo.

En un contexto globalizado se busca la homogenización de la cultura occidental en todo el planeta extendiendo la cultura del consumismo, la industria alimentaria en conjunto con la publicidad y los medios de comunicación se han convertido en la autoridad del buen y mal comer, ya que se generan modas e ideologías dirigidas a quienes consideran consumidores altamente potenciales, los niños y las mujeres.

Mediante la imagen se va conformando en los niños una educación del paladar con productos poco nutritivos pero llamativos generando así un consumismo que se vende como parte del crecimiento del niño, y éstos a su vez exigirán a los padres la compra de éstos productos. En el caso de las mujeres debido a que culturalmente se le atribuye como propio la responsabilidad del bienestar familiar se vende la idea de modernidad y lo moderno se estima como sinónimo de superioridad ante la presencia de los productos tradicionales

La globalización entonces ha comenzado a alterar prácticas y costumbres en la población.

“ la globalización y el neoliberalismo conducen a la gente a una contradicción, en tanto la primera ha propiciado el intercambio de productos de diferentes latitudes y ha generado el hábito de consumo, sobre todo de los productos industrializados en todos los grupos sociales, aun los más apartados de la llamada civilización occidental, el neoliberalismo ha generado una suerte de explotación de los recursos de la población trabajadora a través del aumento de los precios, el control salarial, el retiro de los subsidios, la depresión del gasto social, la privatización de las instituciones y empresas de servicio público. La afirmación de que sólo los humanos seleccionan sus alimentos es verdad, hasta cierto punto. Con la llegada de la economía de mercado, las limitaciones u opciones se determinarán en función del dinero disponible. La pobreza según su grado, trae consigo la reducción cada vez mayor de las opciones” (López, 2003:66).

Es así que en la actualidad se habla de una diversificación en la alimentación de los individuos, se pueden consumir productos de lugares lejanos o fuera de temporada, que se consiguen en tiendas especializadas o grandes cadenas de supermercados donde principalmente las clases medias y bajas acuden a ellos.

La base en la dieta de los sectores pobres continua siendo la misma de muchas generaciones atrás, principalmente el frijol, maíz y chile son alimentos que se acompañan de huevos, pan, café, arroz productos que se diversifican en su preparación y que rinden y llenan el estómago considerablemente, a últimas décadas el refresco, los pastelillos industrializados y las frituras se ha unido a la dieta de este sector donde diversidad de productos es una realidad poco accesible a su condición económica.

## CAPÍTULO 2.

### FAMILIA, EDUCACIÓN Y ALIMENTACIÓN

#### INTRODUCCIÓN.

En la alimentación diaria se concretan las condiciones históricas, culturales, económicas, sociales y políticas que un país mantiene, las prácticas y representaciones que se llevan a cabo durante la obtención, preparación y el consumo de los alimentos se van conformando a partir del aprendizaje que se ha adquirido tanto en el espacio familiar así como fuera de él, las normas sociales que se generan e instalan en un tiempo y un espacio determinado dan cuenta del proceso mediante el cual ciertas prácticas e ideologías con tintes económicos y políticos se van filtrando en el espacio familiar permitiendo la reproducción y construcción de valores y hábitos en los individuos de generación en generación con respecto a lo que se comerá así como el con qué, dónde y con quién.

La familia es una de las instituciones más importantes en las sociedades como transmisora de conocimientos y estabilizadora del orden social, su estructura se ha modificado y adecuado como parte de los procesos históricos sociales tanto locales como internacionales, las condiciones culturales, sociales y económicas de cada país establecen la peculiaridad de la dinámica al interior de cada familia. En la actualidad aspectos como el establecimiento de un régimen económico neoliberal que fomenta la ideología del consumismo, las crisis económicas así como los cambios en la división sexual del trabajo que han establecido la inserción casi generalizada de la mujer al ámbito laboral remunerado y que obliga a la doble o triple jornada de hombres y mujeres para poder sobrevivir<sup>16</sup> ha modificado las relaciones tanto emocionales como de comportamiento al interior de la familia, en éste

---

<sup>16</sup> Más que el vivir bien, se mantiene un estilo de vida en donde se sobrevive a la violencia, la inseguridad a una enfermedad, a la monotonía, la soledad etc. Cada clase social representara la sobrevivencia de manera distinta, por ejemplo en las clases medias así como en las altas, la dinámica de la competencia apelará al consumo como mecanismo de sobrevivencia a diferencia de las clases más pobres, donde las prioridades son el comer y la vivienda.

reajuste la alimentación, sus prácticas y representaciones en el espacio familiar<sup>17</sup> así como fuera de él se modifican, generando una dinámica diferente en los miembros de la familia así como la relación que se guarda con su propio cuerpo. La modificación en torno a las relaciones familiares generan todo tipo de aprendizajes que le permiten al sujeto sobrevivir y adecuarse a la dinámica que se ha construido en su espacio familiar, un ejemplo de ello es la elaboración de los alimentos una noche antes, comprar comida preparada, o sustituir alimentos naturales por procesados. En esta construcción que se hace en el espacio familiar también conviven prácticas alimentarias propias de otras generaciones (de la abuela o bisabuela etc.) dando pie a la construcción, el cambio o la permanencia en la educación de la preparación y consumo de los alimentos.

Las prácticas alimentarias, las tradiciones y rituales familiares, generan en los individuos acciones que se encarnan en su cuerpo, es decir en el espacio familiar durante la niñez se va educando el paladar a ciertos sabores y productos que se asocian con emociones, experiencias, personas y contextos. Lo aprendido entonces es la construcción de las prácticas y representaciones familiares de varias generaciones así como del orden social y cultural que cruza la subjetividad y la historia personal de los individuos dando un sentido a lo que se lleva a la boca generando posibilidades de construcción corporal, de estilos de vida, de salud así como formas de relación con los otros.

En éste capítulo se abordan las diversas maneras en cómo se concibe la familia así como su función educadora, en donde la división sexual del trabajo y el papel que se asigna a la mujer como la encargada del bienestar familiar, rol que se ha ido perpetuando de generación en generación forman parte del proceso de cambio o permanencia de la educación del paladar que los miembros de una familia tendrá. De igual modo los cambios físicos que producen en el espacio familiar a lo largo del siglo XX, en específico el comedor y la cocina consideradas como espacios destinados a la preparación y consumo de los alimentos contribuyen de igual forma en la construcción de la educación del paladar familiar.

---

<sup>17</sup> En éste trabajo el término espacio familiar hará referencia al lugar físico que habita la familia y en donde confluyen individuos con alguna relación de parentesco aunque ellos no lo habiten. (abuelos, nietos, sobrinos etc.)

## 2.-FAMILIA Y EDUCACIÓN.

### 2.1.1 La Familia: Conceptos, funciones y roles

El individuo se apropia de la cultura en la que vive mediante prácticas y representaciones colectivas que sintetizan las ideas que un pueblo tiene de sí mismo así como de su entorno, a partir de ellas interpreta y da sentido a su hacer cotidiano el cual estará determinado por prejuicios y valores asimilados en donde las creencias, rutinas y costumbres han de ser propias del universo cultural de los individuos. Gonzalbo (2006:27).

La familia constituye un ámbito de relaciones sociales de naturaleza íntima, donde conviven e interactúan personas emparentadas de género y generaciones distintas, en su seno se construyen fuertes lazos de solidaridad, se entretienen relaciones de poder y autoridad, se reúnen y distribuyen los recursos para satisfacer las necesidades básicas de los miembros del grupo y se definen obligaciones, responsabilidades y derechos con arreglo a las normas culturales y sociales en la que se ubique. Valenzuela (1998:47).

Es en la familia donde se aprenden y transmiten valores, costumbres así como formas de sentir y de actuar con respecto a qué y cómo y con quién se comerá.

A finales del siglo XIX el ámbito de lo público y lo privado así como la división sexual del trabajo se distribuye en función de esta unidad de reproducción que es idealmente la familia donde el padre se considera el proveedor de los medios materiales de subsistencia y a la mujer como reproductora biológica y social, a ella se le asigna la responsabilidad de alimentar, cuidar, nutrir física y psíquicamente a los miembros de la familia ubicándola en la esfera de lo privado, mientras que al hombre se le ubica en la esfera de lo público para poder proveer la materia prima que posibilitara esa reproducción Gracia (1996:29,30).

La mujer es asociada al espacio familiar debido a su función procreadora y se le concibe como la portadora natural del saber y cuidado de los miembros que la conforman, a lo largo de la historia los fines e ideologías políticas y económicas entorno a los roles y actividades

que tanto hombres como mujeres<sup>18</sup> asumen se han ido modificando, hoy día la mujer se inserta a todos los ámbitos profesionales de trabajo remunerado<sup>19</sup> y los hombres se ocupan del espacio doméstico así como del cuidado de los hijos. Esta reestructuración social se asume cada vez más en las generaciones recientes, sin embargo no se puede hablar de una equidad en cuanto a la división sexual del trabajo ni dentro ni fuera del espacio familiar, esto se denota en la doble o triple jornada que realizan ambos géneros.

La familia ha operado como red natural de apoyo a sus miembros desde sus inicios, Barea (2000:26) menciona que la familia surge 1) para ordenar el mercado de los intercambios sexuales 2) para asegurar la crianza de los hijos 3) para proveer de una red de apoyo que contenga las relaciones sociales definidas en el concepto de capital social.

Los modelos familiares han estado en permanente transformación sin embargo en su esencia buscan perpetuar valores como lealtad, apoyo, seguridad y estabilidad en el plano material, económico así como emocional y psicológico. La familia se caracteriza por su carácter relacional siendo así un gran receptor de conductas sociales forjadas por generaciones anteriores y a la vez recibe con mucha intensidad las influencias del exterior haciéndolos suyos de manera imperceptible.

Durante el siglo XIX Parson, Engels, Marx, Tocqueville, Comte, y Durkheim abordan la familia desde su particular mirada pero comparten el no separar las formas concretas de la vida familiar de las formas de la vida social en donde la percepción del vínculo familiar compromete una visión del vínculo social, es decir se concibe la organización doméstica

---

<sup>18</sup> El modelo de la mujer ama de casa difundido en el siglo XIX sin actividad profesional y relegada al hogar en la actualidad ha cambiado, al insertarse en actividades profesionales remuneradas se lleva a cabo una reestructuración de lo social. Esta nueva relación de las mujeres con respecto al trabajo constituye la exigencia de afirmarse una identidad como sujeto y como persona autónoma, el lugar de lo femenino tradicional y cerrado se sustituye por un mundo abierto y de libre autogobierno individual. “Es esta nueva figura socio histórica de lo femenino que he denominado “la tercera mujer” Lipovetsky, en Barea, 2000: 269, 272.)

<sup>19</sup> Se especifica que es la inserción de la mujer al trabajo especializado o profesional, ya que desde hace muchos la mujer sobre todo de estratos económicos bajos ha participado en el ámbito laboral de diversas formas ya sea como vendedoras, jornaleras o como personal doméstico. Cabe mencionar también la participación del hombre en la elaboración de la comida, sin embargo esta actividad a diferencia de la mujer es reconocida socialmente, en él la elaboración de los platillos es un arte y en la mujer es solo una tarea más.

como una variable que depende de la estructura social producto específico de la modernidad en donde la revolución industrial ha transformado la institución familiar.<sup>20</sup>

En sus comienzos, el capitalismo se distinguió de las sociedades que le precedieron por el alto valor moral y espiritual que confería al trabajo destinado a la producción de bienes, la producción materializada en la idea de propiedad privada condujo a la naciente burguesía a dar un alto valor a la familia ya que esta era la unidad básica de producción, para el capitalismo así como en la sociedad pre capitalista, la familia es la unidad básica de producción económica. Durante el siglo XIX mientras existió una intensa división del trabajo dentro de la familia, no se produjo prácticamente ninguna división entre la familia y el mundo de producción de mercancías, por lo menos antes del siglo XIX.

Pero la tendencia general del desarrollo capitalista fue la de socializar los procesos básicos de producción de mercancías a gran escala, desplazando el trabajo familiar al centrado en mayores unidades aislando así a la familia de la producción socializada, creando una nueva esfera de vida personal aparentemente independiente. Zaretsky, (1976:26)

#### 2.1.1.1 La familia y su función educativa

El análisis etimológico del término educación pone de manifiesto que proviene fonética y morfológicamente de *educare* (conducir, guiar, orientar) y semánticamente recoge desde el inicio la visión educere (hacer salir, extraer, dar a luz). Lo que permite la coexistencia de dos modelos conceptuales básicos; un modelo directivo o de intervención y otro de extracción y desarrollo. Actualmente se conceptualiza un tercer modelo ecléctico que admite y asume ambas instancias siendo así dirección (intervención) y desarrollo (perfeccionamiento).<sup>21</sup>

La educación es en principio un proceso de inculcación, asimilación cultural, moral y conductual, básicamente se concibe como el medio de transmisión de conocimientos,

---

<sup>20</sup> En Cicchelli. P. Catherine, Cicchelli. Vincenzo “ Las teorías sociológicas de la familia” Ediciones Nueva Visión Argentina 1999

<sup>21</sup> Diccionario de las ciencias de la educación, edit. Santillana, México. 2005 pp. 448.

sentimientos y actitudes con los que el individuo se inserta en la sociedad y en la cultura de pertenencia asegurando así la supervivencia individual y colectiva.

La educación requiere la presencia del hombre que actué como modelo emisor y como inventor, lo que posibilita la emergencia de estímulos; patrones y objetivos que permiten al educando elaborar y construir su personalidad de acuerdo a un patrón determinado. Para Durkheim<sup>22</sup> la educación es un ente social; es decir pone en contacto al niño con una sociedad determinada y no con la sociedad *in genere* donde el otro es un sistema de ideas, sentimientos, y costumbres que expresan no solo la personalidad del individuo, sino el grupo o los grupos diferentes en los que se integra, tales como las creencias religiosas, opiniones, prácticas morales, tradiciones nacionales o profesionales y su conjunto constituye el ser social cuya formación es el fin de la educación.

Mediante el proceso de socialización el individuo aprende a hacer suyos los contenidos socioculturales desarrollando y afirmando así su identidad personal bajo la influencia de agentes e instituciones externas. Quintana (2003:32). Para Azevedo (1942:238) el proceso de socialización se realiza a través de las fuerzas de instituciones que cooperan para la supervivencia y el desenvolvimiento de toda sociedad, siendo este un mecanismo de perpetuación que se encuentra en todas las culturas y que asegura la unidad social. Por ello constituye un proceso que consiste en la transmisión de la herencia social, la cual implica una constante relación social-pedagógica entre padres e hijos, entre generaciones de jóvenes, adultos y viejos, agentes portadores de la cultura de que son depositarios. La educación sin dejar de ser un proceso general en el que participa toda la sociedad tiende a institucionalizarse siendo la familia el primer vínculo de socialización y por tanto la primera institución en la cual se inserta el individuo.

La familia no es una entidad única ni el producto de un desarrollo natural, es una pluralidad de complejas estructuras sociales que es ubicada en la esfera de lo privado, donde se plasman y se viven ideologías y políticas provenientes de la esfera pública. Así la familia es producto del Estado convirtiéndola en un asunto legal y político, él constituye su estructura a través de sus leyes, define los miembros que la conformaran así como los derechos y privilegios que mantendrán cada uno de sus miembros, el Estado se encuentra

---

<sup>22</sup> Durkheim Émile "Educación y sociología" Ediciones Coyoacán, México , 2003 cuarta reimpresión

presente en ella desde el comienzo es él quien establece las reglas y asigna los roles en su interior Nussbaum (2002:345,54). Al ser la familia una construcción del Estado que trata de mantener un orden social basado en la producción y la reproducción, las características promovidas como naturales y propias de lo femenino y lo masculino se convierten en un instrumento de regulación y dominio, lo cual va a generar en lo individual prácticas y representaciones que se reflejarán en comportamientos, actitudes, emociones y formas de vivir la alimentación dentro y fuera del hogar. La familia como institución entonces cumple la función de educar a sus miembros con el fin de mantener las normas y valores sociales, en éste proceso de aprendizaje las relaciones que se dan al interior de la familia son dinámicas, en donde se genera un proceso de educación y aprendizaje a nivel intelectual, emocional, corporal y espiritual,

El desarrollo del capitalismo y el surgimiento del Estado reflejan su ideología al interior de la familia y por ende en el individuo, la mentalidad burguesa considera al ser humano como un factor material, en especial los niños se visualizan como reservas para el futuro por lo cual se presta una particular atención en su crianza, los estilos de vida generados por éste modelo económico crearon las condiciones favorables para educar en el ámbito familiar a un individuo acorde a las necesidades de una sociedad de mercado basada en la competencia, el individualismo, la postergación de la gratificación y el consumismo.

La familia es para el niño el primer transmisor de patrones culturales y su principal agente de socialización, en ello estriba la vinculación con la educación, su función ineludible cumple con la tarea esencial de adaptar a los hijos al grupo social dentro del cual ha nacido. Mendoza (2006:84) menciona que la familia es una institución social con fines educativos cuya importancia radica en la formación de la personalidad de los individuos que la conforman y en donde la interacción de sus miembros se da en diferentes planos: intelectual, sensorial y emotivo, al ser la alimentación el primer aprendizaje social del ser humano la familia se convierte en el núcleo primario de socialización y transmisión de esta actividad. Para ello la formación conjunta de hábitos, prácticas y representaciones no sólo se enseñaran mediante las palabras, son las acciones compartidas las que también permitirán una enseñanza subjetiva a todos sus miembros, esta educación de tipo informal se transmite mediante el hacer cotidiano en donde no sólo se dice sino que se

muestra en la praxis de la convivencia el hacer, convirtiendo así el espacio familiar en un entramado educativo de relaciones interpersonales (Altarejos, 2005:43,48).

La educación informal es definido por Pain (1992:107) como:

“El proceso a lo largo de la vida, en el cual cada persona adquiere y acumula conocimientos, habilidades, actitudes y percepciones de las experiencias cotidianas y de la exposición al entorno, de los ejemplos, y actitudes de la familia, de los amigos así como de los viajes. Generalmente la educación informal no está organizada, es asistemática y a veces no intencional aun si cuenta en gran parte en el aprendizaje total de cada persona. Aquello que un individuo aprende de la educación informal está limitado a lo que el entorno personal puede ofrecerle”.

Por tanto la educación informal ofrece una sensibilización directa con el entorno y posibilita el interés, la elección así como la libertad en la toma de decisión con respecto a aspectos de la vida diaria. La educación informal puede ser de dos tipos, el primero se da por medio de las estructuras en las cuales los individuos viven y actúan como la familia, grupos o asociaciones de pertenencia o mediante la sociedad global por medio de sus subsistemas, como medios de producción, consumo y comunicación sin que haya una intención de aprender por parte del individuo, éste se produce por la repetición e impregnación no consiente facilitando así la internalización del aprendizaje En el segundo el individuo es quien desencadena el proceso de aprendizaje, el punto de partida es el interés o la preocupación del individuo en donde hay una toma de conciencia ante el constante flujo de mensajes donde la elección sirve como guía y ordenador del proceso. (Pain, op.cit).

La educación se hace presente durante toda la vida del hombre, ella contribuye a la transmisión y adquisición de la cultura, la enseñanza que proporciona éste tipo de educación no es neutral, pues todo pensar es ideológico por tanto la interpretación que se construya conlleva una serie de ideas, medios y valores que dirigen los patrones a seguir así la educación refuerza las reglas asociadas a un determinado modo de vida.

Sea formal o informal, pública o privada, la educación es el medio por el cual se asumen valores y prejuicios que justifican formas de comportamiento, dado que toda la vida es

aprendizaje se aprende a costa de la experiencia a desechar valores o rechazar prejuicios. En éste sentido la educación como un sistema educativo adecuado a una cultura es el que permite alcanzar las metas propuestas como ideales mediante el cumplimiento de las reglas aprendidas Gonzalbo (op cit 26).

Otro factor que influye en la educación familiar es la figura del médico, durante el siglo XIX cobra una gran importancia, su entrada en la vida familiar en un principio en las clases acomodadas y con el tiempo a todos los estratos sociales en donde su influencia abarcara todos los aspectos del espacio familiar quedando a su cargo el control de la calidad de la descendencia así como la regulación de la sexualidad. La difusión de una medicina domestica contribuye en la reorganización de las relaciones familiares a favor de la figura femenina, especialmente en los medios burgueses donde se propician prácticas de higiene alimentaria y corporal así como invitar a todos a hacer una vida basada en concepciones racionales (Cicchelli Op. Cit:13)

#### 2.1.1.2 La familia y la educación del paladar

En México durante el siglo XIX la difusión de los alimentos utilizados en las comidas familiares garantizaba un ambiente domestico estable así como el fomento a un patriotismo en el espacio familiar de ahí la introducción de platillos llamados típicamente “mexicanos”<sup>23</sup> asociados a algunas fechas social y culturalmente significativas en nuestro país (Pilcher, 2001). Se impulsa un proyecto poblacionista y civilizatorio en donde se refuerza la idea decimonónica de que la niñez constituye la mayor riqueza de la nación, por tanto la reforma educativa se dirigirá principalmente a las madres mexicanas responsables de la educación de los futuros hombres de la patria, éste proyecto percibe una necesidad de

---

<sup>23</sup>Ejemplo de ello es el pozole, tamales, chiles rellenos, pambazos tostadas o enchiladas que se consumen el 15 de Septiembre conmemorando la independencia de nuestro país, o el pan de muerto y las calaveritas de azúcar, amaranto o chocolate que se comen el 1 y 2 de noviembre por el día de muertos por mencionar algunos.

valores nacionales la creación de la escuela como institución pública intenta recuperar el espíritu liberal y se adopta el ideal ilustrado de educar a la mujer mediante la publicación de libros de cocina los cuales representarían la guía de cómo y con qué alimentar a los futuros guardianes de la patria, impulsando así un concepto moral en donde la familia será la base de la nación y la comida tomara parte central en ella. (Sosa, 2005).

Esta ideología generada en el ámbito político que toma como base a la familia conforma una percepción de la realidad entre sus miembros, en esta construcción las costumbres, los rituales y hábitos alimentarios que se transmiten, mantienen o modifican de generación en generación da identidad y pertenencia a una nación a una clase social o a un grupo en particular. Culturalmente la familia representa un valor ideal de solidaridad que se comparte y asimila en la vida cotidiana mediante actos ceremoniales repetidos un ejemplo de ello es la comida familiar semanal o acontecimientos rituales como bautizos, cumpleaños, bodas entre otros donde participan todos los miembros de la familia.

Los hechos históricos, la estratificación de clases y los roles influenciados por una ideología han producido cambios en las prácticas relacionadas con dichos acontecimientos, en ello la tecnologización producto de lo moderno se incluye como un factor detonante. Los rituales y tradiciones alimentarias generan solidaridad así como conflicto lo cual asegura los lazos de parentesco de generación en generación. (Adler, 1993)

El consumo y la elaboración de los alimentos en el ámbito familiar implica rituales, prácticas y tradiciones que fungen como un aprendizaje de tipo informal los cuales la familia va encarnando en su cuerpo, ellos representan un aspecto de la cultura del grupo de pertenencia donde el parentesco ocupa el punto central entre la continuidad y el cambio, son además espacios de comunicación a través de los cuales se transmite la visión del mundo o ideología de un grupo.

Para Duran (2008:68) la alimentación es:

“... un elemento capital del sentimiento colectivo de pertenencia. Los hombres marcan su pertenencia a una cultura o a un grupo cualquiera por la afirmación de su especificidad alimentaria, o lo que es lo mismo por la definición de la alteridad de la diferencia frente a los otros. ... Así no sólo el comiente incorpora las propiedades

de la comida; simétricamente, puede decirse que la absorción de una comida incorpora al comiente en un sistema culinario y por tanto en el grupo que lo práctica, a menos que se lo excluya irremediamente. Pero hay más; a un sistema culinario se vincula o corresponde una visión del mundo, una cosmología”

Los cambios sociales provocados por la economía durante la década de los cincuenta en el siglo XX donde se estimula un hábito fuerte de consumo hace que los comportamientos en la vida cotidiana se manifiesten a través de decisiones individuales que se relacionan con los valores y orientaciones macroeconómicas y sociales fundadas en principios ideológicos poco claros para los individuos, ello ha generado una transformación en los estilos de vida, la creciente individualización de las sociedades occidentales se manifiesta dentro de las familias como una búsqueda de apoyo de los familiares más próximos para la reafirmación de la identidad (Singly, Cicchelli. 2004:417)

En la modernidad la dinámica familiar se ha ajustado acorde al tiempo y contexto en que se vive así algunas prácticas alimentarias y costumbres familiares se han modificado, en una sociedad que se basa en la familia, las largas jornadas de trabajo dejan poco tiempo para las actividades de crianza y educación generando una restructuración del vínculo social a corto y largo plazo. Dispersos durante la jornada de cada uno de los miembros de la familia generan otro tipo de vínculos, en la actualidad mucha gente come sola, las celebraciones familiares significan una oportunidad de reunión para los integrantes de la misma ya que los horarios de trabajo dificultan la convivencia constante.

Durante la infancia se aprenden y asimilan modelos normativos precedentes de otras generaciones en ellos la emotividad está siempre presente así las representaciones que los individuos construyen dependerá del aprendizaje informal generado en la familia a la cual se adhiere la historia personal de cada individuo cruzado por la subjetividad colectiva del espacio geográfico y cultural donde se desarrolle. Actividades como el desayuno la comida o la cena contribuyen a la educación alimentaria de los individuos, esta enseñanza condensa modales, maneras de comer, productos a consumir, utensilios, horarios así como emociones sabores y olores, de ello se constituirá la educación del paladar de los miembros de cada familia. Dicha educación del paladar es producto de las relaciones que se viven en

el espacio familiar y que se construyen a partir de la subjetividad colectiva que se comparte de generación en generación, al comer se estará consumiendo el alimento así como la representación que hagamos de él basado en nuestro estado emocional y el bagaje cultural, social y familiar del cual nos hemos apropiado a lo largo de la vida.

### 2.1.2 Cambios en la estructura familiar y relaciones al interior de la familia

Los cambios que se han originado en la organización familiar a lo largo del siglo XX se han presentado de manera paulatina y van de la mano de los cambios sociales.

Al transformarse la sociedad agrícola y artesanal en sociedad industrial, la familia dejó de ser progresivamente desde el punto de vista económico, unidad de producción para quedar reducida a unidad de consumo. Así los miembros de la familia tuvieron que salir del hogar para buscar el sustento fuera de él, impulsando cada vez más la migración del ámbito rural hacia los centros urbanos. Al desaparecer la familia como unidad de producción la familia extensa constituida por padres, hijos, abuelos y tíos en ocasiones, fue dando paso a la familia nuclear conformada tan sólo por padres e hijos. Quintana (2003:32).

A partir de éstos cambios se presentan una serie de cuestionamientos hacia los valores tradicionales, poniendo en tela de juicio las normas que rigen y controlan la vida familiar así como los papeles usualmente asignados a hombres como proveedores del núcleo y a las mujeres como las encargadas del cuidado y la atención de los miembros de la misma.

Los cambios sociales y económicos presentes durante las décadas de los sesenta y setenta pretenden la búsqueda de mayor equidad de género, libertad sexual y otros fenómenos sociales generando 4 aspectos que han contribuido en la modificación de la estructura de la familia tradicional.

1) La reducción de sus miembros. Durante los años setenta en México comienza a difundirse el slogan la “familia pequeña vive mejor”, esta disposición se toma como medida ante la sobrepoblación que se da en las ciudades, producto de las migraciones rurales generadas unas décadas atrás a raíz de la industrialización impulsada en ese periodo. Las crisis económicas gestadas durante las últimas décadas del siglo XX trajeron consigo pobreza así como pocas oportunidades laborales y un bajo poder adquisitivo,

obligando a las parejas a disminuir la cantidad de hijos, la reducción de los espacios habitacionales es otro factor social que establece los patrones a seguir con respecto al tamaño deseable de las familias. 2) Incremento en las separaciones y divorcios: Las largas jornadas laborales, la búsqueda de una mayor equidad de género, así como la propagación de la ideología consumista ha generado un cambio en el concepto que se tendrá de la pareja y por ende de la familia. El poco tiempo para convivir así como el cambio en las representaciones que se tiene actualmente de ella, donde el no compromiso se difunde como bandera entre las generaciones más jóvenes origina que el casarse sea tan sólo un producto más que se consume y puede desechar cuantas veces sea necesario.

3) Ampliación de los hogares en los que se registra el trabajo extra doméstico de la mujer. Las mujeres al ingresar al sistema económico remunerado ya sean por decisión propia o por necesidad económica producto de la economía y sistema político que se vive actualmente, así como por el incremento en los divorcios y separaciones. Ello ha generado un aumento en el número de hogares mono parentales jefaturados por mujeres, en donde son ellas quienes cargan con toda la responsabilidad económica y moral de la familia, auxiliados en muchos casos por los padres de ellas, quienes se encargan de la educación de sus hijos.

4) La existencia de variados tipos de familia. Los hogares mono parentales ya sea por embarazo adolescente, divorcios, separaciones o viudez, las familias formadas por parejas homosexuales o las llamadas familias reconstituidas conformada por una pareja donde ambos estuvieron previamente casados y tuvieron hijos. Salles y Tuiran en Valenzuela (1998:47,57)

Los cambios presentados en la estructura familiar traen consigo un ajuste o modificación en las relaciones al interior de la familia, en donde los modos de educar así como la forma de expresar los sentimientos entre ellos se encaminará por la ideología de lo material.

La vida cotidiana se constituye dinámicamente en función de las relaciones que los sujetos establecen entre sí, en el espacio familiar conviven sus miembros y es el escenario donde se generan códigos, conductas, pensamientos y emociones que se manifiestan a través de gestos, actitudes, o actividades. Los significados e importancia que los individuos atribuyen a la familia, evocan en cada uno de sus miembros, un conjunto de imágenes y representaciones que nos hablan cotidianamente a través de los sentidos, el mundo familiar

no es privado, sino comunitario, las relaciones que en él tienen lugar no solamente se establecen sobre objetos sino sobre otros sujetos, es un mundo compartido que se caracteriza por la coexistencia. Melich (1994:72)

En el espacio familiar se da un intercambio de maneras y formas de vivir ya sea de manera oral o sensorial a través de las acciones con los otros, éste intercambio permite la generación de representaciones y vinculaciones que se materializan en el cuerpo, en comportamientos y formas de ver el mundo, que se constituye en un punto de referencia específico, que puede ser enriquecido y trastocado por los valores morales de la sociedad. Al respecto coincidimos con la postura de López Ramos (2000:39) quien menciona:

“Las relaciones familiares son un proceso importante respecto de la salud y la enfermedad [...] La madre y el hijo pueden construir una relación que permite ciertas posiciones corporales, formas de sentir y tener el cuerpo humano, por ejemplo las formas de queja, gestos y actitudes pueden ser heredadas culturalmente y por orden genético, pero las maneras de sentir, construir en el cuerpo y por el cuerpo de los seres humanos, no están lejos de las maneras en que la madre y el padre o los hermanos le imponen y le corrigen o le hacen ver que está en condiciones no favorables para su vida personal. Ese proceso de construcción en el cuerpo se da con las formas de hábitos familiares, las maneras y costumbres de cómo se instituyen en el espacio familiar las diferencias en las maneras de hacer y de relacionarse con los otros”

El hombre desde su infancia está inmerso en un espacio determinado en el cual convive y opera, los espacios son relacionales vitales, es decir son espacios vivenciados donde el individuo no sólo se limita a adaptarse a él ni a transformarlo, éste le otorga un sentido y esa significación que es delineada por el grupo que convive en él. Camacho (2002). En el espacio que se vivencia nuestro sistema sensorial abre una dimensión distinta a nuestro lenguaje lógico, a veces no se tienen palabras para describir con fidelidad lo que se experimenta directamente en la vida cotidiana y así recurrimos a otros elementos para poder comunicar lo que se vive y se siente. Melich (op cit.). La alimentación es así un

lenguaje más que manifestará las formas de sentirse y vivir en la familia, al sentarse a la mesa no sólo se engullirá un platillo o un producto, se estará consumiendo experiencias que el individuo interioriza y que en ocasiones no expresa de forma directa o verbal, recurriendo a la salud o la enfermedad como vía para reflejar las relación que emergen del espacio familiar.

La alimentación entonces adquirirá representaciones diferentes que se materializan a través de sabores, olores y platillos reflejando el estado emocional de los miembros de la familia así como las intenciones que estas conllevan.

Los roles asignados a la acto del comer como son quien hace la comida, quien sirve, donde se sientan, el lugar asignado para comer dentro del espacio es un indicador más de las relaciones al interior de la familia, los significados son diversos, para algunos el sentarse a la mesa con los otros será el único vinculo de comunicación existente, para varios más el comedor no tendrá sentido y se sentaran en soledad a comer frente al televisor siendo éste su única compañía. Otros en cambio preferirán comer fuera de casa para evitar relacionarse con los otros. Es así entonces que las relaciones gestadas al interior de la familia impactan en la forma en la que los individuos aprenden qué, dónde, cuándo y con quién comer así como en las vías de expresión que cada uno de ellos construyen.

### 2.1.3 La escuela como espacio de aprendizaje alimentario

El primer espacio de aprendizaje es la familia, es durante la niñez donde se aprenderán las formas de relacionarnos con los miembros de la misma así como con el exterior, en la actualidad además del espacio familiar, la escuela es el segundo lugar donde los niños pasan más tiempo, los distintos niveles de escolarización donde se imparte la educación de tipo formal constituyen a su vez espacios en donde las relaciones interpersonales permiten un aprendizaje de tipo informal que será incorporado a lo aprendido en el ámbito familiar así como de otros contextos donde se mueven los individuos.

La creación de espacios institucionalizados como guarderías o estancias las cuales surgen a partir de la necesidad de los padres de acceder a un lugar seguro donde dejar a los hijos mientras ellos asisten al trabajo, han modificado en los niños desde una edad temprana las

prácticas y representaciones de la actividad alimentaria familiar, sustituyendo en muchas ocasiones la base de la educación del paladar generada en el hogar, delineando una institucionalización de sabores y productos.

En la educación preescolar se busca una educación sensorial donde desde las primeras etapas de desarrollo el niño pueda centrar su atención en cada uno de sus sentidos aprendiendo a discriminar distintos elementos que conforman cada estímulo que recibe, en este sentido la variación en los sabores y colores que se ingieren tanto en casa como en la escuela irán delineando patrones de comportamiento alimenticio donde la mercadotecnia y la publicidad televisiva se unirán como un elemento más en la educación del paladar que recibirán los niños a una corta edad, permitiendo así el arraigamiento y la familiaridad de productos y sabores que generan vínculos emocionales que el cuerpo asimilara y procesara como parte de su funcionamiento.

Por otro lado en las escuelas con otro nivel de instrucción como las primarias y secundarias las cooperativas escolares constituyen la mayoría de las veces el lugar donde acceden al primer alimento diariamente debido a que miles de niños acuden a la escuela sin haber probado ningún bocado, las razones varían y estas pueden ser

- La falta de tiempo
- No hay quien le prepare la comida
- No hay alimentos en casa
- Los alimentos que hay en casa no le agradan.

Ante estas situaciones la población escolar acostumbra a llevar dinero para comprar alimentos en la cooperativa, las cuales por lo general ofrecen alimentos industrializados como frituras, golosinas, pastelillos y refrescos.

A pesar de que existe una reglamentación<sup>24</sup> en donde se indica que la cooperativa escolar debe ofrecer al niño la oportunidad de seleccionar entre los alimentos disponible una dieta adecuada esto no se lleva a cabo, pues las opciones de alimentos no cubre dicha necesidad (Cuadernos de nutrición, 1983)

---

<sup>24</sup> Puede consultarse el Reglamento de cooperativas Escolares, en el Diario Oficial de la Federación. Tomo CCCLXXI No. 40. México, 23 de abril de 1982.

La facilidad de adquisición, la rapidez y la aceptación de los alimentos por parte de los niños son los criterios que se utilizan para la venta de éstos productos dejando de lado la salud de los mismos.

La desnutrición y la mala alimentación es una realidad que se constata diariamente en las aulas afectando no solo su salud física y emocional si no su desempeño intelectual. Niños y adolescentes con enfermedades como gastritis, colitis, anemias, problemas renales, anorexia, bulimia y obesidad entre otros son el pan de cada en las escuelas lo cual nos habla de la educación del paladar que se ha estado delineando generaciones atrás denotando así una construcción de los sujetos poco factible para la vida desde una corta edad.

## 2.2. EL ESPACIO FAMILIAR CAMBIOS Y PERMANENCIAS.

Los objetos cotidianos son el testimonio de la vida diaria de los habitantes del espacio familiar, éstos no sólo revelan sus gestos al levantarse y acostarse, en la preparación y consumo de la comida, ello también refleja su realidad así como las aspiraciones espirituales que poseen cada uno de los miembros que la habita. Imizcoz (2004: 397)

En el espacio familiar encontramos dos lugares que adquieren importancia a la hora de comer: la cocina<sup>25</sup> y el comedor. En el primero se encuentran las herramientas para la

---

<sup>25</sup> “La aportación más importante al diseño del hogar vino de la mano de la Frankfurter küche (cocina de Frankfurt) inspirada en la obra Household Engineering Scientific Management in the Home de Christine Frederick, Shutte- Lihotzky concebía la cocina como un laboratorio en miniatura, pero con una organización eficiente y racional para aumentar la eficiencia de la elaboración de la comida. El diseño proporcionaba un espacio mínimo de suelo (3,44 X 1,94) superficies de trabajo continuas y planas, con armarios encima y debajo de la encimera y una serie de zonas de preparación de la comida, según el orden secuencial del trabajo. El diseño de la cocina intentaba reducir la pesadez de las tareas del hogar en las familias que carecían de ayuda domestica, además de elevar el papel hogareño de la mujer a un rango profesional competente, responsable de una labor especializada, aunque estaba diseñada específicamente para las clases obreras esta cocina se extendió rápidamente a las clases medias dentro y fuera de Alemania” (Lawrence, 2004:69) aunque dicho modelo de cocina se genera en Alemania éste se difundirá mundialmente en la actualidad se conoce como cocina integral, la cual muchos de los hogares de clase media poseen en su hogar.

elaboración y preparación de los alimentos y en el segundo se consumen además de lo preparado en la cocina, emociones, sensaciones y significados los cuales constituyen un reflejo de la dinámica familiar y social que se vive.

Estos espacios se han ido transformando y adecuando como parte de un proceso histórico social en donde convergen modelos económicos políticos y sociales que constituyen una visión de la vida y de lo humano muy específica. Muchas de las condiciones materiales del espacio familiar moderno tienen como antecedente los estilos de vida de las familias burguesas del siglo XIX, en donde el orden moral guarda una estrecha relación con la organización espacial y material del espacio familiar, en sus hogares había lugares asignados a las actividades reservadas propias de la familia y otros en los cuales se consideraban intermedios adecuados para la convivencia de la familia o grupos ajenos a ella,<sup>26</sup> a finales de ese siglo las viviendas construidas en las zonas residenciales de las principales ciudades de Europa fueron las primeras en incorporar tecnologías domésticas como la electricidad, gas y redes de agua que proporcionaban un estilo de vida más higiénico, ello encarnaba la moralidad doméstica, en donde la belleza como aspecto estético será tomado como bandera por éste grupo.

Durante la primera mitad del siglo XX se mecanizan las tareas domésticas mediante la producción masiva de los electrodomésticos los cuales formaran parte de la idea de un hogar moderno generado un siglo antes, la influencia de la ciencia y la higienización difundida por el médico seguirá vigente. Con el descubrimiento de las vitaminas y los estudios posteriores que muestran la relación entre las deficiencias alimentarias y la enfermedad, la nutrición se convierte en un asunto público cuando los británicos dan cuenta que los reclutas no podían continuar en servicio a causa de la mala salud y la desnutrición. Por tanto se generan leyes que restringen la adulteración de los alimentos, ya en el siglo XX la estrategia se centra en el fomento de la salud y la nutrición a través de las escuelas y del hogar en donde la mujer tiene un fin civilizador y educativo dentro de la familia. Para

---

<sup>26</sup> Las recamaras constituían espacios reservados al orden de lo privado, las estancias así como otros espacios podían compartirse con lo público como parte de reuniones o fiestas compartidas tanto con familiares como amigos.

lograr dicho objetivo se difunden revistas que brindan consejos prácticos a las amas de casa para ser eficientes en el hogar y fomentar a la vez en ellas el consumo.

Así el espacio familiar sufre una transformación en donde pasa de ser centro de producción a centro de consumo, electrodomésticos como la plancha, la lavadora y el lavavajillas, así como las técnicas de refrigeración, congelación y enlatado de los alimentos creados en el siglo XIX se masifican durante éste periodo al igual que el uso de la electricidad y el gas modificando así los estilos de vida, las relaciones familiares, sociales y con el entorno. En éste contexto la actividad del comer se ve modificada por completo, comenzando en los sectores acomodados y difundiéndose a lo largo del siglo a todos los estratos sociales, la tradición oral entorno a las recetas familiares difundidas de generación en generación comienzan a sustituirse por los recetarios masivos cuyo contenido fomentara el concepto de la cocina como un laboratorio científico en donde la preparación de la comida nutritiva y rápida formara parte de la vida cotidiana. (Lawrence, 2004)

Si bien es cierto que los cambios antes mencionados modificaron los estilos de vida europeos estas modificaciones pronto llegaron a nuestro país con una o dos décadas de diferencia introduciéndose primero a los sectores más ricos y después masificándose a los demás sectores de la población. Durante los años 30's la publicidad y el cine se convierten en un recurso de propaganda para definir modas e ideas, la publicidad empleada por grandes empresas alimentarias después de la Segunda Guerra Mundial como Nestle y Armour pretenden masificar sus productos a escala mundial lo cual podemos constatar, en México esa masificación fue producto de la introducción en los cincuentas de los primeros Supermercados, en donde se podían obtener éstos productos así como los electrodomésticos que en décadas anteriores se habían masificado en Europa como el refrigerador, la licuadora, la estufa de gas entre otros. Salvador Novo (1976:148) describe éste proceso.

“Ahora cocinamos con gas, en trastos de aluminio. Adiós al brasero, al aventador, al carbón. Adiós al metate y al molcajete. Nos auxilia una licuadora capaz de triturar sin discernimiento granos y ollejos, frutas y cascaras. Y un refrigerador en que podemos preservar en hibernación cadáveres de pollos momias de pescados... legumbres en lata, café en polvo y tortillas fraguadas en maquina.”

Ello implicó otros cambios en la elaboración de la comida con la adquisición del refrigerador el ir diariamente al mercado por producto fresco así como la preparación diaria de la comida ya no se hace necesario, se puede cocinar mayor cantidad de alimento y guardarlo para dos o tres días, lo cual genera otras implicaciones pues la calidad del alimento disminuye.

### 2.2.2 Medios de comunicación

En la actualidad los medios de comunicación son la vía por la cual se propagan necesidades que se ajustan a los nuevos comportamientos alimentarios, parte de esta dinámica son los productos instantáneos que se consumen diariamente. ( productos en lata, sopas a las cuales sólo hay que ponerles agua, meter al microondas y están listas para comer, productos *light*, *fast food* y un sinnúmero de productos y suplementos que se dicen llamar nutritivos, sanos y naturales). Contreras (2005) llama a éstos productos alimento-servicio y señala que al adquirirlos lo que se compra no sólo es el producto semi preparados, si no el tiempo que necesitan para dedicarlos a otros trabajos.

“Esta matización es importante, son las mujeres, madres y esposas que ocupadas ahora en otras tareas extra domésticas o domésticas no abandonan la cocina, la industria les toma el relevo en ese espacio. Así los productos listos para servirse pueden ahorrarles tiempo en la preparación, pero además les evitan los aspectos sucios del tratamiento de las materias primas”. Gracia (op cit: 34)

La industria alimentaria y su publicidad plasman en sus productos el ahorro de tiempo para la realización de más actividades, esta ideología corresponde al mundo moderno donde las relaciones y el consumo se tornan efímeros. La estancia en el espacio familiar y por lo tanto en todas las actividades dentro de ella pierde sentido, la preparación de los alimentos de manera tradicional será una pérdida de tiempo y poco funcional, los horarios de la mesa se modifican, en esta lógica se hará sólo una o dos comidas completas y la necesidad de alimento se cubrirá con algún producto industrializado que quite el hambre, pero que no

suplirá la calidad y la nutrición emocional que se brinda en el espacio familiar, cualquiera que esta sea.

Díaz Méndez y Gonzales Álvarez (2008: 123,8) en su artículo "Industria y alimentación: de la publicidad referencial a los alimentos funcionales"<sup>27</sup> mencionan 4 fases en el desarrollo de la publicidad de la industria alimentaria. La primera fase consiste en la pretensión erigir la industria como símbolo de modernidad, recurriendo a varias estrategias para lograrlo, apelando a los procesos industriales como técnicas pensadas por la ciencia lo cual supone un referente para lograr la confianza de la población. Dicha estrategia será dirigida a las amas de casa haciendo énfasis en la sencillez, higiene practicidad y variedad en los sabores lo cual le brinda de mayor tiempo para otras actividades.

En la segunda fase la publicidad va dirigida a la función social de cuidadora que se deposita en las mujeres, el crecimiento óptimo de los niños se vinculará al consumo de éstos productos, sin embargo la aparición de nuevos y más sofisticados productos que no respondían ya a las necesidades alimentarias básicas, sino a un consumo claramente superfluo, donde el capricho se vincula a un estatus social, dejando de lado la necesidad.

Durante la tercera fase el consumir por deseo y placer guiará el desarrollo de la sociedad de consumo, dejando atrás la necesidad del alimento para la supervivencia. La industria se apoyará en expertos como médicos y nutriólogos buscando la confianza de los consumidores, así el discurso se sofisticará en las presentaciones de los productos. La ficción y lo estético formarán parte de la publicidad segmentando así el mercado, la ama de casa ya no será el único objetivo, sin importar el género, los niños, hombres, jóvenes solteros todos ellos con prisa y poco tiempo será ahora el blanco a llegar. Así la proliferación de productos se asociará a varios atributos simbólicos generando valores y deseos específicos para cada sector a través del alimento.

Por último en la cuarta fase se presenta la medicalización de la alimentación, las empresas ofrecen los alimentos como una mercancía al servicio de la salud mostrando las cualidades y los nutrientes que posee el producto así como el beneficio que éstos brindan a la salud.

---

<sup>27</sup> Díaz Méndez y González Álvarez "Industria y alimentación de la publicidad referencial a los alimentos funcionales" en Díaz Méndez Cecilia y Gómez Benito Cristóbal "Alimentación Consumo y salud" Colección Estudios Sociales, Núm. 24 Fundación La Caxia, Barcelona, 2008 pp. 105,129.

Así el mensaje será respaldado por estudios científicos que indican las propiedades médicas del producto.

Las fases anteriores muestran el desarrollo de la publicidad de la industria alimentaria, así como el cambio en las representaciones de la alimentación y su articulación en la vida de los individuos, perfilando así la maleabilidad en la construcción de una educación del paladar que será dirigida al consumo, modificando muchos de los hábitos y prácticas alimenticios así como de las representaciones gestadas en las generaciones anteriores de acuerdo a las necesidades de la industria y no de los consumidores.

## 2.3.-PRÁCTICAS ALIMENTARIAS FUERA DE CASA

### 2.3.1 Ideología de consumo

Debido a los estilos de vida que se fomentan en la actualidad en donde las jornadas laborales son largas las opciones alimenticias fuera de casa se amplían, en ocasiones se recurre a ellas para cubrir la necesidad de alimentarse, otras más es sólo el deseo por un sabor o una marca lo que producen su consumo, lo que es cierto es que algunos alimentos generan estatus, en esta diversificación y posibilidades de consumo construyen una imagen falsa de democracia alimentaria en donde cualquiera puede acceder a ellos, lo cual sabemos que en la realidad no es así.(Gracia op cit:82)

El consumo de productos fuera del hogar en la ciudad de México ya sea en la calle o en algún establecimiento dedicado a la venta de comida preparada data del siglo XVI con los primeros mesones que surgen ante la necesidad de brindar comida a los viajeros europeos, después aparecerán otros expendios de comida y hospedaje como el mesón y el hostel, para la gente con ingresos medios en la ciudades existía la fonda, el bodegón y el figón, el segundo servía como tienda donde se guisaba y el tercero era una casa donde se consumían los alimentos por un bajo precio. En la segunda mitad del siglo XIX aparece el restaurante en donde la elite porfiriana y las clases altas se deleitaban con los platillos franceses. Durante el siglo XX con los movimientos sociales originados en nuestro país se propician cambios en los estilos de vida de sus habitantes y donde gracias a la influencia americana se

implanta un cambio en las jornadas laborales a tiempo corrido, las cafeterías al estilo norteamericano se comienzan a expandir incorporando en la alimentación de los mexicanos, los hot dog, hamburguesas y sandwich los cuales se siguen consumiendo y prefiriendo por cierta parte de la población mexicana en la actualidad.(Bueno, 1988:5,7)

Cosío Villegas (1995) describe la vida cotidiana y la alimentación de ciertos sectores de la población, incluyendo a la creciente clase media en la ciudad de México a mediados del siglo XIX, la descripción que se hace nos da una idea acerca de lo que consume cierta clase social así como dónde y con quien.

“las calles comienzan a animarse y despertar la ciudad a un nuevo día. Algunos de sus habitantes desayunan en los puestos callejeros, otros en el café “la concordia” que es el más elegante. Un modesto albañil se detiene ante la olla humeante tras la cual una mujer grita a voz de cuello: ¡atole...tamales...pambazos!... el albañil puede desayunar un poco, pero ya el cochero aunque tome lo mismo tiene que pagar más, porque se le concede mayor jerarquía en la escala social a la que ambos pertenecen... la gente de la gran urbe no gastaban su tiempo en la calle, muchos de ellos consumía los alimentos en el interior de las casas.... al medio día todos se preparaban para saborear la sabrosa comida casera mexicana: dos sopas, una aguada, fideos con caldo de frijol y queso o un pipirin o una juliana con verdura, más el consabido arroz, un guisado con salsita de chile, chilaquiles, rabo de mestiza, y unos suculentos frijoles refritos con “totopos” cebolla, queso o salsa, chile con huevo, verdolagas, quintoniles, huazontles, quelite, tortas de papa o arroz. No faltaban los deliciosos dulces caseros los “chongos”, huevos reales, flanes y frutas en conserva de todas las estaciones preparadas personalmente por la señora de la casa. A esto debe añadirse el sabroso vinillo de mesa o un rico pulque... por lo general después de la comida se retira uno a su cuarto a descansar, luego se toma chocolate con bizcochitos y al caer la tarde se preparan a hacer visitas o recibirlas y a jugar cartas.”

La existencia de cocinas populares y los puestos de comida en la calle se entiende como el resultado del flujo masivo de gente en la ciudad que no es residente estable, durante la comida que se realiza en la calle la gente no sólo se alimenta, sino también se identifica con

otros recreando su tradicionales hábitos y costumbres en la convivencia. (Golzalbo, 2005:32).

La alimentación fuera y dentro de casa han coexistido desde hace mucho tiempo, es en la actualidad donde pareciera que las prácticas alimentarias que se realizan fuera de casa están ganando terreno, incluso dentro del espacio familiar en ocasiones ni siquiera es necesario salir de casa, con tan sólo una llamada se puede consumir fast food dentro del hogar. ¿Pero a qué se debe éste cambio?

Ritzer (1999:66) menciona que en una sociedad que marcha a un ritmo acelerado, en la que es probable que ambos progenitores trabajen (si es que los hay) la eficacia para solucionar el problema de la alimentación y para cubrir otras necesidades se convierte en algo muy atractivo, la cadenas de *fast food*, al ofrecer combos en los cuales se da la impresión de que se comprar mucho por poco dinero lo hace aun más atractivo para la gente.

“...en una sociedad macdonalizada, las personas tienden a hacer actividades definidas como eficientes y a huir de las que juzgamos como ineficientes; y a penas se hacen diferencias entre aquellas cosas que consideramos incluidas en las categorías de eficaces”

Lo que es cierto es que la ideología que se gesta en lo político y lo económico va a modificar los estilos de vida y prácticas alimentarias de los individuos, ahora se habla de comidas generacionales las cuales se asumen como naturales, en esta forma de alimentarse la cocina y la mesa cambian su dinámica y significado, para generaciones anteriores algunas representaciones y prácticas serán distintas a las generaciones recientes, en donde algunas permanecerán como parte del grupo familiar y otras se modificaran en base al aprendizaje que se extrae de los ámbitos donde se relacione el individuo.

Con los cambios que se dan en cuanto a la estructura del espacio doméstico así como de la familia, la mesa y la cocina a diferencia de algunas décadas se usaran en pocas ocasiones por las generaciones más recientes, la imagen en donde toda la familia se reúne diariamente a comer cambiará, la mesa se sustituirá por un sillón frente al televisor y con la reducción de los espacios la mesa adquirirá otro uso, en ella ya no será la comida el elemento principal pues otras prácticas como la realización de la tarea la sustituirán (Romero.op cit

## CAPÍTULO TRES

### LA ALIMENTACIÓN COMO UNA VÍA DE COSTRUCCIÓN CORPORAL.

#### INTRODUCCIÓN.

A lo largo de éstos capítulos se han descritos algunos factores que intervienen en la alimentación generando representaciones alimentarias las cuales se convierten en prácticas y alguna de ellas en tradiciones que conforman la identidad de un país, un pueblo o una familia. En el espacio familiar se condensan estas representaciones que se reproducen o modifican de acuerdo al orden cultural, la dinámica familiar y la historia personal de los sujetos.

La alimentación es el primer aprendizaje social del ser humano y es en el espacio familiar en donde se aprenderán las reglas, gustos, maneras de compartir y digerir el alimento, la educación que recibimos por parte de nuestros padres a la hora de comer no sólo consiste en rituales de consumo, los productos a degustar así como la manera en cómo se cocinan y se comparten conforman una educación del paladar construida de generación en generación conformada por las representaciones que se transmiten en éste mismo espacio. El lugar donde se prepara y se consume el alimento así como con quien se comparte conforma la calidad del alimento pues ella representa la parte simbólica en donde la nutrición emocional se incluye y esta interactúa en los procesos corporales de asimilación y digestión, pues como bien sabemos comemos no sólo nutrientes y sabores, sino emociones o simbolismos que marcaran la educación y la guía a seguir en el acto de comer, lo cual tendrá un impacto en los estilos de vida así como en la salud de los individuos.

Así las representaciones sociales de la alimentación conllevan prácticas, costumbres, tradiciones y enseñanzas que se trasmite o modifican a lo largo del tiempo, en la familia se concretan códigos y se difunde en sus miembros, de esta manera las reglas sociales y culturales trastocan la vida privada modelando e imponiendo prácticas de consumo las cuales no siempre generan una calidad de vida óptima.

A lo largo del capítulo se describirá como es que se va conformando una educación del paladar de generación en generación, basada en prácticas y representaciones alimentarias llevadas a cabo en una familia, así como el impacto que esta conlleva en los diversos aspectos de su vida.

### 3.1.- LA ALIMENTACIÓN COMO UN PROCESO DE CONSTRUCCIÓN HISTÓRICO SOCIAL.

Debido a su clima y geografía México posee una gran diversidad de alimentos, lo cual no quiere decir que todos los habitantes de éste país tengan acceso a ellos, las razones son varias, cuestiones económicas, políticas, religiosas y de educación entre otras influyen en su consumo y elección. La alimentación al ser un símbolo de identidad que se manifiesta en las cocinas o platillos típicos<sup>28</sup> de ciertas regiones o sectores sociales hace que los productos que se consumen tomen sentido, sin embargo esta elección no es del todo libre, lo que se come actualmente parte de un proceso histórico en donde la ciencia, la economía y la política van perfilando patrones de consumo que también influyen en el reajuste de ciertas tradiciones alimentarias.

(Solís, 2007) menciona que en México durante el siglo XIX el inicio de la industrialización y el surgimiento de nuevos productos en el mercado establecieron diversas formas de comer en las clases sociales, provocando la adulteración y modificación en los hábitos empleados en éste acto o en la variedad de platillos, dicha transformación causó efectos en la estructura corporal de los individuos transformando los procesos metabólicos del cuerpo.

Así durante el siglo XX la implementación de un sistema productivo que aspiraba a la modernidad y que prometía una mejora en la calidad de vida tuvo diversas implicaciones en los habitantes por ejemplo en las zonas rurales la mayoría de las unidades familiares funcionaban con una economía basada en la agricultura en donde todos los miembros solían colaborar en el trabajo productivo y siendo a su vez unidades de consumo en donde todos

---

<sup>28</sup> Al hablar de cocina nos referimos a los platillos que identifican a una región o un país, ellos incluye sus ingredientes así como procedimientos e instrumentos utilizados su elaboración.

los miembros tenían actividades productivas específicas contribuyendo a la economía familiar, pero con la expansión de la industrialización y del mercado laboral asalariado, las políticas encaminadas al fortalecimiento del trabajo se ven influidas por la tecnologización dando paso a una producción agrícola moderna. Si bien el inicio del proceso de industrialización en México se ubica generalmente a principios de los años treinta, es a partir de la época poscardenista que el estado otorga primacía al proyecto industrializador como fundamento de la sociedad mexicana venidera y la agricultura campesina comienza a manifestar una gran crisis que se venía agravando durante más de un siglo. La primacía de la agricultura moderna, establecida con mayor frecuencia a partir de esta época, modificó de manera radical las formas de producir y abastecer los alimentos en el país pues con la crisis de la agricultura campesina la entrada de los alimentos industriales tanto en las zonas urbanas como las rurales se hizo presente (Weiss, 2001:31)

En este contexto la introducción de supermercados ayudó en gran medida la distribución de estos productos, empresas transnacionales y nacionales constituidas como Nestlé, Armour y Bimbo comenzaron a producir y distribuir nuevos bienes de consumo doméstico empleando la publicidad y el marketing para difundir sus productos,

Para Moreno, R. (2007:27) los productos que circularon con mayor dinamismo en México a partir de 1940 significaban para el Estado el ingreso a la modernidad, en donde varias de esas mercancías cargaban significados vinculados a dicho ideal, el proyecto de nación que pretendía posicionar al país como moderno llegó a los hogares mexicanos tomando como bandera la ciencia, la higienización así como la educación dirigida a las mujeres posicionándolas como las encargadas de la vida familiar, modelando estilos y reglas de cómo alimentarse adecuándose a este orden en donde la tecnologización como parte de ello comenzaba a introducirse en los hogares de las ciudades principalmente.

Con la tecnologización se generaron cambios en algunas de las prácticas como por ejemplo el ir al mercado diariamente con el fin de consumir productos frescos cedió poco a poco ante los productos enlatados, procesados y de fácil preparación debido al ritmo de vida y la exigencia en el ahorro del tiempo, este tipo de productos industriales son mejor adoptados por las generaciones recientes debido a la educación proporcionada por el medio social externo, en donde la memoria histórica no se difunde y gracias a ello se da paso a la

adopción o adecuación de prácticas alimenticias que implican la inserción total de un sistema económico cuyo fin es el consumo que se asocia al poder no sólo monetario sino social.

Para Jean y John Comaroff en Moreno R. (op cit.:29) existen dos formas dominantes en que el poder se inserta en la cultura, una de ellas es reconocida como la capacidad del ser humano de moldear las acciones y percepciones de otros mediante el control sobre la producción, circulación y consumo de signos y objetos, en la creación de subjetividades y realidades, refiriendo al control ejercido por seres humanos en contextos históricos específicos. La otra en las formas de la vida cotidiana donde el poder silencioso del signo y del hábito pueden ser tan efectivos como la más violenta coerción al formar dirigir e incluso dominar el pensamiento y la acción social, el control de los modos de producción simbólica se sostiene a través del tiempo y de tal manera permanece invisible ante todos los intentos y propósitos, por eso es sólo por la repetición que los signo y las prácticas dejan de ser percibidas o remarcadas que se vuelven tan habituales, tan profundamente inscritas en rutina diaria que no se ve más como formas de control o ya ni siquiera son vistas.

En éste proceso los valores impresos en las mercancías desde su creación y publicidad comienzan a integrarse a los valores de los consumidores hasta volverse cotidianos, ejemplo de ellos son los productos ligth o bajos en calorías, los cuales se asocian a una vida saludable, otros más prometen una solución a padecimientos como el estreñimiento o a no renunciar al placer de lo dulce, otros en cambio explotan la vinculación emocional ya sea con la familia o en función de las relaciones interpersonales y aunque en ocasiones existe resistencia en su incorporación por parte de las generaciones anteriores en su mayoría los nuevos productos alimenticios están dirigidos especialmente a los niños y jóvenes adultos. Como parte de esa apropiación los productos alimenticios se convierten en mediadores dentro de las relaciones sociales y aunque estas mediaciones no tienen un valor universal si

generan representaciones específicas dirigidas al consumo, dando origen al surgimiento de alimentos generacionales.<sup>29</sup>

Las implicaciones de éste modelo de producción y consumo ha generado una cultura de la competencia y el individualismo la cual hace olvidar que somos parte de la naturaleza, moviéndonos en una dinámica artificial que desvincula al individuo de los ciclos naturales así como de las necesidades de su cuerpo, en éste sentido la alimentación va perdiendo su carácter sacro, la comida adquiere otro sentido, pues se vuelve sólo el combustible que hace funcionar y sobrevivir al cuerpo brindando una vida y salud poco óptima. Otro de los efectos de esta lógica se manifiesta en el cambio epidemiológico de las enfermedades infecto contagiosas a crónico degenerativas ello nos habla de las repercusiones que los estilos de vida actuales provocan, la comida industrializada, el cambio en las relaciones al interior de la familia así como el concepto de vida y persona que se tiene da pocas posibilidades de desarrollo no en el sentido económico sino en el personal y espiritual. La individualidad, atomización y el consumismo hacen sólo del individuo un recurso humano que se compara con una maquina a la cual sólo hay que dar el suficiente alimento y mantenimiento para que siga produciendo y consumiendo.

### 3.2.-LA EDUCACIÓN DEL PALADAR.

Se entiende por educación del paladar al proceso histórico que se va conformando a partir de las representaciones alimentarias generadas en el entorno social y que se asimilan y adecuan en la práctica cotidiana por los sujetos, estas se modifican y transmiten de generación en generación en el entorno familiar y social, dicho aprendizaje se desarrolla desde la niñez manifestando la preferencia a ciertos sabores, olores y productos que se asocian a la vida corporal de los individuos manifestando en ellos la salud o la falta de ella. Al hablar de una educación del paladar no sólo se hace referencia al orden biológico, ni se

---

<sup>29</sup> Muchos niños han crecido consumiendo alimentos introducidos en su generación y algunos de ellos aún permanecen, ejemplo de ello son los productos de Marinela, Bimbo y Sabritas como el gansito, galletas o el pan blanco utilizado en el sándwich los cuales no faltan a la hora del recreo en el ámbito escolar.

prioriza el alimento como único factor para mantener la salud, éste es un aspecto que se conjuga con las emociones, la espiritualidad así como con los procesos sociales, culturales, políticos y económicos de un tiempo y espacio determinado. Compartimos la propuesta del Dr. López Ramos quien postula una pedagogía de lo corporal.

“[...] explicar una enfermedad como la diabetes o cualquier otra cosa desde una lógica diferente, es decir desde la creencia que contempla al cuerpo como una unidad de emociones en estrecha relación con los órganos. El medio en el que se vive, el espacio donde nos nutrimos, el tipo de alimento, la calidad del agua, el calor y los niveles de convivencia nos brindan elementos que nos permiten construir explicaciones acordes a lo no visible de una enfermedad, esas cosas que nos marcan en el vivir cotidiano, las cuales asumimos como algo tan normal o tan natural que nos cuesta trabajo aceptar otras explicaciones o al menos una mirada nueva sobre ellas”. López Ramos (2008:20)

La pedagogía de lo corporal permite la reflexión desde otras posibilidades de lectura, se apela a una concepción del ser humano que se encuentra en constante formación y proceso de construcción, en todas sus dimensiones y capacidades de desarrollo emocional cognitivo, corporal y espiritual. La pedagogía de lo corporal, fundamenta sus bases teóricas y metodológicas, desde la condición corporal, en el entendido de que el trabajo corporal puede hacer cambiar la memoria del cuerpo y de esta manera mejorar la calidad de vida y las oportunidades que los seres humanos tienen de construir estilos de vida que les permitan vivir y no solo sobrevivir como se hace actualmente. Castro (2009:144)

La alimentación es un elemento vital en la vida de todo ser vivo, es un reflejo de la sociedad y tiempo en el que se vive, de la instrucción que se difunde así como de los estilos de vida que se construyen y que se requieren. Mediante la enseñanza formal e informal se instituye un saber dirigido a educar el paladar de los sujetos con productos que proporcionan un permanente placer sensorial construyendo en el imaginario un ideal de bien estar y salud, aunque en la realidad ello no sea cierto.

El acto de alimentarse no consiste solamente en la ingestión de los alimentos a ciertas horas del día, ella incluye representaciones, prácticas saberes así como emociones que se gestan y permanecen de generación en generación. En la sociedad actual las fases de producción, distribución, preparación y consumo mencionadas por Goody (op. cit.:55) han tenido grandes avances tecnológicos y de mercado, sobre todo en la fase de producción y distribución ciencias como la bromatología<sup>30</sup> y técnicas como el análisis sensorial<sup>31</sup> han desarrollado gran cantidad de productos alimenticios que crean la ilusión de diversidad y nutrición al ponerlos a disposición de los consumidores.

El medio social actual exige a los individuos eficiencia y rapidez, los ritmos acelerados de vida producto del régimen económico en el que nos encontramos genera expectativas y prototipos de lo que significaría vivir y comer bien sin tomar en cuenta las necesidades y el bienestar de las personas, la estética corporal y la exaltación de ciertos sentidos como la vista y el gusto busca tan sólo su satisfacción, el bombardeo continuo de estímulos nos refiere a un tipo de educación corporal específica que maltrata y descuida al cuerpo donde el deleite de un sabor, de una imagen, un olor o de un contacto, encubren las necesidades reales ya sea afectivas o nutricias del cuerpo. La memoria corporal guardada y mediada por códigos sociales y familiares conforman parte de una educación del paladar en donde los procesos históricos y la subjetividad colectiva se unen para definir el gusto a un sabor en específico, la comida mexicana se asocia a los sabores fuertes, irritantes, picantes y

---

25“Ciencia que estudia los alimentos en cuanto a su producción, manipulación, conservación, elaboración y distribución, así como su relación con la sanidad. Comprende la medición de las cantidades a suministrar a los individuos de acuerdo con los regímenes alimenticios específicos de cada ser.”  
<http://es.wikipedia.org/wiki/Bromatolog%C3%ADa>

<sup>31</sup> Las prueba de análisis sensorial son determinantes en el desarrollo de nuevos productos alimenticios, así como en la reformulación de productos ya existentes, en ellas se identifican los cambios causados por los métodos de procesamiento, almacenamiento y uso de nuevos ingredientes, tales investigaciones además de lo anterior sirven para el mantenimiento y ajuste de las normas de control de calidad. (Normas UNE, ISO). <http://dcfernandezmudc.tripod.com/marcot.htm>.

El análisis sensorial tiene como antecedente los estudios de psicofísica realizados en el campo de la psicología por autores como Gustav Theodor Fechner (1801-1887), Ernst Heinrich, Weber Wilhem Wundt La investigación en psicofísica se centró inicialmente en el sentido de la visión durante el siglo XIX, pero su interés rápidamente se expandió a los demás sentidos”. <http://es.wikipedia.org/wiki/Psicof%C3%ADsica>.

condimentados representando así su sincretismo e identidad y a su vez la historia de sus habitantes y los procesos históricos que esta conlleva.

Lowenberg (1979:123,24) en su texto "los alimentos y el hombre" cita a Poppy Cannon en un artículo del Saturday Review titulado "revolution in the kitchen" en donde menciona.

"... del alimento podría deducirse no sólo la biografía y la genealogía, sino también la antropología en toda su extensión, si se conociera la clave. El alimento es un espejo que refleja mil fases de la historia personal, nacional e internacional, en el alimento se refleja la geografía también el clima, la flora y la fauna del hogar, la religión, las supersticiones y los tabú, las guerras, victorias y derrotas, las invasiones. El alimento trae a la memoria los viajes del pueblo, quienes fueron sus abuelas y de que parte del mundo son oriundos sus antepasados"

La historia de nuestro país se ve reflejada en el cuerpo de las generaciones a través de lo que se come, el sufrimiento, el dolor, el placer, el enojo, el miedo, la ansiedad, lo denota la predilección a uno o dos sabores, a ciertos platillos así como el deterioro de los órganos vitales en nuestros cuerpos.

Es así como el cambio en el perfil epidemiológico presente en México durante la segunda mitad del siglo XX donde las enfermedades de tipo crónico degenerativas como los problemas cardiovasculares, diabetes, todo tipo de cáncer entre otros han ido en aumento. Actualmente las políticas de salud encaminadas al cambio de hábitos alimenticios en la población toman como base el miedo, donde la fatalidad de la genética determina la propensión a ciertas enfermedades, de ahí que no se logren cambios de fondo en las prácticas y representaciones que van más allá de lo racional, estas se encarnan y nutren de una memoria personal, familiar e histórica la cual al ser una construcción brinda la posibilidad de elección y cambio así como dar cuenta del trabajo corporal que se requiere para poder lograrlo, esta puede ser modificada trabajando con las emociones así como con las representaciones que se tienen acerca del vivir.

“Los mexicanos han enfrentado una larga historia en éste camino, pues se les han impuesto invariables propuestas de salud y enfermedad mediante medios como la cultura, la ignorancia, la desinformación, el ocultamiento, la especulación, el acaparamiento, los intereses económicos, las políticas alimentarias y económicas, las costumbres y tradiciones etc.” López. Ramos (op.cit:20)”

Algunas tradiciones y costumbres implican el consumo constante de un sabor originando en el cuerpo efectos poco saludables, al paladear una diversidad de sabores y no sólo uno genera en el cuerpo una dinámica diferente en su interior y exterior, en donde ninguno sabor predomina ni compite por permanecer. En éste sentido los alimentos generan en el cuerpo un lenguaje al interior que hará que la relación entre sus órganos y emociones se mantengan en estado óptimo o por el contrario se desgasten y deterioren.

### 3.2.1. La conformación de una educación del paladar

El primer grupo social con el que se interactúa al nacer por lo general es la familia, en el hogar o espacio donde se habite se aprenden las reglas de comportamiento así como la manera de sentir asimilar e interactuar con el medio social y cultural durante los primeros años de vida, un segundo espacio es el sistema escolar en donde los procesos de interacción social van a determinar el aprendizaje que se van a incorporar a la vida privada. El rol social de educar y alimentar a los miembros de la familia ha sido asignado a las mujeres,<sup>32</sup> principalmente las madres son quien ejercen un influjo importante en las

---

<sup>32</sup> A lo largo de la historia se han generado diversos modelos de lo que es ser mujer y la asignación de su rol social, durante el siglo XIX el modelo de la mujer ama de casa, sin actividad profesional y relegada a la responsabilidad del hogar y de los hijos es representada e interiorizada en la vida cotidiana, ya en el siglo XX el modelo se modifica solo en ciertas áreas producto de la industrialización y el sistema de producción capitalista, ahora la mujer se inserta en los espacios profesionistas y laborales remunerados, sin que esto implique desligarse del rol de cuidadora y responsable de la alimentación familiar, al respecto Gilles Lipovestsky en Barea, J. Cabrillo (2000:270).

costumbres alimenticias de los hijos convirtiéndose en el regulador de los que se comerá en casa (Lowenberg, op cit:100)

En la familia al reunirse con el otro para compartir la comida no sólo se ingieren sabores, olores y platillos, la forma de preparar la comida así como la intención y emoción con la que sea elaborada son parte de lo que también se consume a la hora de llevarse el platillo a la boca, es decir, al engullir cada bocado se come también las relación que se mantiene con el otro y la emoción que esta conlleva. Los alimentos contienen propiedades nutritivas específicas, al degustar un platillo se menciona la buena o mala calidad del alimento en términos nutricionales o el buen o mal sabor que éste deja en la boca, pero la mayoría de las veces no se toma en cuenta la parte emocional y nutricia que les aporta quien lo prepara, con quien se comparte y la forma en que se recibe el alimento, así emociones como el amor, el enojo, la tristeza, apatía forman parte de las representaciones que se colocan en lo que diariamente se come manifestándose en insipidez, falta de cocción o provocando algún malestar después de ingerirlo. Duran (2008:66,2) menciona

“Tratándose de las emociones, sostenemos que la mayoría entra por el estómago, sin embargo también los sentidos y el contexto en el que se desenvuelven un ser humano como factores que intervienen en la elección de una enfermedad....El ámbito familiar será entonces el espacio mediato al que el individuo tendrá acceso para la elección, el inmediato será su propio cuerpo. En el seno de la familia aprendemos a convivir intersubjetivamente con los otros, a identificar los hábitos culturales y fisiológicos, los gestos y las palabras, a razonar para vivir y convivir con nuestras pasiones, pero pocas veces aprendemos a conocer por medio del cuerpo”

En la actualidad las relaciones familiares se han visto modificadas, la hora de comer para muchos niños, adolescentes y adultos se ha vuelto una actividad en solitario, la compañía y parte de esa nutrición emocional que se adiciona a los alimentos provoca que el acto de comer se vuelva una actividad automática y de esa manera se recibe, ejemplo de ellos son los niños o jóvenes que comen en compañía del televisor, consumiendo cualquier cosa tan sólo para matar el hambre o llenar el estómago sin tomar en cuenta las necesidades de su cuerpo.

En el hogar se aprenden formas de vivir,<sup>33</sup> los estilos de vida son prácticas hechas rutina que se modifican de acuerdo a naturaleza móvil de la identidad del yo, son decisiones referentes no sólo a cómo actuar, sino a que ser. Con la creciente generalización de los medios de comunicación, su influencia no se ejerce exclusivamente en la dirección de la diversificación y la fragmentación, los medios ofrecen acceso a situaciones con las que el individuo podría no entrar nunca en contacto personal Giddens (1997:106) .De acuerdo a los estilos de vida encontramos una diversidad de prácticas alimentarias, específicas para ocasiones que no son cotidianas ejemplo de ello son los cumpleaños, celebraciones religiosas, sociales etc. ellas conllevan una representación diferente en donde los alimentos tomaran un significado dependiendo de la ocasión. Así la religión es un factor importante en el establecimiento de reglas alimentarias las cuales permanecen y reproducen de generación en generación.

Dentro de las enseñanzas generacionales se encuentra una educación del paladar que se va construyendo y nutriendo de diversos factores ya antes mencionados, dicha educación que trasciende las generaciones es aprendida en la cotidianidad, en el trato con los otros, donde la familia funge como espacio primario para difundirla y preservarla, en ella las emociones y formas de ver la vida se manifiestan a través de la comida, la salud no escapa o a la subjetividad y lo simbólico de esta práctica. Así la asociación entre alimentación y enfermedad va más allá de los requerimientos energéticos y calóricos que el organismo requiere, esta al adquirir una representación contribuirá también en el mantenimiento y preservación de la salud incluyendo otras dimensiones como lo es lo emocional y lo espiritual en la relación que se mantiene con el otro.

---

<sup>33</sup> Un estilo de vida puede definirse como un conjunto de prácticas más o menos integrado que un individuo adopta no solo porque satisfacen necesidades utilitarias si no porque dan forma material a una crónica concreta de la identidad del yo. Giddens (op cit)

### 3.2.2. Cuerpo y salud

El hombre desde su aparición como tal y en el transcurso de su evolución, ha confiado en sus sentidos y experiencias para seleccionar los alimentos que ha necesitado y ello le ha permitido diferenciar los alimentos saludables de los que no lo son. Los sabores salados y agrios son los sabores más básicos y primitivos a nivel filogenético, éstos se relacionan con el medio ambiente y con la seguridad mucho más que con los alimentos, después evolucionaron los sabores dulces y el amargo que tiene mucho que ver con los alimentos, Lowenberg (op.cit,:27)

La conducta del placer, de sentir, de disfrutar o de lo contrario, disgusto, rechazo, asco se hace cognitiva gracias a todos los sentidos todos ellos son estimulados en una u otra medida para llegar a captar y codificar toda la información que nos hace disfrutar de un determinado alimento. Nuestros labios, nuestra lengua y nuestras papilas gustativas forman un conjunto de estructuras primarias y secundarias muy complejas denominado sistema háptico que es quien integra todas las sensaciones para que a su vez sean guiadas y transportadas por vías directas al centro del procesamiento final y cumpla su objetivo alimentar, agradar, curar, equilibrar. En la codificación básica la vista, el olfato y el gusto y el tacto son los órganos básicos, (así como hay un proceso de construcción también nos puede decir de que enfermera posiblemente el cuerpo que emociones y órganos se manifestaran y como se concretaran en el cuerpo a través de esta educación del paladar y no sólo del sentido del gusto sino él) Algunas investigaciones y estudios insisten en la importancia que tiene para la discriminación olfativa y gustativa, la educación y el aprendizaje. Un determinado adiestramiento ayuda a la discriminación y análisis de los olores y sabores, así mismo cuanto más aumenta la percepción y su codificación, mayor será el placer para disfrutar de un determinado alimento, Así el entrenamiento acrecienta la identificación de los olores y el aprendizaje de los nombres que se dan en aquellos olores que no sabemos abstraer.

En éste sentido se puede decir que el gusto, se puede educar, cuanto más rica es una cultura, más sensaciones y percepciones tiene para la utilización de los alimentos, dicho de otro modo a mayor complejidad perceptiva de gustos, sabores, olores y colores mayor es el

placer de vivir y experimentar los alimentos, pero esto presupone una buena educación e información, los gustos se educan y se aprenden y cuanta más discriminación perceptiva se tiene mayor poder de disfrutar se alcanza.(Ibáñez op.cit:24)

Es cierto que en la actualidad la diversidad de productos es amplia, pero ello no quiere decir que estén al alcance de todos o que todos los productos sean de buena calidad y proporcionen los requerimientos básicos para mantener al cuerpo en un estado de salud. La juventud actual, que ha recibido una educación más orientada a la comida rápida o a los productos industriales orientados por los medios masivos de comunicación, tiene menor capacidad de discriminación de los olores de los productos naturales y un mayor rechazo a las frutas y verduras que aquellos jóvenes que son de sociedades rurales o que han tenido una educación más tradicional.

Las enseñanzas de lo que se debe o no comer lo aprendemos en el espacio familiar, en ella intervienen los significados que le atribuimos a los alimentos así como las emociones que ellas conllevan, al comer todo nuestro cuerpo entra en acción, cada uno de nuestros sentidos, órganos y emociones. Los sentidos intervienen de manera conjunta en el acto de comer, desde que adquiere, prepara, comparte e ingiere el alimento. Aunque algunas veces se priorice alguno de ellos todos intervienen al mismo tiempo en la exquisitez de un platillo. Al hablar de cuerpo y alimentación lo primero a lo que se recurre es a la nutrición, hasta ahora ella ha sido la ciencia encargada de cuidarlo, en México los altos índices de desnutrición<sup>34</sup> y obesidad nos hablan del tipo de alimentación que se consume en el país así como de los múltiples factores que intervienen en ella. El predominio en los sabores dulces y picantes se relacionan con la historia y estilos de vida que genera el régimen

---

<sup>34</sup> “Un millón 145 mil niños menores de cinco años, 15 por ciento de la población de ese grupo de edad en México, padecen algún grado de desnutrición, y de continuar la actual tendencia de reducción de éste indicador, se logrará su erradicación dentro de seis o siete décadas. No obstante, aseguró Abelardo Avila, investigador del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (INCMNSZ), Por ahora, la mayoría de los niños con algún grado de deficiencia nutricional se concentra en 700 municipios del país, más de un 25 por ciento del total, principalmente en los estados de Guerrero, Oaxaca, Chiapas, Veracruz, Puebla y Nayarit. [http://www.jornada.unam.mx/2007/01/20/index.php?section=sociedad&article=03\)7n2soc](http://www.jornada.unam.mx/2007/01/20/index.php?section=sociedad&article=03)7n2soc)

político y económico en el que convivimos en este sentido López Ramos (2008:22,4) menciona:

“El cuerpo se convierte en presa de ese proceso sociopolítico lo que, desde otro punto de vista, significa que se ha perdido el interés por las personas, por el desarrollo del hombre....Destruir el cuerpo por la boca, por la ingesta de un alimento que no es apropiado, dará pie a procesos que le darán sentido a una enfermedad que por lo que se ha visto, parece no tener preferencias sociales ni económicas....La manera de sentir el cuerpo se articula con nuestra actitud ante la vida, pero a su vez se relaciona con el interior, con los sabores, con los colores del cuerpo. Esto no es ajeno a lo que estamos explorando, pues ir a lo profundo de una vida personal nos revela las redes que se han construido en los ámbitos social, personal y un poco más allá, en el interior de los órganos.”

Es así que la educación del paladar que se difunde y encarna en el cuerpo puede construirlo o destruirlo a través de la enfermedad y el deterioro corporal, desde la pedagogía de lo corporal se apela a la construcción del sujeto, esto conlleva la posibilidad de una re-educación no solo del paladar si no del cuerpo entero en donde las posibilidades de desarrollo y cambio a través del trabajo con el cuerpo permita a los seres humanos una vida distinta donde se pondere la vida generando códigos diferentes a los hasta ahora establecidos por un régimen basado en el consumo y la racionalidad.

La alimentación es parte fundamental del desarrollo del ser humano, las enfermedades que se viven y el rápido deterioro de los cuerpos así como de la vida y del planeta hace necesaria no solo explicaciones desde miradas diferentes, sino acciones que no sean solo paliativos como los que hasta ahora existen.

## CAPÍTULO 4

### DESCRIPCIÓN Y ANÁLISIS DEL PROCESO DE LA ALIMENTACIÓN EN 4 MUJERES DE UNA FAMILIA: UN ESTUDIO TRANSGENERACIONAL DE LA EDUCACIÓN DEL PALADAR.

#### INTRODUCCIÓN

La vida y el cuerpo de los sujetos nos muestran cómo se vive en un espacio, tiempo condición social, económica y geografía determinada, a lo largo de las generaciones la construcción de códigos y representaciones culturales se van transmitiendo a las más jóvenes como parte de la composición e integración social que busca mecanismos de regulación entre los individuos. Así se va generando una subjetividad colectiva siendo esta un sistema de aprendizaje que se transmite mediante el lenguaje hablado, escrito así como a través de gestos, emociones y sensaciones que se encarnan en el cuerpo de los individuos.

La alimentación no solo es una necesidad básica en la vida del ser humano, esta representa una serie de simbolismos y significados que los individuos le asignarán en base a la cultura de pertenecía. Es la familia la primera institución encargada de transmitir estas representaciones y prácticas de lo que se debe o no comer, con quien o quienes compartir así como los lugares y maneras de comer. De este modo se va constituyendo una educación del paladar en donde cada generación aportara además de recetas, representaciones y prácticas alimentarias cargadas de una historia personal y social que conlleva emociones y sabores las cuales se ven plasmadas de generación en generación en el cuerpo y los estilos de vida de los sujetos

La presente investigación cuyo objetivo fue analizar los elementos que constituyen una educación del paladar que se va construyendo de generación en generación en donde la predilección de un sabor conlleva además de prácticas y representaciones, emociones que trascienden a lo largo de ellas y que se concretan en formas de vivir, utilizo una metodología de corte cualitativo en donde la historia oral, la acción participante y la

entrevista semiestructurada permitieron el acceso a la información que los individuos nos brindan, siendo ellos un documento vivo en el cual se concreta una realidad social. A través del análisis que parte de diferentes marcos interpretativos como lo son la historia, la antropología de la alimentación y la pedagogía se obtuvo un análisis multidisciplinario en donde la educación del paladar se muestra como un proceso de aprendizaje que se construye de varios elementos y por ende puede ser modificado en aras de preservar la salud y mejorar las condiciones y estilos de vida de los individuos.

La propuesta de una pedagogía de lo corporal fundamentada en los escritos del Dr. Sergio López Ramos así como los postulados milenarios de la medicina tradicional china y la medicina ayurvédica dan cuenta de otras miradas así como posibilidades de trabajo corporal en donde la razón, la intuición, la espiritualidad, la alimentación y otros aspectos constituyen parte del desarrollo de los individuos generando así estilos de vida óptimos a los cuales todos pueden acceder.

#### 4.1 METODOLOGÍA

La presente investigación es de corte cualitativo, Peón, (en Tarres, 2001, p. 63) menciona que el análisis cualitativo “pone énfasis en la visión de los actores y el análisis contextual en el que esta se desarrolla, centrándose en el significado de las relaciones sociales”, en éste sentido se logra un conocimiento directo de la vida social así como de la subjetividad del individuo con respecto a su realidad.

En la investigación cualitativa a diferencia de la cuantitativa, no interesa la representatividad, es decir una investigación es valiosa independientemente del número de participantes, los cuales pueden ser un caso, una familia o un grupo, pues se busca la subjetividad, así como explicar y comprender las interacciones y los significados subjetivos individuales o grupales (Gayou, 2003).

Desde esta metodología existe la flexibilidad de utilizar diversos marcos teóricos o interpretativos los cuales comparten en sus postulados la necesidad de comprender el significado de los fenómenos sociales. Los cambios y permanencias en la transmisión de prácticas y representaciones a lo largo de cada generación que cada individuo le atribuye a los procesos de alimentación así como la educación del paladar que se va construyendo y

transmitiendo en la familia requiere que la presente investigación se auxilie de varios marcos interpretativos para su abordaje, la historia oral, la pedagogía y la historia antropológica de la alimentación se conjugan para llevar a cabo el análisis y el desarrollo de la investigación.

La historia oral es tan antigua como el habla humana y es a la vez un avance innovador en el proceso de la investigación y de la escritura de la historia, es una metodología que produce importantes cambios en la forma en que contemplamos el pasado. La historia oral son las memorias y recuerdos de la gente viva sobre su pasado, como tal está sometida a todas las vaguedades y debilidades de la memoria humana: no obstante, en éste punto no es considerable diferente de la historia como un todo, que con frecuencia es distorsionada, subjetiva y vista a través del cristal de la apariencia contemporánea. Thad, Mehaffy (1989) Durante la década de los cincuentas, dos desarrollos tecnológicos clave, el teléfono y la grabadora, que funcionaban en formas muy diferentes, ayudaron a estimular un nuevo interés en la tradición oral como evidencia histórica. Varios historiadores empezaron a sostener que los medios modernos de comunicación, especialmente el teléfono, estaban reduciendo en forma drástica la creación de documentos personales tan valiosos como la carta y el diario.

La historia oral moderna comenzó con un esfuerzo conservador para crear un documento personal, sustituto de la carta privada y concentrarse en las realizaciones de personas importantes, pronto empezó a conducir a los historiadores en direcciones diferentes, se estimulo un nuevo interés en las familias, comunidades y segmentos no documentados de la sociedad , el ascenso de la historia oral ha iniciado una búsqueda de nuevas variedades de historia social y una nueva y más estrecha relación entre la historia y otras ciencias sociales en particular el folclor, la antropología cultural y la sociología Thad, Mehaffy (op.cit.)

Por otro lado la historia antropológica de la alimentación la define León, (2002:11) como:

“el conjunto de herencias culturales, de connotaciones, prejuicios, aprendizajes y placeres que se relacionan tanto con la economía como con los sistemas de producción, los recursos naturales y la transformación del paisaje, como con el tiempo, el placer y la seducción, el lujo, el prestigio social, el rito y la fiesta

La propuesta de una historia antropológica de la alimentación pone énfasis en el consumo, el cual a su vez comparte cuatro ámbitos de la vida del hombre: la necesidad (nutrición, reproducción de la vida), la economía y el medio (disponibilidad) la educación (horarios de comida, modales, uso de instrumentos e higiene) y el gusto (preparación, sabor, parafernalia)”

La historia antropológica de la alimentación considera las maneras de comer así como las prácticas cotidianas marcadas por una lenta transformación en donde la evolución del gusto y la sensibilidad, así como la constitución de las maneras de comer como prácticas sociales que se relacionan con los sistemas de representación de la naturaleza, del ambiente, del cuerpo, de la convivencia con los otros y el estatus social. Estas representaciones se expresan en la misma comida, sus colores, olores, las texturas, y los volúmenes.

La alimentación es una práctica cargada de herencia cultural, de connotaciones, prejuicios, placeres, aprendizajes y significados, así las representaciones y prácticas que se hacen de la alimentación constituye una forma social de aprendizaje, siendo éste un saber socialmente disponible. La asimilación de estas prácticas culturales está vinculada con la ideología así como con las necesidades técnicas de los individuos, el análisis de las representaciones permite indagar la visión que cada individuo tiene del mundo. (Flores, en Doise, 1992: 10)

Las representaciones permiten a los sujetos interpretar y dar sentido así como clasificar, los fenómenos y los individuos, ellas tienen que ver con la forma en cómo las mujeres aprenden en la vida cotidiana lo referente a la alimentación, siendo éstos conocimientos que se construyen a partir de su experiencia así como de modelos, conocimientos e información que se trasmite mediante tradiciones, ritos, el contexto, la temporalidad y la experiencia otras generaciones. Las representaciones son también un resultado histórico producto de una evolución que expresan un momento que llevan en si elementos de continuidad, de permanencia y estabilidad, siendo éste continuo de permanencia y cambio algo imprescindible para entender el papel de las representaciones en la sociedad (Peña, op cit). Mediante ellas también se expresan cambios en las expectativas, así como en la manera de mirar el mundo.

Así desde la pedagogía, la educación informal nos describe el proceso que dura toda la vida y en el cual las personas adquieren y acumulan conocimientos, habilidades, actitudes y

modos de discernimiento mediante las experiencias diarias y su relación con el medio ambiente García Oz (1991:55), en éste sentido las prácticas alimentarias así como las representaciones de la misma se aprenden de una manera informal tanto en el espacio familiar como social y cultural en que se desarrolla.

#### 4.1.1 SUPUESTO.

La transmisión transgeneracional de saberes y prácticas que 4 mujeres de una familia le atribuyen a la comida da cuenta de la educación del paladar que se mantiene en una familia a lo largo de cuatro generaciones en donde diversos elementos culturales, históricos, económicos e individuales influyen en el cambio o permanencia de las prácticas y representaciones de su alimentación contribuyendo a su salud o enfermedad.

#### OBJETIVO GENERAL.

Analizar cómo se construye una educación del paladar de generación en generación e investigar qué elementos culturales, históricos, sociales e individuales contribuyen al cambio o la permanencia de las prácticas y representaciones de la alimentación en 4 mujeres de una familia.

#### OBJETIVOS PARTICULARES.

- Investigar las diversas miradas desde donde se ha abordado la alimentación así como el contexto histórico de los cambios en la alimentación en México
- Identificar qué factores económicos, políticos, sociales, culturales así como individuales intervienen en el consumo, adquisición y distribución de los alimentos en México durante el siglo XX, periodo durante el cual se desarrollan 4 generaciones.
- Analizar cómo se da el proceso de transmisión de saberes en torno a la comida de manera trans generacional, mediante la educación no formal.
- Identificar que saberes son retomados o heredados de su madre en la preparación de la comida por parte de cada una de las generaciones.
- Investigar como ha sido educado cada uno de los sentidos (olfato, gusto, vista,

- tacto, oído) en cada una de las familias de estas 4 generaciones y analizar la repercusión que esto conlleva en su salud

#### 4.1.1.1 MÉTODO

##### UNIVERSO DE ESTUDIO

Desde la metodología cualitativa que es la que se emplea en éste estudio la representatividad a diferencia de los métodos cuantitativos es poco relevante, dicha metodología se dirige hacia la búsqueda de la subjetividad, así como explicar y comprender las interacciones y los significados subjetivos individuales o grupales (Gayou, op.cit.) Con base en ello el universo de estudio se conforma de 4 mujeres pertenecientes a la familia Ruiz Bonilla, cada una de ellas pertenecerá a una generación diferente (bisabuela, abuela, hija, nieta y bisnieta). La familia radica en San Gregorio, Xochimilco. La elección de dicha familia se basó en la poca existencia de familias citadinas con la cantidad de generaciones de mujeres mencionadas. La elección de 4 generaciones en una familia tiene el fin de entender el proceso de alimentación de una forma más amplia así como el poder explicar el proceso de persistencia y cambio alimentario que se logra en un lapso de 100 años, tomando en cuenta que los procesos sociales son de larga duración, en éste sentido se hace necesario abordar como éstos procesos culturales influyen en estas prácticas y representaciones en el vivir de los individuos.

##### INSTRUMENTOS

- Entrevista focalizada
- Asociación de palabras y frases

##### MATERIALES

- Grabadora digital, cuaderno y pluma

#### 4.1.1.1.1. PROCEDIMIENTO

Se contacto a la familia Ruiz Bonilla por medio de un conocido de la familia, la segunda generación DD fue el primer vinculo de estas cuatro generaciones quien accedió con gusto al plantearle los objetivos de la investigación, fue ella el medio para contactar a las demás generaciones. En casa de DD se les explico a cada una de ellas el objetivo de la investigación así como la forma de recolección de la información.

Mediante la técnica de entrevista semiestructurada se recabaron los datos a analizar, para complementar la información se utilizo la estrategia de triangulación, con base en los datos obtenidos en las entrevistas se formularon palabras y frases para llevar a cabo una asociación de ellas permitiendo ampliar los datos respecto a las representaciones que cada una de las participantes genera en base a la alimentación así como de sus prácticas cotidianas.

La acción participante fue otro de las herramientas empleadas en la investigación, el estar presente así como ayudar en las actividades culinarias en algunas fiestas como las de Sn Juan y día de muertos, así como de la alimentación diaria de las tres primeras generaciones.

#### 4.1.1.1.1.1 .CATEGORIAS

##### 1.- SOCIAL

El ámbito social en el que los individuos se encuentran inmersos nos habla del tipo de relaciones que se manifiestan con los otros individuos así como con el medio que le rodea. Factores económicos, políticos y culturales perfilan las prácticas y representaciones que se llevan a cabo diariamente en la alimentación así como en todos los rubros de la vida. Conociendo el contexto, la actividad económica así como las personas con las que se interrelacionan estas cuatro generaciones se puede rastrear los elementos que conforman la educación del paladar de esta familia a través de sus relaciones con los otros y el medio circundante.

#### Sub categorías

- Actividad económica y laboral
- Lugares en los que se mueve
- Medios de comunicación
- Otros

## 2.- FAMILIA

El espacio familiar representa el lugar donde los sujetos aprenden las normas provenientes de la cultura y sociedad en donde se encuentran inmersos, el tipo de relaciones que se dé al interior de ella así como las prácticas y hábitos, constituyen las formas en como los individuos aprenderán a educar su paladar en donde el predominio de uno o dos sabores así como el manejo de emociones posibilita el desarrollo o mantenimiento de la salud o enfermedad de los individuos que cohabiten en el mismo espacio.

#### Sub categorías

- De quién y cómo aprendió a cocinar
- Prácticas familiares
- Prácticas al guisar
- Prácticas al compartir el alimento
- Otros

## 3.-CUERPO

Las prácticas y representaciones generadas en el ámbito familiar son nutridas por la cultura en la que los sujetos se encuentran inmersos, además de ello el contexto y momento histórico en el que se desarrolla la vida de los individuos construye maneras de pensar, sentir y actuar en la cotidianidad formando así una visión de la vida. En el cuerpo se encarna y manifiesta dicha construcción, donde los procesos emocionales, orgánicos y

espirituales serán guiados por la visión imperante y por ende la salud o enfermedad de los individuos será un reflejo de ello.

Sub categorías

- Alimentos consumidos
- Sabor o alimento favorito
- Creencias, emociones, consumo y preparación de alimentos
- Otros

## 4.2 ANÁLISIS TRANSGENERACIONAL DE LA EDUCACIÓN DEL PALADAR

### 4.2.1 INTRODUCCIÓN

A través de la vida de los sujetos se da cuenta de los procesos que se originan en un contexto, geografía y tiempo determinado, la alimentación es uno de ellos y mediante los hábitos, productos, instrumentos, prácticas y representaciones que se han ido adecuando o modificando a lo largo del siglo XX en nuestro país, se ha generado un impacto no sólo en la economía e industria sino en los diferentes ámbitos de la vida de los sujetos

El qué, cómo, cuándo, dónde y con quién se come, forma parte de los aprendizajes que se adquieren en la niñez, ellos se observan en casa con la familia y conforme se va creciendo, los lugares y personas con las que se interrelacionan en contextos como la escuela, el trabajo, los amigos y familiares, contribuirán a la modificación o permanencia de los aprendizajes alimentarios ya adquiridos. En éste proceso intervienen factores culturales, sociales, económicos y políticos que son tomados como base para la construcción de representaciones y prácticas alimentarias que los individuos incorporan a su vida mediante la educación de su paladar. La educación del paladar se conforma de una memoria sensorial del sentido del gusto, la cual se denota en la palatabilidad<sup>35</sup> de los alimentos, pero también ella es un proceso de construcción que se van transmitiendo de generación en generación dentro del espacio familiar donde intervienen factores sociales, económicos, políticos, emocionales y culturales.

El conocer el proceso de construcción de la educación del paladar de los individuos nos permite conocer no sólo la cultura e historia de un país, ella denota el perfil de salud que tendrán sus pobladores así como los factores que intervienen en el cambio o la permanencia de ciertas prácticas y representaciones de la alimentación de generación en generación dando la posibilidad de explicar el por qué de ciertos fenómenos como el alto consumo de

---

<sup>35</sup>Palatabilidad: Conjunto de características organolépticas de un alimento, independientemente de su valor nutritivo, que hacen que para un determinado individuo dicho alimento sea más o menos placentero. Esta calificación es, en gran medida, una apreciación subjetiva dependiente de la experiencia previa del individuo. <http://mobil.diccionariodelvino.com/index.php/1747/palatabilidad/>

comida chatarra, o la dificultad de cambiar ciertas prácticas que se tornan nocivas para la salud como el consumo excesivo de azúcares y grasas.

Por tanto la presente investigación tiene por objetivo analizar los aprendizajes, prácticas y representaciones de la alimentación que se mantienen o modifican en una familia, mostrando los factores que constituyen una educación del paladar que se construye de generación en generación. La Familia Ruiz Bonilla constituida por DL, DD, DB Y DA nos brindan esta oportunidad, haciendo algunos cortes en la vida de cada una de ellas, niñez, matrimonio, hijos, y vejez partiendo de tres ejes de análisis, la familia, la sociedad y el cuerpo.

#### 4.2.2 UBICACIÓN GEOGRAFICA.

La vida de la familia Ruiz Bonilla parte esencial de la investigación transcurre a lo largo del siglo XX y parte del XXI, las cuatro mujeres pertenecientes a una generación distinta son originarias de Sn Gregorio Xochimilco, en la actualidad DL, DD Y DB las tres primeras generaciones aun residen ahí, DA la cuarta generación vive en Zapotitlan, sin embargo gran parte de su vida transita en Xochimilco en donde trabaja y Sn Gregorio donde vive su mamá y la mayor parte de su familia.

Xochimilco ocupa el tercer lugar en tamaño dentro de las 16 delegaciones del D.F., ubicada al suroeste de esta entidad colinda con Iztapalapa, Tlalpan; Tlahuac y Milpa Alta, tradicionalmente la población se asentó en 18 barrios y 14 pueblos<sup>36</sup>. El proyecto de modernización impulsada por el presidente Porfirio Díaz a inicios del siglo XX pone a Xochimilco en la mira generando una contradicción entre lo rural y lo urbano, haciendas, ranchos, pueblos y las comunidades agrarias fueron sometidos a la lógica de las necesidades de la ciudad de diversas maneras. La demanda de productos agrícolas de agua

---

<sup>36</sup> Xochimilco contempla los barrios de El Rosario, la Concepción Tlacoapa, la Asunción, la Guadalupita, San Diego, San Antonio, San Marcos, Santa Crucita, Belén, San Pedro, Xatocan, San Cristóbal, San Lorenzo, San Esteban, San Juan, La Santísima y Caltongo, la zona de pueblos la constituyen: Santa María Tepepan, Santa Cruz Xochitepec, San Lucas Xochimanca, San Gregorio Atlapulco, Santa Cruz Acalpixca, Santiago Tulyehualco, Santa Cecilia Tepetlapa, Santiago Tepalcatlalpan, San Mateo Xalpa, San Lorenzo Atemoaya, San Luis Tlaxialtemalco, Santa María Nativitas, San Andrés Ahuayucan, San Francisco Tlalnepantla. <http://www.xochimilco.df.gob.mx/delegacion/divisionpol/index.html>.

y de suelo para uso urbano se materializó en las obras de acueducto y desagüe en el Valle de México, motivando la construcción de la vía férrea para el transporte de materiales y de personas así como del tranvía en 1904 que unió a la ciudad de México con Xochimilco<sup>37</sup>; la extensión de la línea del tranvía se realiza durante la primera década del siglo XX ampliándose a Tepepan la Ciudad de Xochimilco y rodeando el lago por la zona de tierras planas hasta Tulyehualco. Otra obra importante de modernización urbana en el valle de México fue la electrificación, la cual sólo beneficio los alrededores del palacio municipal en la ciudad y a los sectores centrales de los pueblos de San Gregorio y Tulyehualco.

#### 4.2.3 PRIMERA GENERACIÓN DL

En éste contexto nace DL oriunda de San Gregorio Xochimilco, no se sabe la fecha exacta de su nacimiento pues aunque el establecimiento del registro civil<sup>38</sup> como institución data en 1859 con Benito Juárez y las leyes de Reforma, el registro de los nacimientos es poco practicado, el cobro del servicio así como las desavenencias entre el estado y el clero hacen que esta práctica se consolide hacia la mitad del siglo XX debido al proceso de industrialización y el proyecto de modernización puesto en marcha.

DL es la séptima de 8 hermanos: Matilde, Jesús, Claudio, Pedro, Agripina y Paula de los cuales ella es la única que aún se encuentra con vida, su padre era campesino y su situación económica familiar era de pobreza, su madre muere antes de la revolución y DL y sus hermanos quedan a cargo de su padre quien se ocupa de cuidarlos y alimentarlos.

---

<sup>37</sup> Al inicio de la construcción del tranvía eléctrico Xochimilco todavía se consideraba como una municipalidad foránea alejado de la capital.

<sup>38</sup> Los registros del estado civil tienen su origen en la iglesia católica, en México con la conquista se instituye éste sistema de registro por medio de las inscripciones parroquiales. El 27 de enero 1857 en el Distrito Federal, el Presidente Ignacio Comonfort decreta la Ley Orgánica del Registro Civil, secularizando los registros parroquiales, por ley el 28 de Julio de 1859 se decreta la separación de la iglesia y el Estado y se atribuye definitivamente al éste último la facultad exclusiva de llevar el control y registro de los actos del estado civil: I. El nacimiento, II. El matrimonio, III. La adopción y arrogación, IV. El sacerdocio y la profesión de algún voto religioso, temporal o perpetuo y V. La muerte. Galindo. Ignacio "Derecho Civil: Parte general, personas, familia" Editorial Porrúa, México 2003.p 428

“...pues mi papá iba a comprar la tortilla a Xochimilco y el día que cocía frijolitos, porque pues verdaderamente nomas una comidita comíamos, el día que comíamos frijolitos, mi papá se quedaba a cocerlos, porque tenía miedo como éramos chicas le daba miedo que nos fuéramos a quemar con la flama de la leña. Y él se quedaba a cocerlos, ya que se cocían, nos daba de comer y él se iba a las chinampas que lo tenemos del otro lado del canal, se iba para allá a trabajar y nosotros nos quedamos ahí donde está el modulo para hasta abajo, ahí vivíamos porque mi papá nunca tuvo en donde vivir... mi papá, siempre fue pobrecito, acá donde está el modulo para abajito teníamos nuestra casita que nos prestaron el terreno.” pp 6, Entrevista 1.

El trabajo agrícola en las chinampas es uno de los medios de subsistencia de las clases más pobres en Xochimilco a principios del siglo XX, el consumo de los alimentos para esta clase es limitada a una sola ración constituida por la triada: maíz, frijol y chile, productos de fácil acceso y utilizados como alimentos diarios en la mayor parte de la población. En un contexto donde se aspira al progreso los discursos y representaciones generados en torno a los alimentos estarán permeados de tintes políticos y económicos y ellos se filtrarán en la vida cotidiana de los individuos, ejemplo de esto se observa en la Gaceta Médica de México<sup>39</sup> a principios del siglo XX, donde se hace una comparación entre la calidad nutricional del maíz y el trigo asociando el consumo del primero como el producto principal a la carencia nutricional de la población así como a la pobreza y el atraso del país; el trigo por el contrario se expone como un grano superior tomando como referencia el desarrollo económico de las naciones europeas y estadounidenses.

Sin embargo los discursos y las prácticas no siempre son compatibles, la permanencia de ciertos alimentos como el maíz, el chile y el frijol desde la época prehispánica hasta el uso de instrumentos como el Tlecuil,<sup>40</sup> lugar destinado para la preparación de los alimentos, el

---

<sup>39</sup> Gaceta de México, Tomo 3 #15, 1 Agosto 1903, pp226.

<sup>40</sup> El tlecuil o tenamaztli en náhuatl era considerado en la época prehispánica un espacio sagrado donde residía la fuerza del fuego. El tlecuil lo constituyen 2 o 3 piedras redondas que se acomodan en círculo o triángulo al ras del piso dejando un hueco en el centro para la lumbre. Suárez. Ma. Cristina “De dioses casas y cocinas” en Revista Artes de México, núm. 36, 1997.

chiquihuite<sup>41</sup>, el horno de piedra, y los instrumentos de barro permanecen a la fecha en algunas casas del sector campesino, donde el combustible común sigue siendo la leña, olores y pencas de maguey de pendiendo el alimento a cocinar, ello nos habla de la cultura alimentaria costumbres e identidad de un sector de nuestra población, el campesino (Suárez, op. cit. p.10).

Al estallar la revolución mexicana se generan en nuestro país cambios económicos y sociales en los estilos de vida de gran parte de la población, la ya extendida pobreza en las zonas rurales se agudiza generando desabasto y poco acceso a los alimentos, producto del saqueo y el abandono del campo.

En éste contexto al ser viudo el padre de DL y no poder hacerse cargo de sus hijos toma como opción el mandar a las más pequeñas a la ciudad con su madrina, recurriendo al compadrazgo adquirido con una persona con mayores posibilidades económicas.

Para DL el trabajo en la ciudad es una opción para sobrevivir y contribuir al sustento familiar a una corta edad, al pertenecer su madrina a una clase social acomodada las herramientas, prácticas y alimentos de su cocina difieren a los utilizados por DL. Por lo que el trabajar en la ciudad le genera otro tipo de aprendizajes y prácticas en la preparación y consumo de alimentos, integrando a la educación de su paladar otros sabores y productos, además de una clara percepción de estratificación de la alimentación a la hora de sentarse a la mesa.

La distinción en el consumo de productos de acuerdo a la posición económica a la que se pertenece lo denotan las prácticas alimenticias en casa de su madrina, en el desayuno los dueños consumen chocolate, mientras que los empleados toman café, esta diferencia social se nota también en la presentación de los alimentos, los instrumentos con los que se guisa así como los espacios reservados para esta actividad; mientras en el ámbito rural se realizan en una habitación diversas actividades como el comer y el dormir, las clases con mayores recursos económico asignan una habitación específica para cada actividad.<sup>42</sup> La

---

<sup>41</sup> Chiquihuite: cesto o canasto sin asas, de hoja de palma o de carrizos y de variadas dimensiones, utilizado principalmente para depositar las tortillas. Diccionario del Náhuatl, en el español de México. Carlos Montemayor coordinador, UNAM, 2007 pp 52

<sup>42</sup> Para las clases pudientes los espacios dedicados a la preparación de los alimentos hasta principios del siglo XIX sigue la concepción conventual, durante el porfiriato el refinamiento en la mesa, los instrumentos y el

elaboración de las tortillas es un ejemplo más donde la posibilidad económica de comprar la masa permite economizar tiempo y ahorro en el proceso de poner a cocer el nixtamal y el llevarlo al molino, opción que sólo se brinda en la ciudad. La estética de los alimentos o su presentación en la mesa es parte de las prácticas que DL observa en su lugar de trabajo, la forma y tamaño de las tortillas en casa de su madrina son delgaditas y chiquitas a diferencia de su casa donde las tortillas eran unas pencotas que se hacían a mano.

“...Si ahí me enseñe a cocer, a cortar, ropita humilde ahí me enseñe a hacer comidita aunque sea sopa, un chilito con carne, ahí me enseñe con mi madrina de bautizo... R. ¿Su madrina de bautizo le enseñó a cocinar?, - DL. si, ella a hacer tortilla, tenía su cocinita como esta (señala su cocina) y ahí hacíamos las tortillas.- R. ¿Iban al molino?- DL. Si, comprábamos la mas...p6 E1... Si, con mi madrina me enseñe a hacer tortillas, porque aquí hacíamos pencotas y allá no, que, allá tortilla chiquita y delgadita.”p.11E1

Los aprendizajes de todo tipo se transmiten mediante el hacer cotidiano, los hábitos, prácticas y representaciones no sólo se enseñan con palabras, ellas son acciones compartidas con los otros permitiendo así una enseñanza subjetiva en los individuos, es decir a partir de lo que se observa, se aprenden representaciones de las actividades o acciones que se incorporarán a la vida cotidiana en forma de hábitos y prácticas.

Durante su niñez DL se mueve en un contexto rural y urbano, ello le posibilita la incorporación de otros aprendizajes en la elaboración de los alimentos así como en otras actividades como el bordar y planchar, encontrando una gran diferencia de un contexto a otro en los instrumentos y herramientas utilizados para cada actividad.

---

consumo de los alimentos evidencia lo moderno. El estilo europeo primero y el estadounidense después así como el positivismo imperante se incorporan primero en las casas y por tanto en la mesa y paladares de la elite mexicana para extenderse a lo largo del siglo XX a gran parte de la población. El cambio en los horarios de comida, la introducción del lunch en los lugares de trabajo, el crecimiento de establecimientos como restaurantes y lugares para comer fuera de casa, la masificación de servicios como luz y drenaje, han modificado varios aspectos de la vida de los sujetos, como sus hábitos alimenticios, los espacios que habita, las relaciones familiares e interpersonales así como su salud y el entorno que le rodea.

A los 15 años aproximadamente conoce a su primer esposo con quien se va a vivir a Tulyehualco por poco tiempo, pues éste fallece, de esta unión nace Delfina y Paula. Al morir su esposo DL regresa a Sn Gregorio donde recibe el apoyo de su papá y hermanos, sin embargo no regresa a vivir a su casa paterna. En su actividad productiva ella alterna el trabajo en las chinampas con viajes a la ciudad para lavar ropa en una casa de entrada por salida y poder mantener a su familia, en la ciudad su patrona le regala frijol, arroz y lenteja, productos que comparte con sus hermanos.

Tres años después conoce a su segundo esposo con quien se casa por el civil, actividad que para esta época se comienza a extender y sobre todo a exigir por parte de las instituciones, aunque no por ello es aceptada por toda la población. De éste matrimonio nacen 4 hijos Andrés, Enedina, Carmen y Julia.

Con su segundo esposo comienza a trabajar en chinampas prestadas, la siembra y recolección de verduras se convierte en la actividad familiar donde todos sus miembros son participes, convirtiéndose esta actividad en un espacio de aprendizajes donde se crean relaciones y vínculos intersubjetivos que conforman sus representaciones acerca de la alimentación así como de la vida conforme a la experiencia de sus miembros, además de ello, los roles asignados muestran la división sexual del trabajo que culturalmente es asignada a cada género.

“sembrábamos mucho en la chinampa, sembrábamos coliflor, sembrábamos, brocol [...] recortábamos y lo íbamos formando y su papá de Enedina agarraba y ya nomas el manojaba, pero nosotros cortábamos y lo íbamos componiendo pa que ya nomas lo manojaba, lo agarraba y ya nomas lo agarraba y lo iba a vender a Jamaica...[...] sembrábamos calabaza, harta, 8, 7, 10 guacales [...] y venían hasta acá a cargar, porque no había otra gente que sembrara todo eso como nosotros... pero los terrenos no eran de nosotros..p.7 E1

A finales del siglo XIX, el ámbito de lo público y lo privado así como la división sexual del trabajo se crea en función de esta unidad de reproducción que es idealmente la familia donde el padre se considera el proveedor de los medios materiales de subsistencia y a la

mujer se le considera como reproductora biológica y social. La mujer es asociada al espacio familiar debido a su función procreadora, de igual forma se le concibe como la portadora natural del saber y cuidado de los miembros que la conforman, a ella se le asigna la responsabilidad de alimentar, cuidar, nutrir y por lo tanto reproducir. Esta función se relaciona con el constituir física y psíquicamente a los miembros de la familia ubicándola en la esfera de lo privado, mientras que al hombre se le ubica en la esfera de lo público para poder proveer la materia prima que posibilitara esa reproducción Gracia (1996:29,30). DL además de contribuir en el hogar y cuidado de los hijos contribuye con su trabajo en las chinampas donde además de cosechar y recolectar las verduras, elabora la comida para los peones que contratan para trabajar en ciertos periodos. En la actividad familiar realizada en las chinampas, los hijos de DL también contribuyen en el trabajo realizado así como en las ocupaciones del hogar, sobre todo las mujeres manteniendo la práctica de alimentar al otro.

“Se los llevaba yo de aquí para la chinampa cargando un chiquihuite de tortillas y aquí un jarro de frijoles y uno de picante, llevaba yo pa la chinampa, les daba yo de comer y ya me venía yo, si. Al cerro iba yo a dejar comida. [...] hacia la comida, hacia yo todo, ya nomas hervía la comida en los jarros pa llevar, mi Enedina pues en el hacer tortilla [...] a las cinco de la mañana ya saque mi nixtamal, ya me fui al molino, llegaba yo y hacia tortillas, dejaba yo el comal y a buscar peones” p7, 8 .E1

La cantidad de maíz utilizada por DL en la preparación de tortillas al emplear a los peones era de 7 cuartillos<sup>43</sup>, ello nos habla de la importancia del maíz como producto básico en la alimentación cotidiana y la permanencia en la elaboración de la tortilla de forma manual, la cual consiste en poner a cocer el nixtamal, llevarlo al molino y hacer las tortillas a mano así como en la utilización de instrumentos como el tlecuil y el chiquihite.<sup>44</sup>

---

<sup>43</sup> Un cuartillo equivale

<sup>44</sup> “En México la tortilla forma parte de la dieta de todos los estratos sociales, con un consumo per cápita de 120 kg anuales, esto es 328 g/día de tortilla. La tortilla sola provee 38.8% de las proteínas, 45.2% de las calorías y 49.1% del calcio de la dieta diaria de la población de México y en zonas rurales provee aproximadamente el 70% del total de calorías y el 50% de las proteínas ingeridas diariamente. En términos de porcentaje en peso del alimento la tortilla aporta el 65% y el frijol aporta el 15% de la dieta rural. Esto

En la dinámica familiar es el esposo de DL quien se ocupa de comerciar con los productos generados en la chinampa llevándolos al mercado de Jamaica, lugar donde se concentra una gran variedad de productos provenientes de otras regiones.

“[...] mi esposo, él se iba a vender, cuando no teníamos que llevar a vender, me decía – consígueme dinero- compraba allá y revendía otra vez y ya me traiba (sic) cebolla, chiles, tomate [...] me traía de allá longaniza, carne, pescado, lo que le alcanzaba, me traiba queso [...] la cecina asadita con mi molcajetito de salsa, cuando traiba mi señor de Jamaica, lo echaba yo al comal”p10 E1

El mercado de Jamaica constituye uno de los principales lugares de abasto de legumbres y flores de la ciudad de México.<sup>45</sup> éste se convierte en un espacio donde no sólo se comercializa, en él se posibilita el intercambio de productos y aprendizajes que los individuos incorporan a sus prácticas habituales, para la familia de DL constituye la introducción de nuevos alimentos aportando otros colores, olores y sabores a su comida, ejemplo de ello es la cecina y el pescado.

Con mayores posibilidades económicas producto del comercio así como de otros trabajos realizado por DL como lo es el lavar ropa ajena en los ojos de agua existentes en Xochimilco<sup>46</sup> y la elaboración de bordados, DL y su esposo compran un terreno en donde

---

aunque muy crítico, es algo afortunado por la combinación del frijol con el maíz que permite la sobrevivencia en esas comunidades.” FIGUEROA CARDENAS, Juan de Dios, ACERO GODINEZ, María G, VASCO MENDEZ, Nora L *et al.* Fortificación y evaluación de tortillas de nixtamal. *ALAN*. [online]. set. 2001, vol.51, no.3 [citado 08 Septiembre 2009], p.293-302. Disponible en la World Wide Web: <[http://www.scielo.org/ve/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0004-06222001000300013&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.org/ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222001000300013&lng=es&nrm=iso)>. ISSN 0004-0622.

<sup>45</sup> Los mercados en la época prehispánica son un centro importante no solo de adquisición y consumo de productos, éste constituye un espacio social y cultural de intercambio de diversas regiones además de ser uno de los principales lugares de la actividad social, ya en el siglo XX permanece mucha de esta actividad, para el año del 1938 se tapó lo que se conocía como el gran Canal Nacional y en él se construye el Mercado de Jamaica especializado en verduras, pescado y flores.

<sup>46</sup> En la actualidad los ojos de agua existentes en Xochimilco a principios de siglo, han desaparecido, debido a la urbanización, en donde el sistema de drenaje, la sobrepoblación y la contaminación contribuyeron a su desaparición. Hacia 1968 el bombeo de agua destruyó en partes los cultivos de las chinampas; mientras que las necesidades de las ciudades aumentaban con la población, los cultivos tradicionales de legumbres, en esas regiones de Xochimilco y Chalco perdieron gran parte de su importancia. El enorme mercado de consumo de la capital requirió de la importación de ese tipo de productos agrícolas de otras regiones.

establecen su casa, pues hasta entonces vivían con su suegra donde compartían el espacio con sus cuñados y esposas. Al establecerse en su nueva casa, compran animales como gallinas, conejos, vacas y guajolotes aumentando la variedad de productos en su alimentación. La crianza de animales domésticos incorpora otras prácticas y productos en su dieta habitual, ejemplo de ello es el horno de piedra donde se cocinan conejos enchilados y barbacoa de torito, las vacas le proporcionan el abasto de leche permitiéndoles preparar y consumir mantequilla, con el cuidado de gallinas se abastecen de huevos para consumo familiar.

“[...] yo guardaba mis centavos y pasaba un señor que iba pa Xochimilco. ¿vende usted sus becerritos? ¿en cuánto los vende? – Pues deme nomas 100 pesos – déjemelos en sesenta, si no quiere usted, mejor no pierda su tiempo... y me la dejo.[...] yo no malgastaba mi dinero en lujos, después nos hicimos de vacas, ordeñábamos 2 cubetas de leche una de día y otra en la noche, le quitábamos la crema y si querían comer pan con crema, cómanla y sino la dejábamos y se hacía mantequilla” p13 E1

En una población rural se da la posibilidad del establecimiento de huertas en la misma casa debido a los amplios espacios con los que se cuenta y con ello el tener de primera mano alimentos como frutas y verduras sin necesidad de comprarlos o adquirirlos en otros lugares, además de contar con huertas, la crianza de animales es una práctica habitual en éste sector. Contar con vacas, pollos y marranos representaba para la familia de DL un recurso que por un lado les abastece de otros alimentos y a su vez los productos mismos les posibilita su intercambio por otros que no se tienen. El florecimiento de plantas silvestres consumibles como quelites, verdolagas, hongos, nopales en campo abierto, es una opción más de alimentarse a un bajo costo así como de recurrir a la naturaleza para cubrir una necesidad básica de todo ser vivo, como lo es la alimentación. Así mismo el compartirlos con los otros, forma parte de las prácticas de cooperación entre vecinos y gente cercana sobre todo en los sectores de estratos bajos.

“[...] no había muchos vecinos como ahorita nomas contaditos, si, Nicolasa, luego no estaba mi señor y tenía un montón de niñas y luego ahí en el corral andaba juntando verdolaga, quentonil, para darle de comer a sus hijos [...]”p7 entrevista 1

La posibilidad de auto abasto es un recurso casi imposible en las ciudades, las razones son varias, en los años cuarenta el país entra en una dinámica acelerada de industrialización provocando una rápida urbanización y sobrepoblación de las ciudades, trayendo consigo la progresiva reducción de los espacios habitacionales lo cual hace imposible el mantenimiento de animales o de huertas dentro del hogar, además de que se va generando una fuerte representación de ciudad-progreso donde sólo cabe lo moderno. Así estas prácticas se van dejando de lado, ya sea por la falta de espacio o por la representación que se genera el vivir en la ciudad.

Así la industria alimentaria crecía y difundía en la población un nuevo esquema de patrones alimentarios, fuertemente influidos por modelos de otros países. El crecimiento de esta industria contribuyó al desplazamiento de tecnologías tradicionales destruyendo capacidades locales de producción e imponiendo modelos normalizados, estableciendo así un distanciamiento mayor entre productores y consumidores, habiendo entre ellos un gran número de intermediarios, dando como resultado una cadena alimentaría desarticulada, insuficiente, desperdiciadora de recursos y orientada esencialmente al abasto de la ciudad. (Programa Nacional de Alimentación, 1983-1988:34).

Para la década de los cuarenta llegan a nuestro país los primeros supermercados: Cemerca y Sumesa, los cuales poco a poco adquirieron popularidad dando paso a la transformación y modernización de las costumbres alimentarias en la preparación y adquisición de los productos durante las décadas posteriores. En los supermercados, llamados también tiendas de autoservicio, la gente toma de los anaqueles lo que requiere si necesidad de recurrir a alguien para ser atendido, hay otros espacios como las áreas de embutidos, carnes, pescados y panadería donde la atención del otro es requerida, sin embargo las relaciones interpersonales que se generan suelen ser distantes, la rotación de personal así como el poco tiempo de interacción no genera los mismos vínculos que se propician en un

mercado pues la finalidad principal es tan sólo el consumo. Por otro lado éstos lugares también constituyen un espacio de aprendizaje y modificación de representaciones y prácticas en la alimentación diaria de los individuos, la promoción de nuevos productos, las degustaciones así como la propagación de recetas para el consumo de los mismos contribuye al cumulo de experiencias y aprendizajes que la gente va incorporando a su mesa.

Hasta antes del establecimiento de las grandes cadenas de supermercados o autoservicio la práctica de ir diariamente al tianguis o mercado local a comprar los alimentos por no contar con un sistema de refrigeración que pudiera conservarlos era lo habitual, el mercado no sólo constituía el lugar donde se conseguían una gran variedad de alimentos frescos, éste constituía un espacio social en donde las relaciones interpersonales permitían el intercambio de aprendizajes de todo tipo, desde recetas de cocina, tips en la preparación de los alimentos, chismes del barrio e incluso el conocimiento de la historia del mismo lugar, generando un vínculo cercano y cara a cara con la gente, además de la adquisición de aprendizajes gastronómicos donde las recetas son transmitidas de manera oral contribuyendo con ello a la identidad de su pobladores, así como a su educación del paladar.

Durante éstos años, la introducción a nuestro país y la adquisición de licuadoras, estufas de gas, olla exprés y refrigeradores se hicieron presentes cada vez más en los hogares ciudadanos de clase media, con ello se popularizo la asistencia a las tiendas de autoservicio los cuales logran una mayor expansión en la década de los ochentas.<sup>47</sup>, y con ello se establece una modificando en las prácticas y representaciones de los pobladores, tanto en la manera de comer así como de consumir. La entrada de nuevas tecnologías en la

---

Los productos alimenticios llegan a los consumidores a través de cinco vías principales: los mercados públicos, los mercados sobre rueda (tianguis), las tiendas de conveniencias (de abarrotes), las tiendas especializadas (fruterías) y las tiendas de autoservicio que incluyen a los supermercados. Algunos de estos establecimientos tienen una historia milenaria y en su conjunto el sistema de abasto es accesible a todos los estratos de la población. Por su parte el concepto de supermercado se basa en el principio de autoservicio de los clientes, departamentos separados para líneas completas de alimentos y productos no-alimenticios, así como el manejo de grandes volúmenes y precios rebajados para productos específicos. Ello trae consigo una modificación en lo que representa la adquisición de los alimentos, se da un desconocimiento de lugar de procedencia de los alimentos así como una despersonalización de los mismos, dejando atrás la posibilidad de adquirir recetas o tips de manera directa por quien se atiende.

elaboración de los alimentos y la introducción en la alimentación diaria de productos industrializados denota diferentes representaciones de lo que es el comer, por un lado manifiesta la posibilidad económica de quien los adquiere y por el otro se crean otras necesidades de consumo. (Mejía, op.cit:39.41).

El auge de la industrialización ha ido modificando los estilos de vida de las persona, la producción así como el sistema económico capitalista genera en los individuos una representación de vivir acelerada y de productividad en todo momento, provocando una mayor desvinculación de sus necesidades así como la generación de otras, lo cual crea en una confusión entre el vivir y el sobre - vivir. En la alimentación éstos cambios se muestran día con día en la mesa, los alimentos que se producen de forma industrial son como la vida que se difunde, rápidos y productivos económicamente además de ser sedentarios pues se consumen mucho tiempo después de su procesamiento, ellos representan lo moderno y no por ello lo nutritivo; se busca llenar el estómago o cubrir tan sólo el placer de dos sentidos el del gusto y la vista con sabores e imágenes específicas, modificando las representaciones de lo que se come impactando y perfilando una educación del paladar dirigida a las sensaciones y el placer de los sabores intensos (como el dulce y picante) e imágenes sin importar la aportación de ellos al organismo.

En el afán de difundir el consumo como estilo de vida la producción de los alimentos así como la preparación y degustación de ellos será dirigido a generar estereotipos y representaciones que buscan la adicción de sabores y productos para su alto consumo, beneficiando la economía de unos cuantos. Donde el tipo de educación además de ser elitista propaga hábitos poco saludables en los individuos, contribuyendo en el cambio epidemiológico manifestado en nuestro país desde los años cincuenta en las ciudades y que se ha extendido en las últimas décadas a las zonas rurales. Sin embargo la alimentación también es una actividad cultural compartida, ya sea en su producción, elaboración o consumo, los instrumentos así como las relaciones interpersonales y las emociones que involucran hacen que en ello se manifiesten comportamientos como la cooperación, el compartir, e incluso puede provocar connotaciones negativas como el enojo o la envidia entre los comensales generando creencias o rituales en torno a la elaboración de los alimentos como el hecho de persignar la comida antes de cocinarla o el estar de buen

humor para que los tamales salgan bien porque si se está enojado salen crudos, o el simple hecho de compartir para que a uno no le falte nada.

“aquí al pie de éste higo está el horno y donde decía vamos a matar a un torito, si nacía torito, una barbacoa de torito... y a todos los que pasaban entonces era día del tren, por aquí pasaba el tren hasta Tulyehualco ...caminaba el tren diario Don Pepe y Don Valente...los llamaba, vengan a comer un taco...ahora ya no deseo nada, comí barbacoa, chicharrón, todo tuve en la vida ... a todos mis vecinos les daba yo su taquito, sírvele su taco a Doña Tere sírvele a Doña Francisca... llámenle a Nicolasa que venga por su maicito que le ponga a sus hijos, nomas que como no tengo maíz azul no le doy... por eso no me falta [...]” p7 entrevista 1

La posibilidad de tener contacto directo con la producción y elaboración de los alimentos para DL constituye una representación diferente de aquel que sólo paga para consumirla, al conocer todo el proceso y ser parte de él le permite a DL así como a su familia un mayor conocimiento de lo que se consume, es decir puede identificar cuando los alimentos están maduros o cuando éstos se han pasado, las temporadas y tiempos que requieren ciertos alimentos para que sean óptimos, en ello los aprendizajes adquiridos en el proceso de producción le brinda otros elementos como para determinar la calidad de los mismos. El llevarse a la boca un producto que se plantó y cuidó, da la posibilidad de darle un sentido sacro generando una conciencia y representación diferente de su alimento.

Además de la comida diaria, las fiestas u ocasiones especiales refieren una representación y práctica distinta de la alimentación, en ellas el proceso de elaboración en los alimentos así como los productos a consumir serán diferentes a los habituales. Dicho tipo de prácticas están muchas veces permeados por representaciones de tipo religioso, para DL el compartir el alimento es una práctica que adquiere directamente de su padre durante su niñez, y que experimenta a lo largo de toda su vida pues en sus diferentes trabajos sus patrones le regalaban frijoles, lentejas y algunos otros productos.

“Trabajamos para todos, para el gusanito, para el pajarito, para todos dios nos lo da [...] si pasa una persona ve un elote le gusto, ya lo jalo, ya se lo llevo ya lo aso, [...] el que agarra para comer no es pecado, el que agarra para vender ese si es pecado por que le quita al otro de comer...” p.8 E.2

En la actualidad DL ha quedado viuda y todos sus hijos están casados, la mayoría de ellos vive en San Gregorio, uno de ellos vive con su familia en casa de DL, los alimentos que consume no varían mucho de los que comía durante su niñez y edad adulta, productos como verdolagas, quelites, quentoniles y todo lo que sea caldoso o en chile. Ella ha dejado de cocinar y sus hijas son quienes se ocupan de su alimentación a raíz de una caída lo cual le imposibilitó mover el brazo por un tiempo, tratan de darle gusto en cuanto a la elaboración de los platillos, su hija DD es quien al llevarle de desayunar se sienta a comer con ella, pues a DL no le gusta comer sola y esto es una manera de hacerla comer, pues menciona que con la edad ha perdido el apetito.

Aunque DL ya no guisa mantiene en su cocina (la cual es compartida con su nuera) una estufa de gas y trastes de barro, para las fiestas como la del pueblo de Sn Gregorio en el mes de Marzo tienen otra cocina en donde toda la familia se reúne y guisan en el tlecuil con ollas e instrumentos destinados para dicha ocasión, los platillos que no pueden faltar en las fiestas son el arroz, el mole y los tamales. En la elaboración de los platillos básicos para las fiestas permanecen muchas de las prácticas aprendidas varias generaciones atrás, ejemplo de ello es el uso de la manteca en el mole así como el preparar las especias y llevarlas al molino. La elaboración de los tamales de frijol es otra de las prácticas que mantiene DL, para ello el uso de manteca así como de masa de maíz es básico.

“...¿y qué sabor le gusta más Doña Luz?- DL Lo picante...yo cuando no como chilito ...agarro unos chilitos, tomatitos, los aso hago tantita salsa nomas para mí o me hago unas gordas las pico, les hecho manteca y luego la salsa...no me lo acabo todo, porque ya no es igual como cuando uno esta fuerte ...no me da hambre[...] Cuando hacemos algo en la fiesta acá venimos a cocinar los tamales en barro, mi metate mire usted, éste es tlecuil del comal [...] acá tengo mis braseros, mis

cazuelas, mis cubetas, todo tengo ahí, aunque no las ocupe yo[...] ” p 8,9 E 1y p12  
E2 “

A sus 97 años de Luz ha visto pasar todo un siglo en donde los alimentos, los gustos, y tecnologías se han ido modificando, la comida y los productos industrializados aunque son parte de su entorno, no tienen la misma importancia para ella, la representación que DL va generando en torno a la comida así como las prácticas a lo largo de su vida muestran el proceso de cómo los cambios sociales así como la cultura, la clase social de pertenencia y los diferentes ámbitos en los que se desenvuelve van conformando una educación del paladar en donde el gusto por el picante, su afición a los tamales el chile y el café permanece en su vejez.

En la vida de DL algunas prácticas permanecen y otras más se han integrado, en ocasiones ambas conviven en su vida diaria, ejemplo de ello es el uso de la estufa de gas y el recurrir al tlecuil en ocasiones de fiesta o cuando se tiene el tiempo suficiente para hacerlo utilizando leña o carbón como combustible; el uso de la licuadora y el molcajete o el consumo de manteca y aceite para guisar algunos productos. Algunas más se han modificado como el proceso de elaboración de tortillas, que ahora es sustituido por la compra de éste producto, durante mucho tiempo ella y su familia se autoabastecieron de los animales que criaban en casa así como de lo sembrado en la chinampa y su intercambio o compra de alimentos en el mercado de Jamaica, el lugar donde ahora se abastece es el mercado local de Sn Gregorio o en las tiendas de abarrotes existentes. La compra en las grandes cadenas de supermercados es una práctica a lo que DL aun no recurre, sin embargo sus hijas si lo hacen en ocasiones.

Dentro de las prácticas que permanecen en la vida de DL y su familia, son el consumo de platillos que utilizan como base el chile, frijol y el maíz, la predilección de frutas ante el consumo de dulces, refrescos, el consumo de verduras y productos frescos adquiridos diariamente en el mercado dejando de lado el consumo preferencial de enlatados o embutidos. El mantener la práctica de comer en compañía de los otros y de compartir el alimento con quien no tiene, nos habla de un sentido de cooperación así como de una representación en donde el otro es parte inseparable de la práctica de alimentarse,

generando vínculos estrechos entre los comensales donde la emotividad se manifestara mediante la preparación, consumo o el compartir de los alimentos.

Hace un año DL sufrió una caída, esto le ha impedido continuar con su actividad en la cocina, son sus hijas ahora quienes se encargan de prepararle su comida; una de sus hijas comenta que en la comida de su mamá no puede faltar el chilito, los frijoles y las tortillas y que aunque si consume productos como jamón u otros productos ella prefiere su comida habitual en donde considera como golosina una fruta como la lima o naranja. A pesar de su accidente DL se muestra saludable, denotando un leve deterioro a nivel físico atribuidos a su edad como el caminar con ayuda de un bastón, el contar con una disminución en el sentido del oído así como en su apetito.

Una vida de campo genera en los individuos algunas repercusiones en la salud ejemplo de ello son las enfermedades de vías respiratorias que muchas personas del ámbito rural padecen debido al uso de leña y petróleo como combustible o el gran desgaste físico que se genera debido a las pesadas jornadas laborales que en el campo existen. La clase social a la que se pertenece el contexto y geografía donde se vive, también contribuye en el proceso de construcción que cada individuo genera en base al manejo de sus emociones, y las representaciones que se tienen de lo corporal.

En el caso de DD la primera generación las prácticas y representaciones de los alimentos en donde el abasto es de primera mano permite una diversificación de los alimentos al ser de fácil acceso aún en condiciones de pobreza, pues la geografía y la actividad económica donde se desarrolla permite el acceso a ellos, la condición corporal de DL denota un estilo de vida de mucho trabajo físico así como de una vida emocional donde la lucha y el coraje para enfrentar la vida se transmitirá a las siguientes generaciones a través de sabores y emociones que permanecerán en su familia. La educación del paladar entonces es un proceso de construcción que se diferencia en los individuos por su historia personal y familiar, sin embargo existen factores que se comparten como lo es lo social y cultural trastocando la vida de todos los individuos sin importar su condición social o de género, tomando como base el sistema económico imperante. En éste sistema que se vive, el individuo es concebido como una máquina de producción donde la alimentación es tan sólo el combustible que lo hará trabajar sin importar la calidad de ella.

#### 4.2.4 SEGUNDA GENERACIÓN

DD nace aproximadamente en la década de los treinta, al igual que su mamá tampoco sabe la fecha exacta de su nacimiento, pues para ese entonces la práctica de registrar a los niños no se lleva a cabo de forma masiva. Ella es hija del primer matrimonio de DL y es oriunda de Tulyehualco, al quedar viuda su madre regresa con ella y su hermana a Sn Gregorio en donde obtienen el apoyo de su abuelo y tíos. DD y su familia pertenecen al sector campesino, su mamá se dedica a lavar ropa en los ojos de agua existentes en Xochimilco así en como en las chinampas sembrando verduras.

En casa los alimentos base y que continúan en la familia son: frijol, chile, alberjones, habas, nopales, tortillas y manteca, durante el desayuno tomaban té o café con leche y almorzaban lo que quedaba del día anterior, se comía lo que había, la opción de decir no quiero o esto no me gusta, no es posible. Tampoco se daba la posibilidad de decir se me antoja éste platillo más que otro, pues la condición económica no lo permite.

En casa de DD otras prácticas que permanecen son el uso de instrumentos utilizados para guisar son el tlecuil, chiquihuite, trastos de barro y la leña como combustible. La cría de animales le permite a su familia el consumo de productos como huevos y leche, la posibilidad de adquirir de manera gratuita alimentos en los canales o en el campo era una práctica recurrente El auto abasto de productos así como la poca necesidad de comprar alimentos debido a la posibilidad de adquirirlos sin ningún costo, nos habla del sistema económico que se da en las zonas rurales de esas épocas así como de la relación que se mantiene con los alimentos.

En casa, la asignada a la elaboración de la comida es DL su mamá, de ella es de quien aprendió con tan sólo observarla, pues menciona que su mamá era muy celosa de su cocina y no permitía que nadie interviniera a la hora que ella estaba guisando y en lo que colaboraban ella y sus hermanas era en ir al molino así como en la elaboración de las tortillas. De su mamá también ha aprendido a convivir con las personas y la manera en cómo debe manejar sus emociones delante de ellas, a las visitas siempre había que darles una buena cara, sin importar que se éste triste o enojado, a pesar de que a las mujeres se les es más permitido socialmente demostrar sus emociones a diferencia de los hombres, en la

cultura, las apariencias y la represión de las mismas es un elemento que contribuye a que la gente somatice de diversas manera, como parte de éste trato a los otros se incluye el brindarles algo de comer si es que se tiene la posibilidad de hacerlo.

“[...] Yo veía, porque mi mamá mientras estuvimos con ella, nunca, nunca quiso que hiciéramos la comida nosotros [...] porque mi mamá decía que ella su sazón, su sazón de ella era único y nosotros no hacíamos nada de eso. Poníamos los frijoles eso sí, pero ella todo, todo, íbamos al molino a llevar el nixtamal y hacíamos las tortillas [...]”E.2 p 2

El trabajo en las chinampas es una actividad familiar donde los hijos y padres contribuyen, la condición económica hace que la familia de DD además de esta actividad recurra a otros trabajos que aporten dinero a la familia, así a una corta edad DD alterna el trabajo en las chinampas con la actividad de vender maíz en el centro de Xochimilco.

Realizando esta actividad DD es invitada trabajar al centro en una casa particular, en ese tiempo al no tener papá recurre a su tío como figura de autoridad para pedir su permiso, pues teme que su mamá se enoje y no la deje. Apoyada por su tío DD comienza a trabajar en el centro de la ciudad, éste trabajo le brinda la oportunidad de conocer un ámbito diferente al suyo, la posición económica de la señora con la que trabajaba le permitía tener acceso a otros productos así como aprendizajes culinarios. El trasladarse del ambiente rural al citadino representa al igual que en DL la posibilidad de adquirir otras prácticas, aprendizajes y degustación de alimentos diferentes a los de su lugar de origen, ello nos muestra una permanencia entre la primera y segunda generación que tiene que ver con una actividad realizada por el sector campesino sobre todo durante la primera mitad del siglo XX, que consiste en trasladarse del ámbito rural al citadino de acuerdo a las temporadas de la actividad agrícola con el fin de obtener ingresos económicos extras.

En su segundo trabajo, en casa de una pareja de cubanos radicados en la ciudad de México DD considera que es el espacio que más contribuye al enriquecimiento de aprendizajes y prácticas en cuestión de alimentos, trabajando con ellos DD prueba nuevos platillos y vive otras experiencias que contribuyen en la educación de su paladar introduciendo la

aplicación de nuevas tecnologías como el horno de gas en la elaboración de los alimentos, las harinas y azúcar refinada así como el consumo de postres como pasteles, galletas o arroz con leche

“ahí fue donde conocí la estufa, el horno, la máquina de coser, pues que los apagadores, que la vitrina, que antes no eran como estas alacenas, vitrinas puras de madera con grandes vidrieras, harta loza fina [...]” p 15 E2

En casa de la pareja de cubanos DD es tratada sin distinción, por ello recuerda con mucho cariño éste trabajo, con esta familia gozo mucho y tuvo la oportunidad de viajar en avión a Minatitlán así como de comer en restaurantes accediendo así a platillos y productos que en su casa no era consumido. El trato que recibe en éste segundo trabajo DD lo asocia como un periodo muy feliz en su vida, pues tuvo la oportunidad de acceder a otras costumbres y prácticas desconocidas por ella, de ahí que algunas sean retomadas como el consumo y elaboración de platillos como las pastas, el pollo rostizado o las papas fritas y otras dejadas de lado como lo es el no aprender a cocinar postres como pasteles y galletas por no contar con un horno en casa, la disponibilidad y acceso a las herramientas para su elaboración no coincidían con su realidad económica.

“Con ella fue con quien goce mucho porque fíjese que me llevaban a comer todos los domingos, me llevaban a buenos restaurantes y todo eso, así disfrute con ella, me quería mucho la señora y su esposo [...] para ella no había distinción [...] era una casa chiquita de dos pisos y no hacíamos comida, había un restaurante ahí cerca y me decía vente vamos a comer, tuve mucha suerte, por eso de comida, de paseos ahora no deseo nada [...] me decía vente vamos a hacer esto al horno, muchas comidas al horno le gustaban, que repostería, que pastelitos, que panecitos [...] y yo fíjese lo que es la ignorancia, y yo para que voy aprender esto, si en mi casa no tenemos horno, si en mi casa ni hacemos nada de esto[...] desperdicie oportunidades[...] decía yo, esto nunca lo voy hacer” ”E2, p 4,5.

En su lugar de trabajo se da el predominio del consumo de alimentos dulces como el arroz con leche, los pastelillos, el pan y las frutas secas, donde el azúcar y las harinas refinadas son el ingrediente principal. En comparación con su hogar donde los alimentos que más se consumen son el frijol, maíz y chile hacen que DD reflexione en cuanto a los aprendizajes adquiridos en ambos contextos mientras en su casa el picante es el sabor que predomina, en el lugar donde trabaja el dulce es el sabor favorito, mostrando con ello una diferencia entre los productos consumidos en base al ingreso económico de las familias, además de mostrar la predominancia de un sabor en el ámbito familiar lo cual nos habla de las emociones que predominan en el ambiente.

De acuerdo a la teoría de los cinco elementos proveniente de la medicina tradicional china, los sabores que consumimos en los alimentos se asocian a las emociones así como a los órganos al interior del cuerpo y por tanto a la salud de ellos. El consumo excesivo de uno o dos sabores nos habla de las relaciones que se viven con los otros así como de las emociones que se manifiestan en la vida de los sujetos mostrando los padecimientos presentes o los que se pueden desarrollar a futuro.<sup>48</sup>

En la vida de DD el predominio del sabor picante nos habla de la presencia de la emoción del enojo en casa y la combinación que después hace con el sabor dulce incorporado de los aprendizajes adquiridos en su segundo trabajo perfilan el desequilibrio al interior de su cuerpo, los cuales se verán reflejados años después en su hipertensión así como en los problemas de estómago que presenta.

Aunque el chile (picante) se ha consumido en México desde la época prehispánica, la difusión de éste producto que identifica no sólo la gastronomía de nuestro país sino que se asocia como tal a la identidad mexicana, comienza a ser difundido durante los años veinte y

---

<sup>48</sup> De acuerdo a la teoría de los cinco elementos, los sabores se asocian al interior del cuerpo con dos órganos y con una emoción, así como un elemento que se encuentra tanto al exterior como al interior de él vinculándose en una relación de interdependencia. El sabor ácido se vincula a Vesícula Biliar y a hígado así como a la emoción de la ira y al elemento madera, el sabor amargo a corazón e intestino delgado así como a la alegría y al fuego, por su parte el dulce corresponde a Bazo páncreas y estómago cuya emoción es la ansiedad y al elemento tierra, el picante a pulmón e intestino grueso que se vincula a la tristeza y al metal, por último el sabor salado se vincula a riñón y vejiga que corresponde al miedo y al elemento agua. Para mayor información sobre la vinculación existente entre los órganos, las emociones, los sabores así como las enfermedades que el desequilibrio en cada uno de ellos pueden generar consultar, López Ramos Sergio, "Lo corporal y lo psicosomático, aproximaciones y reflexiones I y II" México, CEAPAC, Plaza y Valdés, 2002 y México, Zendová 2002 respectivamente.

treinta como parte del proyecto “indigenista” donde los platillos nativos comienzan a promoverse, los tamales y tacos pasan de los puestos callejeros a las cocinas particulares, los artistas e intelectuales incluyen en sus obras la promoción de ellos, incluso en las esferas adineradas y en los círculos restauranteros su consumo se pone de moda difundiendo así “ la autentica comida mexicana” como parte de sus menús para el turismo floreciente (Bauer, op cit:246)

Sin embargo nuevamente vemos que el discurso y la realidad difieren, en el sector campesino la representación de éste producto la integran otros elementos como lo es su bajo costo, además de poder combinarlo con otros alimentos y brindarles un sabor estimulante, nutricionalmente es un producto que contiene cantidades importantes de vitamina C y diversos minerales indispensables en una buena nutrición, éste alimento mezclado con las tortillas y los frijoles proporcionan a éste sector si no lo optimo ´ en una nutrición si lo fundamental para el trabajo diario. De ahí la permanencia en la traída. Maíz. Chile y frijol en los sectores más pobres de la población.<sup>49</sup>

“[...] pero lo de mi mamá era hacer tortillas, salsa, frijoles, chile con chicharrón, chile con longaniza, chile con rellena, y así todo con chile, chile todos los días, porque a los peones les daba de comer, le digo que sembraba mucha verdura y hacíamos muchas tortillas, una o dos cubetas de masa de veinte [...] E3 p 6

Durante los cuarentas con la introducción de la tecnología en los hogares las prácticas en la preparación de los alimentos se van modificando, a ello se suma la masificación de otros productos como el azúcar la cual se toma como base en décadas posteriores para la elaboración de productos como pastelillos, galletas, refrescos y su creciente consumo entre la población ha generado una modificación en la salud de los individuos. Pues con la masificación de productos, la obesidad, las caries, la diabetes entre otras enfermedades comienzan a incrementarse en la población en general.

---

<sup>49</sup> <http://www.jornada.unam.mx/2007/01/20/index.php?section=politica&article=011n1pol>  
[sábado 20 de enero de 2007](#) → [Política](#) → Ángeles Cruz Martínez “Deterioro en la dieta de los mexicanos es proporcional al alza de la tortilla”

Aunque DD en esa época decide dejar de lado el aprender repostería por el hecho de no contar con un horno o porque eso no se comía en su casa, en el lugar donde trabaja si tiene la oportunidad de probarlos, formando así una representación de la diferencia de herramientas y alimentos producidos y utilizados en casa y los generados y usados fuera de ella como el azúcar, productos refinados e instrumentos como el horno de gas, lo cual revela el uso limitado de estos productos a ciertos grupos sociales.

“No, mi mamá no era de golosinas, ni nada de dulces, a veces le decía hoy voy a la tienda ¿Por qué? Porque a nosotros nos daban pilón ¿Qué era el pilón? Un peso de azúcar [...] ese era el pilón, nos íbamos a la tienda, pero mi mamá no nos daba dinero, no nos daba”p13E1

La representación que DD tiene no sólo de la comida si no de los productos en general es de si sirve hay que volver a usarlo, esto se explica por la condición económica o por enseñanza familiar, de lo cual resalta el no tirar o desperdiciar la comida. Por el contrario el compartirla con el otro es una mejor opción, a diferencia de su patrona a quien el tirar la comida es una práctica cotidiana, ello nos habla de una relación diferente con los alimentos y objetos en donde lo que se come o usa representa un valor y aprendizaje familiar y económico, en ello también interviene su conocimiento e intervención en el ciclo de siembra, recolección, preparación y consumo de los alimentos. Los sujetos al no tener la oportunidad de acceso a todo el proceso sólo se enfocan en los últimos pasos comprar y consumir dando otro significado y representación del alimento, siendo éste un producto más que puede ser desechado al igual que cualquier otro material.

“y fíjese que esa señora tenía dulces ¡huy! Pura fruta seca y éste luego me decía que... ya no sirve el arroz de leche o pastel [...] ¿y qué cree? Que luego me decía, pues eso ya tíralo a la basura – y yo le decía yo no lo voy a tirar y como iba con mi mamá que iba yo los sábados, todo eso le traía yo a mi mamá”p13 E1

Además de acceder a otros productos culinarios DD en éste trabajo aprende a bordar y para ello se auxilia de revistas, la masificación de la información escrita y el tipo de revistas dirigidas a las mujeres muestra el rol que debe asumir la mujer así como las actividades a realizar en ciertos sectores de la población.

“que los costales de harina o de azúcar que vaciaba eran para la basura, esos costalitos de harina y éste... los lavaba yo y ella compraba mucho las revistas de bordado, porque le gustaba todo eso y yo pues también me enseñe y las pintaba yo [...] como eran de manta” p13 E1

Durante su estancia en éste trabajo además de los productos antes mencionados DD probó el pavo relleno y mostraba un gusto por el pollo rostizado y las papas. De ahí que a la educación de su paladar se vayan incorporando sabores como lo salado y lo frito, utilizando el aceite para ello, sustituyendo en éste tipo de preparaciones la manteca por el aceite, pues la consistencia y el sabor del segundo es más agradable al paladar, adquiriendo con ello algunos hábitos que repercutirán a futuro en su salud, por el consumo constante de grasa tanto de la manteca como del aceite.

Tiempo después DD se casa y tiene 8 hijos, seis mujeres y dos hombres, al estar casada se dedica en un principio al hogar pero al poco tiempo se integra nuevamente al ámbito laboral remunerado, en esta ocasión entra a trabajar por recomendación de un conocido de su esposo al ISSSTE como afanadora, en él se le exige su acta de nacimiento trámite que realiza DD. durante los años sesenta.<sup>50</sup> En su lugar de trabajo algunos compañeros recomiendan a DD algunos remedios caseros como el jugo de limón por las mañanas para eliminar las manchas de la cara, de otra compañera retoma la información acerca de los refrescos en específico lo que la coca origina en el cuerpo al ser ingerida.

“[...] pues así de compañeras o de personas que platicábamos, yo por ejemplo estaba muy manchada de la cara y muy delgada, trabajando en la clínica que me dice una compañera ¿Por qué no se toma un juguito de limón diario? Y yo- ¡hay

---

<sup>50</sup> El acta de nacimiento se vuelve un requisito indispensable mostrando la consolidación de éste acto jurídico como el establecimiento de las instituciones gubernamentales.

pero si a penas me da tiempo! – no, pero aquí está el señor de los jugos- y sí, me hacia mi jugo, dos limones por decir me los echaba en un vaso de agua”E3 p 8

Los aprendizajes y prácticas que DD incorpora a su vida como parte de su interacción con los otros en su lugar de trabajo, nos permite vislumbrar que a pesar de trabajar en el sector salud, el saber popular y el recurrir a remedios caseros representa un saber cultural que ha permanecido durante muchas generaciones y el cual se difunde no sólo en la familia, sino en los diferentes contextos donde se desenvuelven los individuos.

Al casarse DD menciona adquirir un compromiso con sus hijos y marido denotándolo en la elaboración diaria de la comida a pesar de laborar doble turno, la elaboración diaria de los alimentos nos habla de igual forma de las prácticas que DD mantiene de su ámbito familiar, a pesar del poco tiempo que posee para ello manteniendo el rol de madre y que culturalmente le asignan el papel de proveedora y encargada del desarrollo de la familia.

Dentro de los roles familiares una de las prácticas a las que se recurre en la alimentación es el apoyo por parte de su marido en la elaboración de la comida, tomándolo DD como una atención y muestra de su cariño, cabe mencionar que su esposo labora como mesero en un restaurante, de ahí el conocimiento de otros platillos los cuales reproducirá en casa introduciendo así otros platillos y sabores a la comida diaria.

“el era mesero, pero le gustaba entrar mucho a la cocina a ayudarles y aprendió mucho, cuando yo tenía mis hijos, el hacia la comida y todo [...] pues si y se sentaba con sus hijos[...]a él le gustaba mucho, pero así mucho las patitas de res con chile verde[...] y a mis hijos casi no les gustaba, pero con él no decían no, tenían que comerlo[...] le gustaba el tocino, plátano macho o papas”p6 E2

Durante su matrimonio DD y su esposo ahorran dinero y tienen la posibilidad de comprar un terreno en donde establecen su hogar, durante esta época DD incorpora a su hogar el uso de la estufa de petróleo, para su uso en Sn Gregorio se establecen dos expendios para la venta de éste combustible. Los alimentos que se consumen de manera cotidiana además de las verduras, el chile, tortillas y frijol son las cosas capeadas como los huazontles y nopales

para los cuales utiliza aceite en lugar de manteca. A pesar del gran uso que DD le da a éste producto en la elaboración diaria de la comida, en las cosas capeadas utiliza el aceite, pues menciona que al freírlos con manteca su sabor así como consistencia no es muy agradable por lo que opta por el uso del primero, dicho aprendizaje lo obtuvo en la práctica.

Por otro lado la manteca es un producto utilizado desde su niñez y permanece aún en su vida adulta, para DD la manteca es su alimento favorito utilizado en la mayoría de sus platillos pues comenta que el sabor es muy diferente al aceite. Tanto la manteca como la cebolla y la sal son tres productos básicos en la comida de DD pues considera que éstos contribuyen en la sazón de los alimentos, el uso de dichos productos DD lo aprendió tanto en casa como en los lugares donde trabajo. Para ella la comida tiene sabor gracias al sazón, el cual consiste en la manera en como los elementos anteriores se conjugan con los de verduras o los demás ingredientes, es decir el sabor que se les va penetrando a la comida.

“no le encuentro sabor a lo que no tiene sal [...] entonces le digo, el sazón es el sabor que se les va penetrando a las verduras y a todo [...] yo siempre he guisado así, mi mamá y donde trabajaba le hacían así siempre [...] yo pongo a cocer mis frijoles y para que yo me vaya tranquila, como ahorita que los pase a dejar, les hecho su manteca en crudo y su pedazo de cebolla y le dejo adentro su cuchara para que quede un huequito donde salga el vapor y así no se suben... y si no les echan manteca y se tapan, se salen, se están espumando y hasta se riegan” E3. P 8

La manteca es un producto el cual DD utiliza en la elaboración del arroz, mole y tamales, durante la fiesta del pueblo, o cualquier tipo de celebración religiosa como navidad, bautizos o simplemente un cumpleaños. Como el cumpleaños de DD cae justo un día antes de navidad, celebra su cumpleaños cocinando romeritos, chiles rellenos, cuaresmeños, pescado y bacalao.

Actualmente el uso de la manteca ha sido sustituido por el aceite de diversos tipos, la representación que se han generado en torno a su uso, sobre todo en el sector salud la ubica como dañina y toxica para el organismo, el consumo excesivo de éste producto así como el sedentarismo que se mantiene en las ciudades son factores que se vuelven nocivos para la

salud, contribuyendo a la generación de colesterol alto así como otro tipo de padecimientos. Algunas costumbres familiares están asociadas al uso de éste producto, como lo es el comer carnitas de forma habitual u otros alimentos preparados con ella, si bien el producto se asocia a una educación del paladar difundida en la familia y que se asocia a lazos emocionales y de identidad, el consumo excesivo de éste producto así como de cualquier otro se verá reflejado en la salud de los individuos.

Las repercusiones que el continuo uso de la manteca así como otros factores que se interrelacionaran para más adelante manifestarse en la salud de DD manifestándose en el desarrollo de colesterol e hipertensión. Durante su vejez DD continúa su labor de alimentar a los miembros de su familia, a pesar de que ha enviudado y que todos sus hijos se encuentran casados, dos de ellos y su familia viven en el mismo predio que ella aunque en casas diferentes, a pesar de ello DD continua guisando para sus hijos y nietos, los cuales no siempre consumen lo elaborado por ella debido a sus actividades escolares y laborales, además de los gustos individuales. La actividad económica que ahora realiza es el bordar servilletas y venderlas, el juntar las tortillas que le sobran es otra posibilidad de ingreso económico, ellas son utilizadas para alimentar a los animales ambas actividades así como la pensión que recibe le posibilitan tener un ingreso económico extra.

Los productos industrializados enfocados al consumo a diferencia de los consumidos por DD durante su niñez y periodo de matrimonio en donde el autoconsumo era una actividad extendida, nos muestran el proceso histórico en el establecimiento y auge de la industria alimentaria. Dicha industria además de generar estatus y estereotipos en el consumo de los alimentos contribuye en problemas de índole social y ambiental como la contaminación causada por la envoltura de éste tipo de alimentos provocan, tapando las alcantarillas y contribuyendo en la época de lluvia inundaciones así como la contaminación del suelo por ser realizado con materiales no biodegradables o que tarda mucho tiempo en hacerlo.

“había zanjas que rascaban para que bajara el agua al canal, a las chinampas entonces no se inundaba, ahora se inunda por que las coladeras se tapan [...] entonces el agua y ya todo pavimentado, ya casi no hay calles de tierra sino todo esta pavimentado y luego las coladeras que no funcionan [...] si por la basura y

luego la gente que no entiende por mas que se les dice y se les habla que no tiren basura, las botellas, las envolturas de las paletas, de los mentados churritos, de todo lo que comen en la calle, platos desechables, vasos, todo y cuando llueve arrastra todo y ahí es donde se tapan las coladeras”p3 E2.

La utilización del material desechable para economizar el tiempo y ahorrar el trabajo se manifiesta también en instrumentos como vasos, platos y cucharas variando en materiales para su elaboración, cartón, plástico y unicel, éste tipo de instrumentos es utilizado sobre todo en reuniones o fiestas familiares, su carácter desechable hace fácil su acceso así como la masificación de su uso.

Los medios de comunicación son otra posibilidad de formar una representación acerca de los alimentos o herramientas que se utilizan. Un ejemplo de ello es la radio,<sup>51</sup> en él ha escuchado la opinión que dan los expertos acerca del uso del microondas, aparato que en la actualidad es de fácil acceso a todos los sectores de la población y que se adecúa un ritmo acelerado de vida en donde el ahorro de tiempo es altamente valorado.

“Pero yo he oído en el radio he oído comentarios que se calienta la comida así en el microondas, pero que pasa, que comen ya el mero gabazo, porque la electricidad les quita todas las proteínas, es como un rayo X [...] y entonces yo les digo coman cochinas, coman gabazos, ahí ustedes sabrán, yo por mi sartén mi cazuela y caliento mi comida y punto”P3 E2

A pesar de tener acceso a electrodomésticos modernos como lo es el microondas, DD prefiere retomar la práctica del sartén y la estufa para la cocción y el calentamiento de la

---

<sup>51</sup> Además de los medios escritos la radio es uno de los primeros medios de comunicación en masificarse, en Enero de 1922, el presidente Álvaro Obregón exhorta a todos los ciudadanos interesados a instalar estaciones de radio sentando las bases para el inicio de la radiodifusión comercial. A finales de ese mismo año comienza a transmitir la JH, primera emisora diseñada y construida en México por José Ruiz de La Herrán, la llamaban la estación experimental y cultural de la Secretaría de Guerra y Marina, y fue inaugurada oficialmente el 19 de Marzo de 1923, con una transmisión musical a cargo de cantantes de la propia Secretaría. <http://www.radiogrupo.com.mx/historia/historiapt3.htm>

comida. De igual forma, la manera de compartir el alimento en las fiestas como del pueblo o barrio es mediante el mantenimiento de prácticas como preparar el mole y los tamales como lo hacía su madre, guisando todos los ingredientes y llevándolos al molino para su posterior preparación; otra de las prácticas realizada en las fiestas es comer al último, pues menciona que si lo hace antes le es imposible comer de manera tranquila por estar sirviendo a los otros y el mejor lugar para hacerlo es su cocina, ello nos muestra el mantenimiento del rol de madre de servir al otro así como quedarse al último en su consumo. La preferencia por ciertos alimentos como la manteca y los frijoles ha permanecido en su vida hasta su edad actual. El gusto reciente así como el aburrimiento de otros productos, se manifiesta en esta etapa de su vida, ejemplo de ello es la predilección por las pastas frías y pechugas rellenas, o la pérdida de gusto por el arroz que se consume tanto en la vida diaria como en las fiestas.

“Cuando yo era joven, pues me gustaba mucho el pollo rostizado, las papas [...] como que eso era de fiesta por qué comíamos diario frijoles y si no eran frijoles, eran habas y sin eran habas alberjones y el chile [...] el arroz a mí me gustaba mucho, pero ahora como que ya no, tantas fiestas, que el arroz, el arroz... ¡hay no! [...] ahora pues lo que se me antoja... sopas frías, las pechugas rellenas con jamón con queso, con su chipotle y yo más que fritas me gustan más a cocer con su juguito y en papel aluminio [...] sopas frías como esa de tornillo que espagueti, codo pues toda esa sopa son las que yo preparo como sopa fría, con piña, con crema y jamón, es lo que más me gusta”p7 E2

Su actual preferencia por las pastas, y el aburrimiento por el arroz nos habla de una educación del paladar en donde las representaciones que se tienen de los platillos se van modificando, generando un cambio en los sabores, prácticas y platillos que acostumbra, dando paso a la incorporación de otros productos en la elaboración diaria de la comida como lo es el jamón, las pastas y la crema entre otros productos conocidos como industrializados.

En dicha educación del paladar el antojo o deseo por un sabor comienza a predominar, forjando una tendencia hacia la preparación y consumo de platillos con uno o dos sabor dominantes, abandonando platillos y productos que aportan una diversidad de sabores que provocan un desequilibrio en el consumo de los alimentos al sólo inclinarse por uno.

En esta educación del paladar donde se forja la predilección por un sabor, el estado anímico es un factor que contribuye a la inclinación por dichos alimentos favoreciendo en el proceso de salud o enfermedad que construyen los individuos.

Para DD emociones como la tristeza y el enojo afectan su manera de consumir los alimentos de ahí la relación entre la comida y su estado anímico, DD es muy consciente de ello sin embargo la constante preferencia de ciertos productos como la manteca nos habla de la educación del paladar adquirido a lo largo de su vida.

“amargo sólo mi boca cuando hago un coraje y me lo quito con un chicle [...] si, luego ya tengo dulcecitos aquí, a veces voy a la tienda y compro y me dicen – hay, tiene usted sus golosinas- pues si, a veces los niños vienen, pero los chocolates son para mi” p 13 E2 [...] en la boca se refleja mucho como le digo a usted que se me seca la boca, se me amarga la boca p16 E2”

Para DD luz es clara la asociación existente entre el consumo de los alimentos y su estado anímico, la boca amarga así como el recurrir al dulce en su vida nos habla de la emoción que manifieste en su vida, un sentimiento de enojo y tristeza que se mezclan para generar en ella padecimientos como son algunas enfermedades del estómago.

La religión es otro factor que influye en las prácticas alimenticias de DD en esta época de su vida, en las actividades religiosas en las que participa los alimentos son importantes, pues constituyen una manera de brindar una atención al otro dependiendo sus posibilidades económicas, además de estar presente en actividades como funerales y fiestas como bautizos, esta visión permea sus prácticas en el consumo y preparación de los alimentos diarios, el persignar la cazuela donde se hacen los tamales así como el mantener una imagen de la virgen de Guadalupe en su cocina para no sentirse sola en ese espacio y el concebir el alimento como el pan de cada día que dios nos brinda, genera en ella una

representación sacralizada del alimento en donde el tirarlo o desperdiciarlo es un pecado así como una falta de respeto hacia la naturaleza que nos lo brinda.

Las representaciones que DD ha generado respecto a los alimentos y sus sabores tienen una estrecha relación con la educación del paladar que ha adquirido en los diferentes contextos y lugares en los que ha convivido a lo largo de las diferentes etapas de su vida, ello nos habla también de la forma en cómo esta educación se va entrelazando con una memoria corporal, que hace que ciertos sabores y productos se asocien a estados emocionales así como a la identidad familiar misma y por otro lado hace que algunas otras prácticas se vayan modificando y adecuando más a su estilo de vida actual y a los ámbitos en los que ahora se desenvuelve; construyendo procesos que han posibilitado la presencia de salud o de enfermedades como la hipertensión y problemas de estómago los cuales se asocian a los sabores picante y dulce presentes en su alimentación diaria. La permanencia de un sabor como el picante aprendido en casa de DL nos habla de la relación existente entre madre e hija donde el enojo de la primera se hace presente en DD gestando en ella una sensación de desamparo y soledad, donde la ansiedad y la tristeza se verán reflejada en los padecimientos que ahora manifiesta así como en los sabores que degusta donde diversos elementos se mezclan para conformar la educación del paladar gestada en una generación anterior y que continuará con la siguiente como parte de una educación del paladar familiar.

#### 4.2.5 TERCERA GENERACIÓN

La tercera generación la constituye DB quien es primogénita de DD, ella cuenta con 58 años de edad y tiene 5 hijos, tres mujeres y dos hombres. Durante su niñez al cubrir su mamá una doble jornada laboral, DB es criada por su abuela DL, durante su crianza, el uso de la vela, quinqué de petróleo y la plancha de carbón son de uso común entre la población campesina. DB recuerda como en esa época todos sus sentidos la guiaban, sobre todo en la oscuridad de la noche.<sup>52</sup> En esta época el guiarse con los sentidos de la vista,

---

<sup>52</sup>Durante la colonia la necesidad del alumbrado público en la Ciudad de México se explica no solo para dar mayor seguridad nocturna a sus habitantes, sino principalmente para dar continuidad a las actividades productivas matutinas y vespertinas, ante el dinamismo que estaba teniendo la industria local y el comercio

tacto, gusto, oído y olfato permitía a los individuos una mayor sensibilidad de los estímulos provenientes del medio externo y a su vez un mayor contacto con el cuerpo y la naturaleza, pues se apelaba a ellos así como a la intuición para actuar, con la industrialización y la generación de una vida artificial, el bombardeo de estímulos auditivos, visuales, táctiles, olfativos y gustativos se hacen cada vez más intensos y la vida se va tornando cada vez más artificial y dependiente de artefactos externos para sentir, limitando y atrofiando la sensibilidad natural de los sentidos y generando a la vez un distanciamiento cada vez mayor del cuerpo y al mismo tiempo de la naturaleza.

La electrificación en los hogares así como su masificación se da hasta mediados del siglo XX, éste hecho condujo a diferentes cambios en los estilos de vida de la población. En la cocina dicho acontecimiento marca una importante ruptura entre las prácticas realizadas hasta el momento, el contar con luz en los hogares posibilitó la compra y uso de electrodomésticos como la licuadora y el refrigerador, dejando de lado prácticas como el ir al mercado diariamente para la adquisición de productos frescos y la realización diaria de la comida. Al contar con un refrigerador en casa, la descomposición de los alimentos se retrasa y entonces se puede cocinar una o dos veces por semana guardando el alimento para irlo consumiendo poco a poco, la introducción de éstos productos trajo consigo otras representaciones en la actividad de alimentarse, fomentando una ideología de comodidad y rapidez como parte de la modernidad. Ello a su vez trajo consigo un desequilibrio en el uso

---

internacional como consecuencia de la declinación económica de mediados del siglo XVII en la metrópoli española que redujo sus importaciones manufactureras. Para 1790 el conde de Revillagigedo don Juan Vicente de Güemes, organizó el alumbrado público como un servicio a cargo del estado para las principales calles de la ciudad con faroles de aceite que solo se empleaban durante las noches que no había luna llena. Para 1857 Ignacio Comonfort inaugura la fábrica de alumbrado de gas, Mexican Gas Company alumbrando la ciudad con lámparas de trementina (gas líquido) y los hogares con recursos económicos altos. El aceite seguía siendo la fuente de iluminación de los sectores pobres.

El alumbrado con trementina y con gas hidrógeno fue llegando a los barrios pobres de la ciudad solo en la medida en que se abarataron. Durante el porfiriato inversionistas extranjeros británicos, canadienses y estadounidenses entran a competir en territorio mexicano por la generación de energía eléctrica, durante los años cuarenta del siglo XX estas compañías construirán la columna vertebral de la industria eléctrica en nuestro país. En la ciudad de México las viejas farolas de gas y de aceite son sustituidas por el alumbrado eléctrico, la energía a consumidores particulares se vendía a altas tarifas, su masificación se va dando de manera paulatina hacia la mitad del siglo XX.

Campos Leticia "La electricidad en la ciudad de México y área conurbada" Editorial Siglo XXI, México 2005. pp 70,130.

de los sentidos, priorizando la vista y el gusto, dejando de lado el escuchar las necesidades del cuerpo así como la posibilidad de guiarse por la intuición que todo él proporciona..

Al pasar gran parte del tiempo en casa de sus abuelos DB se integra a la actividad familiar realizada en las chinampas, llegando de la escuela se quitaba los zapatos, se ponía el babero y andaba tras sus abuelos sembrando o recogiendo el maíz en las chinampas, contribuyendo también en acompañar a su abuela a dejar la comida a los peones con quienes compartían el alimento sentándose en el campo o en banquitos improvisados de madera.

Los hábitos y prácticas además de las palabras permiten una educación de tipo informal que se transmite mediante el hacer cotidiano en donde no sólo se dice, sino que se muestra en la praxis el hacer (Altarejos, 2005:43) Las actividades realizadas por DB en la chinampa así como en casa de su abuela y su espacio familiar incluyendo la manera de preparar los alimentos se da de éste modo, aprendiendo a cocinar de su mamá y abuela observándolas y participando como ayudante trayendo o llevando cosas a la hora de realizar la comida. La preparación del mole, el darle el sazón a los platillos y el auto abasto de productos vegetales y animales conforman algunas de las prácticas familiares que DB mantendrá a lo largo de su vida.

“bueno yo aprendí a cocinar por medio de mi abuelita... pues como mi mamá trabajaba y nos criamos con mi abuelita, fue pues viendo que nos enseñó a cocinar [...] tan sólo viendo, haber tráiganme esto no decía la abuelita, tráiganme esto y vayan a hacer esto y miren se hace esto así [...] y lo mismo cuando mi mamá pues estaba que no iba a trabajar, haber vengan y vamos hacer esto y lo otro con el apoyo de ellas como adulto, que nos fueran enseñando poco a poco” p1 E1

Los aprendizajes adquiridos en las prácticas cotidianas que DB retoma de su abuela DL es el auto abasto de verduras cosechadas en las chinampas, el cuidado de animales que se tienen en casa como lo son las gallinas, conejos, vacas, lo cual además de permitirles el acceso a alimentos también la hacen ser partícipe del trabajo en su cuidado, como lo es el

recoger los huevos de las gallinas o el ordeñar las vacas, preservando las prácticas generadas por su abuela y madre. Parte de la dinámica en la producción de los alimentos incorporada en la vida diaria es el llevar el nixtamal y todo producto que requiriera para su procesamiento el uso del molino. Los alimentos consumidos en esta época por DB son las espinacas, coliflor, lechuga, acelgas, huevo, leche, frijoles, calabaza, tomate, chile y algunas otras verduras y legumbres cultivados en las chinampas de sus abuelos los cuales regaban con agua limpia extraída de los ojos de agua existentes aún en Xochimilco.

Los alimentos anteriores denotan la conformación del proceso de construcción en la educación del paladar en la familia de DB, caracterizada por la continuidad del sabor picante, debido a la actividad laboral y familiar de las dos generaciones anteriores, donde el auto abasto así como el alto consumo de verduras y chile en todas sus presentaciones constituye su alimentación diaria. En dicho proceso los miembros de la familia son participes en la producción, recolección y elaboración de los productos que intervienen en su alimentación, dicha actividad familiar les proporciona otro tipo de aprendizajes que les permite conocer la naturaleza para llevar a cabo cada uno de éstos procesos, generando en ellos una representación de vinculación con lo que se come y donde todos los sentidos entran en acción en la elección y la calidad de los alimentos.

Durante los años cuarenta el país entra en una dinámica acelerada en la industria y por ende se da una rápida urbanización, la migración del sector campesino a las ciudades comienza a ser cada vez más recurrido, en el proceso de ir y venir del campo a la ciudad, las costumbres y prácticas de ambos contextos se van combinando e incorporando a la vida diaria de éste sector, generando modificaciones en sus prácticas alimentarias al tener acceso a otro tipo de productos. Los hábitos de consumo regionales se van homogenizando y la industria alimentaria comienza a crecer, compañías como Bimbo surgen en éste contexto difundiendo un esquema de patrones alimentarios fuertemente influido por el extranjero básicamente en las ciudades.

Durante los años cincuentas la existencia y utilización de los ojos de agua para el riego de las chinampas, el lavado de la ropa o su uso como agua potable aun se puede hacer, con la construcción del drenaje profundo y la pavimentación se desecan muchos ojos de agua y manantiales modificando la flora y fauna de la región.

La educación del paladar se conforma de una memoria sensorial que integra o rechaza sabores en base a las representaciones generadas por los individuos, el entubamiento del agua y su abastecimiento en los hogares trajo consigo cambios en su consumo. En Xochimilco el acopio de agua potable se daba gracias a los ojos de agua dulce existentes en la región con esta medida de urbanización el ir diariamente a los ojos de agua para su abasto se sustituyó por el abrir una llave de donde salía el líquido vital.

“ Yo desde que hubieron llaves de agua, con decirle que yo no tomo agua casi, que solamente de sabor, como que uno se acostumbra al agua de manantiales, uno iba con sus jarros de barro a traer agua... y el agua era dulce, otro sabor al agua de ahorita [...] a veces apuro cloro... pues solamente tendría mucha sed como para que tome yo deberás agua de la llave, pero menos no, solamente que sea agua de frutas, de alguna fruta o muy helada, pero así simple no, como uno antes tomaba el agua [...] menos del garrafón tiene otro sabor horrible” p8 E2

La purificación del agua para que esta sea potable se lleva a cabo mediante diversos procedimientos de filtración, precipitación, tratamiento químico (generalmente por cloro) y aunque bacteriológicamente son aptas para el consumo, el agua tiene olores y sabores tan desagradables para quienes conocen el sabor del agua de manantial que hasta llegan a reducir el consumo diario del agua, bebiendo por debajo de los límites convenientes para la salud. Balech (1978:143). Para DB éste cambio en la calidad y sabor del agua es notable por lo que comienza a disminuir su consumo diario y reemplaza el consumo de agua simple por agua de sabor, lo cual nos habla de un aumento de azúcares en su alimentación así como de una modificación en la educación de su paladar donde los cambios sociales influyen en el cambio de las prácticas de los individuos

Al cambiar el sabor del agua debido a proceso de potabilización, se da la incorporación de bebidas dulcificadas como los refrescos, jugos elaborados de manera industrial para cubrir la necesidad de hidratar el cuerpo, dichos productos al tener altas cantidades de azúcares conlleva otras problemáticas en la salud de los individuos, modificando así la educación del

paladar de los individuos, favoreciendo el gusto por lo dulce y explotándolo para su consumo.

En casa para la preparación de la comida su abuela cuenta con un espacio asignado a su elaboración, donde es colocado el tlecuil y sus trastes de barro, en su vida diaria su abuela recurre a otras prácticas que le permiten aprovechar los recursos naturales que se tienen a la mano por ejemplo el uso de bordigas de estiércol como combustible y las cenizas de estas como detergente para lavar las ollas auxiliándose de hojas de maíz que fungían como zacates.<sup>53</sup> El reciclaje de productos y el aprovechamiento de ellos es una actividad que con la industrialización será desplazada por una gran variedad de productos que se sofistican más, como los detergentes, el clarasol, pesticidas, abono de tipo industrial, generados a lo largo de la segunda década del siglo XX. El uso indiscriminado de dichos productos así como la gran cantidad de basura que produce la industria alimenticia en los empaques de los productos, la mala regulación así como la poca educación y el respeto por la vida así como por el otro, han llevado a un progresivo deterioro ambiental como el que se vive actualmente.

Al crecer DB comienza a estudiar enfermería, carrera que no concluye pero que si ejerce y entra a trabajar a una clínica psiquiátrica del sector salud por medio de su mamá, DB menciona irse haciendo el hábito del lugar donde trabaja de enfermera. En éste lugar adquiere otros saberes los cuales contrasta y en ocasiones entran en conflicto con lo aprendido en su familia o cotidianidad. Los alimentos además de su función nutricia han adquirido a lo largo de la historia de la humanidad otros usos, ya sea para aliviar una enfermedad o para uso cosmético, en éste sentido la cultura de pertenencia y el saber popular genera la propagación de éstos usos o remedios populares entre la población. En su familia DB aprende de su abuela y mamá algunos remedios caseros ejemplo de ello es el uso de la manteca utilizada contra el empacho<sup>54</sup> o el uso de aceite de resino mezclado con

---

<sup>53</sup> La introducción de detergentes y otros productos de limpieza, representa un impacto no solo en la vida y salud de los sujetos, la sofisticación de estos productos hacen de su uso una de las grandes fuentes de contaminación del agua, el aire y la tierra, generando un ecocidio en el afán del consumo, la comodidad y rapidez construidos en nuestras sociedades.

jugo naranja utilizado como purga al cual recurría constantemente su mamá DD así como al uso de hierbas.

“para la temperatura alta mi mama cortaba las hojas de tepozán en un arbolito que se llama tepozán... y lo sacudía bien del polvo y les ponía manteca y carbonato, la manteca con carbonato en la planta de los pies [...] en lo personal me voy mas a los remedios caseros que aprendimos de mi abuelita que a las cosas de los medicamentos”<sup>p6 E1</sup>

Como enfermera una de sus funciones consiste en dar pláticas acerca del uso de cazuelas de barro y la toxicidad del barniz. Sin embargo en la práctica el sabor que ella denota y la experiencia al cocinar hace que se guie más por la observación así como por su saber familiar en la elaboración diaria de los alimentos así como en los sabores y residuos que cada material desprende que del saber oficial que le indican la toxicidad de dichos productos. El uso de cazuelas de barro es una práctica que DB retoma a la hora de cocinar de ahí que note la diferencia entre el sabor que sueltan los instrumentos de los diversos materiales como el barro, peltre o aluminio. La capacidad sensorial así como la representación que DB tiene acerca de la elaboración de la comida le permite desarrollar una sensibilidad del sentido del gusto en donde puede identificar el cambio en los sabores de lo que esta guisando al utilizar diferentes herramientas, ello nos habla de la importancia que tiene para ella el cocinar así como lo involucrada que está en esta actividad.

“Yo sigo diciendo que los trastes de barro dan otro sabor que hoy el de aluminio, nada más que decían que el trasto de barro tiene mucho plomo [...] por el barniz,

---

<sup>54</sup> El empacho es una enfermedad que se presenta frecuentemente entre la población infantil y se atribuye a la existencia de algún residuo de alimento u otro material pegado al estómago o intestino El empacho puede estar acompañado de diarrea, decaimiento general con presencia de vomito, fiebre, ojos hundidos, inapetencia y pérdida de peso. El tratamiento terapéutico incluye tanto masajes (tronar el empacho), purgas e infusiones de algunas plantas. Revista electrónica Tlahui-Medic. No. 18, II/2004 Gómez, Giselle, Gómez Josué “El empacho, mal de ojo, susto, quebrada de anginas, plantas medicinales frías y calientes, y la limpia en el pueblo de Ahuatepec “

¿pero, yo me pregunto si vemos en un sartén de aluminio que se suelta? Plomo también [...] p12 a pesar de que uno como enfermera va escuchando lo que dice y uno es bonito decirlo, pero hacerlo un poquito difícil, entonces yo me voy dando cuenta, los trastes que uno va comprando y al lavarlos. Es lo que veo, como que es mejor y que el traste suelta, esto por ejemplo el peltre, ese hay un peltre que viene de varias, éste, colores y al despostillarse, simplemente queda el pedacito oxidado y suelta, se despostilla ¿no? y suelta así como vidrio, pues jamás volví a usarlo”p13E1

A raíz del cambio epidemiológico generado en nuestro país tras la segunda mitad del siglo XX en donde el decremento de las enfermedades infectocontagiosas da paso al aumento en las enfermedades de tipo crónico degenerativo como diabetes, cáncer de todo tipo, problemas cardiacos así como toda la sintomatología creada a raíz de ellos. Las instituciones de salud han tomado como medida la difusión de información acerca de los factores de riesgo que generan dichas enfermedades. Las prácticas institucionales así como la masificación de spots en los medios de comunicación pretenden generar en la población un cambio en hábitos alimentarios así como en rutinas de conducta para hacer frente al problema de salud que se vive en la actualidad, pues la infraestructura así como el presupuesto del sector salud es insuficiente. La realidad nos muestra el fracaso de dichas medidas, pues la concepción que se tiene del proceso salud-enfermedad así como de lo humano busca una solución inmediata sin tomar en cuenta que el cambio epidemiológico es parte de un proceso histórico en donde los hábitos alimentarios así como los estilos que se difunden se contraponen con la vida misma.

En esta lógica se busca un cambio sin tomar en cuenta la educación del paladar que se ha forjado en nuestra cultura como parte de un proceso histórico en donde la subjetividad colectiva interviene para concretarse en prácticas y hábitos que se han arraigado en la familia generaciones atrás y que muchas de ellas generan en la población un sentido de arraigo, identidad así como de cercanía ya sea familiar o comunitario. Debido a la modificación en los estilos de vida actuales donde predomina el sedentarismo, el

consumismo así como el concebir el cuerpo como una máquina algunas tradiciones alimentarias se tornan nocivas para la salud, sin embargo el arraigo emocional y cultural de estos alimentos así como el apego a ciertos sabores o platillos hacen que la educación del paladar contribuya como un elemento más en la poca calidad de vida de los individuos.

“[...] Antes se consumía la manteca, pero la manteca pues era limpia de que uno veía que mataban a los cerdos, que se consumía la manteca, por que antes se guisaba con manteca...que después que no, porque la manteca es dañosa, que consume aceite. Pero a veces los aceites lo mismo contaminan el cuerpo... que el colesterol, que si se come mucho aceite, que esto que el otro y dicen que la manteca al menos limpiaba el estómago, por eso te ayuda [...] ya no uso manteca, yo tengo soplo en el corazón y tengo mi corazón pues ya crecido [...] me recomendaron el nutrioli que contiene soya, pero no me gusta por el olor, si, tiene un olor diferente y nada mas de olerlo me da asco [...] mire del colesterol me quitaron la carne de res y me aumentaron las frutas y verduras y hasta he bajado de peso, por que estaba más llenita”E1 p5, 22

Para DB el uso de manteca es otra práctica aprendida en la familia que choca con el saber institucional, el uso de manteca y su sustitución por el aceite principalmente oleico se da a raíz del crecimiento de su corazón, sin embargo la representación de dicho cambio y la práctica en si representan una contradicción, pues para DB el olor impide que esta se lleve a cabo. Al casarse DB su esposo continúa con la actividad chinampera posibilitándole nuevamente al auto abasto de productos como verduras y legumbres. Al estar sus hijos pequeños DB se encarga de prepararles el lunch para que puedan llevarlos a la escuela,<sup>55</sup> la elaboración de panes así como de gelatinas y fruta picada es parte del aprendizaje que DB incorpora en su familia dando una connotación personalizada al alimento.

---

<sup>55</sup> La introducción del lunch se da durante las primeras décadas del siglo XX, retomando el lenguaje y la costumbre norteamericano en los lugares del trabajo para después extenderse al sector educativo. La escuela constituye en la actualidad un lugar que ha cobrado gran importancia en la construcción de la educación del paladar infantil. Para los niños criados en guarderías, el lugar se vuelve el centro familiar de las prácticas alimentarias, en donde se generan rupturas y cambios en los aprendizajes familiares de generación atrás.

“Antes que les compraré yo el pan, el panque, no, yo agarraba me compraba mis harinas, me compraba mi mantequilla y siempre yo les hacia su pastel y órale llévense su rebanadita a la escuela, las maestras hasta me decían – DB, una pregunta ¿usted como le hace oiga? Yo veo a sus niños y nunca los veo... si veo que les da dinero, pero siempre traen [...] su gelatina en topecitos, les ponía su coctel de frutas, su sándwich, sus bolsitas y todo bien higiénico” p19 E1

Al casarse DB los alimentos que consume son verduras, tortas de coliflor con queso, calabacitas, chile verde con carne de puerco, además de éstos alimentos se incorporan otros platillos que requieren de mayor elaboración como pollo a la jardinera.

El gusto por un sabor o alimentos dentro de una familia es un factor que conforma la educación del paladar de los individuos, la medicina tradicional china así como el ayurveda hablan de la influencia de los sabores en la salud emocional y corporal de los individuos, ellos equilibran o alteran el organismo cuando su consumo es excesivo o deficiente,<sup>56</sup> . En casa de DB el picante así como el sabor ácido del limón son sabores que predominan en la alimentación diaria, la afición por un sabor, puede generar un estado emocional correlacionado con el estado de salud así como hablarnos de las relaciones que se gestan al interior de la familia en donde la afición por estos sabores se correlacionan con emociones como la tristeza y el enojo.

En la familia de DB las reuniones familiares son importantes, éstos encuentros dan la posibilidad de compartir el alimento así como de cooperar en su elaboración, su casa se ha convertido en el centro de reunión ahora que ella esta jubilada y sus hijos están grandes, la incorporación de otros aprendizajes en la familia se genera a raíz de la colaboración de cada

---

<sup>56</sup> La medicina tradicional china así como la medicina ayurvedica conciben al ser humano como una unidad (microcosmos) que convive y es parte del todo (macrocosmos). En esta interrelación existente entre el macrocosmos y el microcosmos, la alimentación es la vida misma, pues ella permite el desarrollo y crecimiento del microcosmos en diversos sentidos como lo corporal y lo espiritual. En ambas visiones los sabores que nos proporcionan los alimentos se relaciona con nuestra salud o enfermedad, el consumo excesivo de alguno genera un desequilibrio orgánico y emocional en los individuos. Para ahondar en el tema consultar López Ramos, Sergio “Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones III, México CEAPAC, 2003.

uno de sus hijos, ejemplo de ello es que cada quien elabora o se especializa en algo, una de sus hijas se especializa en hacer las cremas ya sea de elote, champiñones etc. todos coinciden en que a ella le quedan ricas y por tanto es la que siempre las elabora. DB menciona no conocer las cremas sólo las sopas y el arroz, sus hijas al estar en otros contextos aprenden a elaborarlas y ahora son parte de los platillos que se consumen en reuniones familiares.

“Aquí nos reunimos cada año, nos reunimos ¿ahora qué vamos hacer? No, pues esto ahora tu traes esto, yo lo otro y aquí hacemos todo en conjunto. p 3 [...] ya cada quien trae, yo traigo los refrescos, que yo traigo los postres o yo traigo los platos, las cucharas y así terminamos [...] la pachanga, porque es pachanga y cada quien órale, a recoger todo, a las diez u once de la noche usted ve limpio como esta, como si no hubiese nada”p16 E2

Las fiestas o reuniones familiares constituyen otro espacio de aprendizaje donde las comidas a diferencia de las diarias son más sofisticadas DB y sus hijas elaboran platillos como cremas o espagueti, cochinita pibil, lomo enchilado, pescado en rodajas de papa y jugo de naranja. Otro tipo de productos también se incorporan en éste tipo de reuniones para economizar tiempo como lo son refrescos, platos, vasos y cucharas desechables, postres, como pasteles o gelatinas.

Las reuniones familiares son un elemento que conforma la educación del paladar de los individuos, donde lo emocional y la comida forman un vínculo que proporciona identidad a sus integrantes, dificultando el desapego a platillos o alimentos que en ocasiones se tornan nocivos para la salud por haber un exceso en su consumo, como el uso de la manteca o las carnitas y la barbacoa que se consumen constantemente cada fin de semana. Cabe aclarar que lo nocivo de las prácticas se conjuga con una vida sedentaria en donde el organismo al consumir en exceso éstos alimentos no puede procesarlos y desecharlos fácilmente, teniendo que acumularlos, generando a su vez padecimientos como colesterol alto y obesidad entre otros, los cuales desencadenaran otros padecimientos crónicos.

En esta educación del paladar nutrida de enseñanzas familiares DB retoma de su abuela aprendizajes en la selección de productos como la carne o el pescado, en donde el olor así como la vista son sentidos educados a lo largo de su vida, como le enseñaron los abuelos para poder llevar a cabo una buena elección en la frescura y calidad de los alimentos.

Otra práctica trasgeneracional que permanece en DB es el ir diariamente al mercado para comprar alimentos frescos y hacer diariamente la comida, en éste sentido es muy cuidadosa al elegir productos como el huevo, las verduras o incluso las tortillas, el sabor de los alimentos producidos en serie así como los productos llamados criollos<sup>57</sup> los distingue muy bien y prefiere comprar éstos últimos aunque éstos sean más caros en comparación a los productos industrializados, en donde por su producción masiva pueden ser más baratos, sin embargo la calidad de ellos no es la más óptima.

“Mire la carne la compramos que yo vea carniceros que acaban su carne, si yo veo que ahí la tienen refrigerada no le compro la carne [...] el pescado que está en mal estado y que no lo veo bien, yo hasta lo huelo como me enseñaron los abuelos y luego dicen ¿pero qué le huele señora? Pues a mi déjeme oler, si me gusta me lo llevo y si no, no me lo llevo...bueno pues si y yo no voy tampoco a la bodega, no porque imagínese toda la carne de la bodega, el pollo ya ni es pollo, ya no es lo que se llama verdura por que ya tienen ciertas sustancias para mantenerse bonitas y comer verdura de no sé qué tiempo no, aquí la verdad aunque nos cueste ir diario al mercado pero todo fresco” p13E1

La doble o triple jornada realizada por DB en su juventud le hace reflexionar que no enseñó a sus hijos a cocinar como debiera, por falta de tiempo, sin embargo todos saben hacerlo, sus hijas han retomado enseñanzas aprendidas en casa de sus abuelos, en la propia así

---

<sup>57</sup> Se le llama así a los productos de cada región que en su producción y elaboración no intervienen procesos de industrialización. En la actualidad el movimiento de comida orgánica ha ido en aumento, en su producción no interviene ningún proceso de industrialización. Sin embargo cabe mencionar que aunque en la producción de dichos productos no intervengan químicos o procesos de industrialización, la imagen de saludable es lo que se vende haciendo de este tipo de alimentos una elite a los cuales solo pocos sectores de la población tendrán acceso. Su venta en grandes cadenas comerciales así como el envasado y marketing que se maneja en torno a ellos nos habla nuevamente del poder de la industria alimentaria en donde el beneficio solo es para ciertas clases sociales tanto en la producción como en el consumo de ellos.

como de otros contextos. Ahora es cuando después de jubilada DB les da consejos a sus hijas para que sepan comprar alimentos frescos, para ella la limpieza del lugar donde se compra es importante por lo que hace énfasis en éste punto, recomendándole a sus hijas fijarse bien en la higiene del lugar y de la persona que los atiende. En estas recomendaciones el esposo de DB también interviene recomendándoles siempre recogerse el cabello antes de iniciar a cocinar.

Dentro de las prácticas alimenticias que ha modificado DB ahora con sus nietos e hijos es la posibilidad de preguntar que se quiere comer, la diversidad de platillos así como el guiarse por el sabor o el antojo es una de las variantes que se introduce en la alimentación familiar. Aunque ella menciona que los tiempos han cambiado pues su poder adquisitivo ahora que esta jubilada es menor, esta disminución económica ha propiciado en DB la creatividad a la hora de cocinar mezclando e inventando platillos, en esta variedad se auxilia de revistas de cocina, aportando a sus prácticas culinarias otro tipo de saberes y significados en la elaboración diaria de la comida. La opción de preguntar que se quiere comer se hace presente hasta que ella es adulta pues durante su niñez no había esta posibilidad, se comía lo que había pues la situación económica así como la diversidad de productos no era tan numerosa como en la actualidad.

La posibilidad de elección o variación de los alimentos y platillos tienen que ver con una educación del paladar que fomenta la variedad, o la ilusión de ella. Ahora es posible acceder a productos fuera de temporada o incluso de otros países, sin embargo esta posibilidad no es para todos los sectores de la población, la industria alimentaria ha logrado la masificación de productos lo suficientemente accesibles a todos los sectores, productos industrializados como refrescos o galletas son a los que mayor acceso se tiene, sin embargo la calidad de éstos productos y el aporte nutrimental es nulo. Interviniendo el factor económico y social como un elemento más que constituye la educación del paladar de los individuos.

El factor económico en la elección de los alimentos es importante pues de él depende la adquisición y consumo de los productos, en la actualidad a diferencia de hace algunas décadas en donde el autoconsumo, intercambio de productos o incluso el adquirir algunos alimentos recolectándolos del campo en muchas regiones de nuestro país, sobre todo en las

ciudades ya no es posible, pues el abandono del campo así como la rápida urbanización y la cultura del consumo han dejado de lado estas prácticas.

Como parte de la modernización de la industria alimentaria el uso de pesticidas, hormonas y productos químicos que se utilizan para la conservación y producción de los alimentos genera en repercusiones serias en la salud de los individuos, donde muchos de los agentes que sirven de conservadores, colorantes y endulzantes en éste tipo de alimentos están asociados como factores de riesgo en la generación de cáncer.

Estas prácticas son consideradas por DB como una contaminación de los alimentos y del ambiente, éste es un factor que DB nota al hacer una comparación entre los productos del pasado y el presente, en el proceso hay varias tensiones presentes por un lado las enseñanzas adquiridas de los abuelos, por otro su formación como enfermera donde el saber medico institucionalizado choca en ocasiones con la realidad así como con las prácticas de los individuos y el saber popular que DB ha adquirido a través de su experiencia.

“[...] simplemente las cosas enlatadas, simplemente el pescado enlatado que tiene demasiadas cosas para que se mantengan y que está consumiendo el desnutrido, un alimento que no se qué tiempo tenga ese alimento y a la larga también va a causar problemas, todas esas cosas que le ponen a nuestro organismo... porque hay más cáncer por lo mismo. Por lo mismo que se está consumiendo, si comiéramos en realidad verduras [...]” E1 p 10

Ello lo manifiesta en los alimentos que consume y en los instrumentos que utiliza o deja de usar, por ejemplo sus hijos al regalarle un microondas para agilizar el tiempo de calentado de la comida ella lo representa no como un ahorro de tiempo, sino como una pérdida de él, pues al no saber utilizarlo el buscar los botones correctos le hace perderlo, por lo que retoma su práctica habitual, el uso de la estufa y sartén para calentar los alimentos.

Los sabores y productos consumidos en la actualidad por sus nietos difieren de igual forma en su representación de lo que es la alimentación. Ella los representa como productos propios de la juventud y su consumo no va de acuerdo a sus prácticas, pues aunque los

conoce no está de acuerdo en su consumo. Por el contrario para sus nietos alimentos como las pizzas, hamburguesas o mayonesa son habituales e incorporados en su dieta cotidiana y se les hace poco comprensible que a su abuelita no le gusten manifestándosele al decirle que es muy anticuada y que nada le gusta.

“Mis nietos me dicen- ¿abuelita la mayonesa? – no aquí no hay nada de eso hijos, aquí hay esto y esto y tratas de no darle tanta cosa que hoy consume la juventud, que las palomitas, que las sopas maruchan [...] que queremos una pizza que queremos ir a Mc Donalds, imagínese la carne desde cuando esta, yo nomas de verlo me da asco cuando me llevan – mamá comete uno- no, mira lo voy a guardar, pero hasta ahí, no soy muy afecta [...]para cosas así soy medio sangrona, como me dicen mis nietos – hay abuelita, es que eres muy anticuada no te gusta nada [...]”p14E1

Dicha ruptura entre el consumo de alimentos considerados por DB como de la juventud y los criollos propios de su época muestra como se introducen ciertos alimentos dependiendo el contexto histórico social que viven los individuos en base a factores sociales, cultural, de educación entre otros se le atribuyen atributos de aceptación o de rechazo, la religión es otro factor que DB integra a la práctica y representación de la alimentación que ha construido en base a los aprendizajes adquiridos en los diversos contextos en los que ha vivido, algunos son retomados de sus abuelos y padres como el hecho de persignarse y dar gracias después de comer o el bendecir la olla cuando guisa con el fin de que el alimento que se está cocinando alcance por si alguien más llega y para que no falte la comida.

“Así nosotros siempre, siempre que, éste, nos sentamos a comer pues siempre uno se persigna, en nombre de dios padre, de dios hijo y dios espíritu santo, gracias por los sagrados alimentos que dios nos da y al terminar pues gracias dios y cada quien ya [...] a veces la mamá, la abuelita decían con esas oraciones o bendecían la comida y también la costumbre que se tiene en una fiesta, bueno hasta la fecha yo la llevo de que cuando uno va a poner uno va a empezar a guisar uno persigna la olla o

la cazuela para que pues dios nos socorra y alcance esa comida por si alguien llega, no nos llegue a faltar el alimento”p5 E2

Los saberes y prácticas adquiridos en la familia de DB acerca de los alimentos le brinda herramientas para cuestionar y elegir de otra manera los productos que consume, la posibilidad de intervenir en el proceso de cosecha, recolección y consumo de los productos genera en ella una representación distinta a aquellas que sólo compran los alimentos y los consumen. La implicación del proceso mismo permite que los individuos generen un valor sacro de lo que se consume, pues su trabajo, su tiempo y vivencias se encuentran en los productos que se cosechan, recolectan, elaboran y consumen. A diferencia de quien sólo lo compra donde la única interacción que existe con el productos es el consumo, y en ocasiones la elaboración de los platillos.

De ahí que DB tenga la posibilidad de tomar en cuenta algunos factores que para otros pasan desapercibidos o simplemente no hay la posibilidad de hacerlo, el hecho de vivir en un lugar donde aún hay zonas de cultivo brinda la oportunidad de investigar si los productos son regados con agua potable o simplemente saber el origen de ellos.

“pues seguimos consumiendo verdura fresca, lo que más podamos de verdura, pues fresca que uno cultiva, éste a veces cuando veo a una persona que vende huevo criollo, pues ahí voy a comprar el huevo criollo [...] porque en las casa que ponen, en la casa donde sacan todavía los animales al campo p3[...] yo diario voy al mercado, diario caminamos, vamos compramos y veo de buena calidad y esto y lo otro, en la verdura si soy muy cuidadosa, la verdura si no la cultiva mi esposo o algún vecino que vea que la esta cultivando, que éste regando con agua potable yo no le compro verdura... sinceramente y si la llego a comprar con los que tienen sus terrenos aquí en el cerro y cultivan en el cerro y la riegan con agua de lluvia o de vía potable” p12E1

El tener contacto directo con la tierra permite una vinculación distinta con ella y con lo que produce esto se denota en el respeto hacia los otros seres vivos, generando otras alternativas

que no se tornan nocivas para la naturaleza conservando un equilibrio en el combate de las plagas o para reciclar algunos elementos como el agua o productos que se generan en su casa. La industrialización y urbanización genera otro tipo de vínculo con los otros y con todo lo que nos rodea incluso los alimentos. Para DB la tierra es valiosa pues nos da de comer y ello hay que retribuirlo tratando de hacer el menor daño posible o simplemente dándole un vaso de agua pues de ahí también comemos, el dejar una herencia en la tierra para sus nietos es un pensamiento que en BD se encuentra presente, el mostrarle a sus nietos de donde vienen las frutas y las verduras así como la posibilidad de tomarlas directo del árbol es una representación generada en DB actualmente.

“Siquiera cuando me muera, hay abuelita me sembró éste... coman fruta pero que sea fruta que la estén viendo y nada mas voy y corto la fruta[...] y el mundo se acaba por que nosotros queremos, porque nosotros no le damos, dicen la tierra nos da de comer, también hay que darle un vaso de agua a la tierra porque de ahí comemos [...] si, que por que la tierra , que por que la planta no habla hay que tratarla mal ¡no! también siente, sean o no consientes los nietos y todo ¿no? a veces éste tipo de cosas en la ciudad ya no se ven, se pierde todo éste respeto” 21 E1

Esta pérdida de respeto hacia la tierra responde a los valores propagados en la sociedad occidental, racional, capitalista y urbanizada en donde el hombre es el centro y la naturaleza un medio para y objeto que toma a su servicio para beneficio propio.

La representación acerca de la importancia de la tierra y el vínculo existente entre el hombre y ella de mutua ayuda, es herencia de una familia así como de una cultura campesina en donde se sabe que sin la tierra el hombre no sobrevive y donde la explotación misma representa la muerte y desaparición del mismo. Sin embargo en muchas regiones de nuestro país donde la pobreza es extrema, la sobreexplotación de algunos recursos naturales como deforestación, la caza de animales representa la sobrevivencia misma para la población, pues el sistema económico y político actual no deja más alternativa.

El cuerpo de los individuos y la salud de éste, refleja los estilos de vida, la situación económica si como la sociedad y cultura en la que se vive. DB ha llevado una vida llena de trabajo cubierta por una doble o triple jornada laboral, al igual que su abuela y mamá la actividad campesina es una actividad familiar que les genero un desgaste físico considerable por la actividad misma. Sin embargo otros elementos como la alimentación, el manejo de emociones y la actitud ante la vida es un factor que contribuye en el mantenimiento de la salud o construcción de la enfermedad.

Actualmente DB refleja la construcción de éste proceso de deterioro corporal gestado en un contexto y momento histórico específico, en donde la alza de colesterol, sobrepeso, crecimiento de corazón y problemas de columna se asocian al tipo de vida y trabajo llevado por mucho tiempo así como en la educación del paladar generada en una familia donde los cambios y permanencias de las prácticas y representaciones construidas en una sociedad y cultura capitalista denotan lo nocivas que estas se van tornando en la vivencia de los individuos.

#### 4.2.6 CUARTA GENERACIÓN

La cuarta generación de la familia Ruiz Bonilla es DA ella vive en Zapotitlan, cuenta con 38 años de edad y tiene dos hijo varones. Durante su niñez al trabajar todo el día su mamá DA es criada por sus abuelos paternos los cuales se dedicaban a la actividad agrícola en las chinampas y a quienes ayuda en esta actividad. Ella aprende a cocinar de su abuela y al igual que las generaciones anteriores lo hace de manera empírica viendo y ayudando, son ellos quienes le inculcan creencias acerca de celebraciones como el día de muerto y semana santa. Las celebraciones de tipo religioso contribuyen de igual forma en la educación del paladar de los individuos, pues las prácticas así como platillos en estas fechas son muy específicos, por ejemplo en semana santa se difunde la abstención de consumo de carne, en el día de muertos la elaboración de una ofrenda en donde los tamales blancos tan sólo con sal constituyen para la familia de DA parte de éste ritual.

Los alimentos consumidos durante esta etapa de su vida son la leche, nata con azúcar, y verduras cultivadas por sus abuelos por lo que no había necesidad de ir al mercado o

comprarlas, continuando la práctica trasgeneracional en el autoabasto de verduras. Además de su abuela, su abuelo también interviene en las enseñanzas con respecto a las prácticas realizadas en la cocina y en general a cómo debe comportarse una mujer, él las acostumbra a entrar a la cocina con falda larga además de recalcarles que una mujer debe ser limpia. Sus abuelos además de enseñarle a realizar el trabajo en la chinampa y a cocinar, le educan al pedir permiso cada que quiere consumir o tomar un alimento así como el dar las gracias por ello, denotando la relación existente entre los alimentos y una representación en donde el respeto por lo que se va a comer así como el dar las gracias contribuye en generar un respeto y valor por lo el alimento.

Otra de sus enseñanzas se enfoca a la selección de verduras y legumbres, una de las prácticas familiares en casa de su abuela era tomar un jarro de café y pan antes de comenzar a cocinar así como el poner en una canasta de mimbre el pan y dejar las gelatinas en una olla de aluminio dentro de una cubeta con agua toda la noche para que esta cuajará.

Al observar DA todas estas prácticas retoma de su abuela y tía el economizar sobre todo en el uso de gas y agua al cocinar. Por otro lado DA nota la diferencia entre la comida que consume con sus abuelos paternos con quien se cría así como de los maternos a quienes visita, de los primeros retoma el gran consumo de verduras y el poca uso de grasa en los alimentos, por el contrario en casa de su abuela materna DD la comida es mas grasosa y con menos verduras, sin embargo hay algunos platillos que le gustan muchos de DD como el bacalao y el arroz que hace en las fiestas, cabe mencionar que ambas abuelas utilizan la manteca en la elaboración de los alimentos ello nos habla de la permanencia de éste producto así como de la educación del paladar por el sabor graso producida generaciones atrás.

Al ser la primogénita de DA por las mañanas se dedicaba a hacer el quehacer y la comida para toda su familia y por las tardes acudía a la escuela, a los 18 años comienza a laborar de secretaria en la delegación Xochimilco. Al realizar la comida para todos, ella comenta que sus hermanos y papá nunca se quejaron de su comida, por el contrario a todos les gustaba como guisaba por su sazón. Dicho sazón es concebido para ella como el toque o esencia que cada quien le impregna a la comida, en éste sentido la manera de concebir el sazón difiere de DD y DB, mientras para DD y DB el sazón consiste en dar el sabor a los

alimentos impregnándolo mediante los condimentos y productos base como el jitomate, la cebolla el ajo y la manteca, para DA es el toque que cada quien le da, pero las tres coinciden en que el sazón es importante a la hora de cocinar.

De sus platillos favoritos en esta época menciona el pastle con epazote y chile verde acompañado de tortillas recién hechas y frijoles de la olla, gusto que con el tiempo cambia al probar el mismo platillo hecho por una tía y al no estar bien cocido le genera aversión, generando una ruptura en la representación del platillo que pasa de favorito a indeseable.

DA asunción recuerda también que en su infancia los cumpleaños son ocasiones en donde la comida siempre está presente además de ser un motivo de reunión, en donde la cuestión económica lo permitía, en la actualidad para DA es poco habitual hacer éste tipo de fiestas que hacia su mamá pues el dinero que se invierte en estas reuniones demanda mucho más del presupuesto diario. La forma en la que su mamá celebraba los cumpleaños a ella y sus hermanos son todo un acontecimiento que reúne a toda la familia y donde hay la posibilidad económica de celebrarlo en un lugar diferente a la casa. DA menciona los platillos tradicionales en éste tipo de celebraciones, el pastel la gelatina y los tamales a diferencia de los que se hacen en navidad o en las fiestas del pueblo. Para cada familia la forma de celebrar ciertos actos sociales como cumpleaños, fiestas regionales o actos religiosos como bautizos, casamientos, funerales, navidad, conlleva actividades y platillos específicos en donde la cultura y el contexto difunden su generalidad.

“antes sí, bueno mi mamá que acostumbra a hacernos cumpleaños, pero le digo a mi mamá, hay no, ahorita con la deuda externa que tenemos, ¡no que! (risas) no, la verdad es que yo a mis hijos, éste pues sí, desde que nacieron nada más les hice cada quien hasta sus cuatro años y de aquí para adelante ya. Pero igual lo tradicional lo que acostumbramos que los tamales, el pastel, la gelatina, lo tradicional [...] antes si, mi mamá nos festejaba, nos íbamos a huastepec (sic) ahí nos hacia nuestra fiesta, convivíamos con casi todos mis primos, mi abuela, todos mis tíos, mis primos, o sea era otro tipo de convivencia”p12E1

DA además de ocuparse del rol de madre también se desempeña como secretaria en la delegación Xochimilco donde su horario de trabajo es de ocho de la mañana a tres de la tarde, en donde la distancia de su hogar a su lugar de trabajo no le da tiempo de preparar diariamente la comida ello ha formado una organización específica en la actividad del comer, entre ellas se encuentra el comprar en el mercado de Xochimilco cercano a su trabajo dos o tres veces por semana guardando en el refrigerador lo comprado para utilizarlo conforme se va usando, esta posibilidad se da gracias a la masificación de los electrodomésticos como el refrigerador y la licuadora así como la presencia de supermercados. Dichas prácticas rompen con la elaboración diaria de los alimentos así como la asistencia habitual al mercado, incorporando a su vida la asistencia a grandes cadenas de autoservicio donde adquiere productos como: salchichas, queso, leche y crema.<sup>58</sup> Incorporándolos a su vida diaria, ello nos habla del proceso histórico en donde los platillos y los productos industrializados se sofistican y se incorporan de manera habitual en la mesa de los individuos.

Algunas prácticas se van creando a raíz de la introducción del refrigerador y la licuadora a la vida de DA como la elaboración de puré de jitomate el cual refrigera y que va usando durante la semana, esta práctica la genera para ahorrar tiempo en la preparación de los alimentos. Como DA y sus hijos casi no comen en su casa sólo cocina dos o tres veces por semana en la noche pues sus hijos comen en casa de una maestra quien los recoge al salir de la escuela, en casa de ella además de comer hacen su tarea, hay otras ocasiones en las que DA va a recogerlos y van a comer con su mamá DB, sólo los fines de semana es cuando hay mayor oportunidad de cocinar y de comer en familia.

DA conserva de su mamá algunas prácticas como la elaboración de salsa en molcajete, de su abuela el consumir bastantes verduras así como el recurrir a remedios caseros aprendidos en su casa y algunos otros recuperados de su mamá.

Además de lo que ha aprendido en casa de su mamá así como de sus abuelos DA incorpora de los medios de comunicación en específico de las revistas así como de libros de cocina algunos tips como el uso de cierto tipos de carne para la elaboración de los platillos

---

<sup>58</sup> La introducción de las cadenas comerciales de supermercado en México inicia a partir de las primeras décadas del siglo XX, la primera de ellas fue Superama.

“en las albóndigas, pero me gustaba, siempre me ha gustado comprar de la parte del pescuezo de res [...] porque es más suave, no tiene tanto nervio la carne y es muy jugosa la parte del pescuezo [...] luego me dicen no, llévate ...no, no deme de pescuezo porque desde luego hasta les digo, es para mi abuelito y necesita esa parte[...] entonces de pescuezo, igual en los bisteces compro diezmillo [...] de revistas o me gusta leer de este... tengo mis libros de cocina y pues ahí como que vas, te enseñan a seleccionar que las carnes y todo eso ¿no?”p9 E1

En casa con sus hijos DA consume pescado, frutas, y muchas verduras, comenta darle de desayunar a sus hijos con flakes, pan tostado, cajeta, chocomilk, queso y crema. La introducción de éstos productos en la vida de DA nos habla de la incorporación de prácticas, sabores, olores y platillos que implican una modificación en las representaciones formadas generaciones atrás, y que van más de acuerdo a la ideología imperante en donde el cereal comercial, el uso del chocomilk y el pan conforman parte del desayuno llamado americano. Ello crea una ruptura en las prácticas y representaciones generadas anteriormente por su madre y abuela, así como una modificación en la educación del paladar gracias al acceso masivo y producción industrial de éste tipo de alimentos.

Es así como se van perfilando lo que se conoce como alimentos generacionales, dependiendo el momento histórico que se vive se van incorporando productos que marcan una época. En dicha educación del paladar, la mercadotecnia y la industria alimentaria explotan la asociación entre algún producto y las necesidades afectivas de los individuos, manipulando las emociones para la introducción y consumo de dichos productos. Empresas como Mac Donalds, Bimbo, Sabritas, Coca cola, toman como estandarte imágenes que impactan directamente en la población infantil, donde los medios de comunicación sirven de intermediarios para la generación de estereotipos y con ello ir generando una educación del paladar donde sus sabores y productos constituyan la base de su consumo, sin importar lo nocivo o tóxicos que éstos sean gestando daño corporal que más tarde se manifestara en enfermedades por el exceso en su consumo.

En el sector adulto, la asociación de productos como los refrescos acompañados por el alcohol y los productos light manejan el mismo principio de introducción y consumo, fomentando la exaltación del sentido del gusto así como la adicción a sabores y productos que se ligan a una representación de placer o de salud en el caso de los productos light dejando fuera la variación y consumo de productos no procesados en los alimentación diaria. Así las costumbres del extranjero se van haciendo propias en los estilos de vida y comida de la población mexicana así como los tipos de padecimientos que éstos generan.

DA menciona diariamente ponerles lunch a sus hijos, pero al ver que regresaban a casa con el sándwich o la fruta optó por darles dinero para que se compraran en la escuela lo que ahí se vende en la cooperativa.

“Pues les pongo un sándwich de pan integral, consumimos el jamón de pierna o pavo y pues lo que lleven, su fruta y su agua de este, manzana o lo que haya hecho [...] cuando definitivamente ya veo que están aburridos cada tres días es cuando le pongo el lunch porque luego agarro dos o tres días a la semana [...] regresan con el lunch luego, les digo ¿oigan pues que pasa? Ese día me di cuenta que para no aburrirlos, hoy te doy diez pesos y cómprate lo que quieras”p3 E1

Los productos que se venden en las escuelas en su mayoría son de origen industrializado, los refrescos, papas, dulces y galletas y sopas maruchan son el alimento diario de miles de niños, lo cual nos habla del desplazamiento de la fruta y otro tipo de alimentos que aunque en algunas escuelas se venden, su consumo es mucho menor.

Además de lo que sus hijos consumen en la escuela DA menciona que ellos a veces le piden hamburguesas o pollo Kentucky para comer y lo que DA hace es comprar todos los ingredientes y cocinarlas de forma casera en lugar de ir a los establecimientos donde las venden, esto con el fin de darle gusto a sus hijos pero sin exponerlo a los alimentos que se venden en las cadenas de comida rápida, pues el complacerlos es algo importante para DA.

“pero yo se las hago en casa, igual las hamburguesas, yo compro, mando a que me preparen en la carnicería todo y yo les hago las hamburguesas en la casa, nada mas

compramos sus derivados, eso si la catsup y la mayonesa no puede faltar eso, les encanta, igual ya las compro cortadas, porque la verdad es que no me pongo a cortarlas (risas) y órale a freírlas, pero no, casi no somos de Mc Donalds que esas cosas[...] hay, que se me antoja algo de kentuchy -¡ah!¿Quieres un pollo?, si, órale compro mis piezas y todo [...] es que imagínate cuanta grasa hijo y la misma grasa todo lo ponen a freír y ¡guáchatela! Luego ni lavan bien el pollo vete a saber si lo lavaron bien 13 E1

El complacer la palatabilidad de sus hijos con alimentos de su generación donde el sabor grasoso, dulce y picante constituye parte de la educación del paladar que se va conformando en la quinta generación la cual no habla de las posibles repercusiones en la salud que éstos tendrán gracias a la incorporación de éste tipo de productos en su alimentación.

Algunos padecimientos ya se están dejando ver en la familia de DA, donde las caries en sus hijos la obliga a prohibir el consumo de ellos, sin embargo la adicción al sabor dulce puede ser controlado en casa, más no en contexto como la escuela donde el acceso a éstos productos no es restringido.

DA y sus hijos dan cuenta que el efecto de algunos productos industrializados tiene en su salud como dolor de estómago o la agudización de la migraña que ella posee desde hace tiempo, cuestión por la cual el médico le ha prohibido el consumo de algunos alimentos como los chocolates o las fresas.

“[...] los dulces ya están prohibidos, por que andan mal ahorita de los dientes [...] igual son bien dulceros, porque si, les encantan los dulces, pero se los comen a escondidas [...] les hago agua de sabor, de fruta de temporada, casi no acostumbramos que comprar jugos o cosas así. Enlatados no, aparte por que igual a mi hijo pequeño y a mí, no podemos comer cosas enlatadas [...] nos hace daño, nos arde el estómago, nos ponemos mal, de hecho a mi me lo tiene prohibido, por lo mismo que tenía problemas de migraña, me tienen prohibido igual las fresa, los chocolates” E1 p 19

Padecimientos como obesidad, gastritis, colitis, migraña generados por el consumo excesivo de productos y la carencia de otros, nos habla de las representaciones que el modelo económico tienen de la vida y salud de los habitantes en donde dichos padecimientos generan una industria farmacéutica y alimentaria que hace de dichos padecimiento algo normal y redituable para los bolsillos de unos cuantos sin importar la vida de la población.

Los cambio en los patrones alimentarios que se han gestado a lo largo del siglo XX nos habla de un futuro no muy alentador en la vida y salud humana, en donde la memoria histórica de la cultura alimentaria mexicana, está en peligro de quedar en el olvido, pues la producción de maíz así como el fomento a la agricultura es cada vez menor, elevando los precios y haciendo cada vez más escaso el alimento entre los sectores pobres, lo cual los obliga al consumo de productos producidos en serie que pudieran ser más baratos, pero que en realidad su consumo no es el más adecuado para el mantenimiento de la salud y la propagación de la vida.

#### 4.2.7 ANÁLISIS GLOBAL

La educación del paladar que se difunde en el medio social actual a través de las diversas vías de comunicación y mercadotecnia, guían las formas de consumo alimenticio hacia la predilección de alimentos industrializados que intensifican el sentido del gusto y de la vista desplazando así el consumo de productos naturales. Además de ello el modelo económico donde el tiempo es privilegiado y es más fácil y rápido comer unas galletas con yogurt o un refresco que llenan más y no por ello nutren mejor, a diferencia de una ensalada, fruta o agua natural. Esto incrementa el desequilibrio en el cuerpo siendo éste un factor que contribuye al alza de las enfermedades de tipo crónico degenerativas. La sociedad industrial capitalista perfila estilos de vida competitivos y de consumo que entrelazados a una historia familiar y personal nutrida de enojos, frustraciones, tristeza y miedo al no poder alcanzar los estándares de vida que esta propicia va generando en el cuerpo de los individuos procesos de deterioro y enfermedad, así los estilos de vida actuales no están diseñados para preservar la vida, por el contrario esta pierde sentido para muchos generando una representación del hombre y de la naturaleza como algo desechable que puede ser remplazada en cualquier momento.

La educación del paladar al ser considerada como un proceso de construcción social donde la exaltación o consumo constante de un sabor así como la manifestación de una emoción desbordada o persistente que va generando un desequilibrio en los órganos al interior del cuerpo y que manifiesta en un proceso de enfermedad, da la posibilidad de ser modificada mediante el uso de otra lógica que van más allá de la sola información que se brinda en los spots televisivos o campañas de salud a través de pláticas, pretendiendo con ellas cambiar la alimentación de los individuos arraigada generaciones atrás y cuyas prácticas se encuentran íntimamente ligadas a emociones, una identidad familiar y la historia de un país. Al dar cuenta de ello se entiende que el problema es mucho más complejo, por lo que hay que auxiliarse de otros marcos de interpretación así como de miradas diferentes que puedan dar otro tipo de explicaciones.

A través de la vida de DL, DD, DB y DA se da cuenta de las prácticas y representaciones de la alimentación construidas en su familia, reflejando los procesos sociales y momento histórico que a cada una le toca vivir. Los contextos en los que cada una se va desarrollando se conjugan para dar forma al cambio o permanencia de hábitos y prácticas alimentarias adquiridas previamente, sin embargo en su vida familiar y personal se encuentran elementos que todas ellas comparten como son:

- Su crianza y desarrollo se da en un ámbito rural Sn Gregorio Xochimilco, donde la situación económica que se vive es de pobreza. Todas son participes de la actividad familiar durante su niñez, la siembra de verdura en las chinampas la cual continúa en la tercera generación con DB y su esposo. Se asumen con una identidad campesina el consumo de verduras así como de la triada chile, maíz y frijoles representa para ellas una alimentación propia de éste sector.
- La integración al campo laboral remunerado a una corta edad por parte de las dos primeras generaciones contribuyendo con ello al sustento familiar, permite la fluctuación entre el sector rural y urbano en las cuatro generaciones. DL y DD inician esta actividad realizando trabajo doméstico, en dicho espacio ambas aprenden otras técnicas en la preparación de los alimentos y degustan nuevos productos como lo es el chocolate en la primera generación y los postres como pasteles y galletas en la segunda. El cambio en las maneras de comer y preparar los alimentos de acuerdo a una clase social distinta a la que pertenecen se explicita en éste ámbito, donde lo estético y el comer fuera de casa es una práctica no realizada por ellas en su vida cotidiana.

Para DB Y DA la instrucción formal es posible retrasando un poco su ingreso al trabajo remunerado, la primera estudia enfermería e ingresa al sector salud en un hospital psiquiátrico, DA por su parte estudia para secretaria e ingresa a trabajar a la delegación Xochimilco.

- Ellas cumplen con una doble y hasta triple jornada ocupándose del cuidado del hogar, los hijos y realizando su trabajo como tal, DB y DA son criadas por sus abuelos debido al trabajo de tiempo completo que ejecutan DD y DB, ello contribuye al mantenimiento de prácticas alimentarias como el uso del tlecuil,

trastes de barro, molcajete, formas de hacer el mole, arroz y tamales platillos típicos de las fiestas así como el uso de remedios caseros para combatir ciertas enfermedades como el empacho o la fiebre.

- El concepto que se tiene de la tierra y de la naturaleza, está permeado por una visión católica donde los frutos que ésta brinda son dados gracias a dios sobre todo en las tres primeras generaciones. A esta visión se incluye una representación de respeto, donde la tierra es un elemento que brinda la vida y a la cual hay que retribuirle, tomando sólo lo que se requiere de ella para poder vivir. El trabajo familiar realizado en la chinampa, les permite guiarse por esta lógica donde se tiene un conocimiento de los ciclos de la naturaleza. DL, DD y DB conocen la tierra por el contacto constante, gracias a ello en la actualidad dan cuenta de los cambios que se presentan en los sabores, olores, calidad y contaminación de los alimentos.
- La sensibilidad de los sentidos es mucho más aguda en la tres primeras generaciones, durante gran parte de su vida asistían a sus sentidos y a la intuición de su cuerpo para guiarse. Al darse la tecnificación del espacio familiar así como la electrificación y urbanización de los espacios públicos, se apela menos a algunos sentidos y otros se exaltan recurriendo así a una vida artificial en donde el sentido del gusto y de la vista serán blanco de la mercadotecnia y publicidad. La generación de DA y de sus hijos se encuentran inmersos en esta lógica, sobre todo para la quinta generación la tecnologización se hace natural, así la vida se supedita la dependencia de la electricidad y de otros instrumentos como el televisor, la plancha, el refrigerador, la estufa entre otros les hace apelar cada vez menos a escuchar sus sentidos para guiarse, por el contrario se busca sobre estimularlos generando así una atrofia de los mismo; sin embargo el vinculo con el ámbito rural le permite a esta cuarta generación hacer una combinación de ambos saberes en el cual lo moderno y lo tradicional conviven y donde el segundo se vislumbra a desaparecer con sus hijos dado a que el uso de la tecnología se hace normal en ellos, denotando atraso y marginación para quien no hace uso de ella.
- La cooperación es una actitud que se desarrolla en el ámbito familiar y social, DL muestra esta actitud con sus vecinos, donde la comida es un medio que la fomenta,

el compartir y apoyar al otro es para ella una manera de vivir. En DD esta actitud se refleja sobre todo en el ámbito familiar con sus hijos y su mamá, la comida es el vínculo que manifiesta esta actitud, ella se turna con sus hermanas para preparar la comida de su mamá, las fiestas familiares son ocasiones en donde sus hijos y DD contribuyen en la elaboración de los alimentos. Para DB el cooperar con los otros significa trabajar para la comunidad, ahora que está jubilada se organiza con sus vecinos para gestionar ante la delegación algunas necesidades que se tienen como la instalación de un transformador de luz o el arreglo de una capilla.

- El cuidado de los nietos es otra forma de apoyo en el ámbito familiar, DL cuida de DB y de sus hermanos, a su vez DB cuida en ocasiones a los hijos de DA y DA fue criada por sus abuelos paternos, de ahí que algunas prácticas alimentarias se modifiquen un poco en cuanto a las formas de preparar los alimentos. Sin embargo se conserva una línea gestada por DL y que trasciende su generación, en donde el sabor picante y la emoción de enojo manifestada en un principio por fuerza se va tornando en frustración y reclamos hacia los otros en las generaciones siguientes.
- El cocinar es asumido por ellas como una actividad más que les corresponde en su rol de ama de casa y madre, en dicha actividad la emotividad así como la dedicación y la representación de dar al otro algo sabroso posiciona al alimento como una vía para demostrar afecto, enojo, tristeza o miedo sin necesidad de decir palabras, es un aprendizaje que se construye en base a la dinámica social, familiar e historia personal. Lo que se prepara se vuelve un acto de comunicación donde aquello que se siente y piensa en el momento se da a conocer a través de los platillos que se elaboran. A DD su mamá DL le enseñó desde pequeña que no importa que éste enojada o triste, ante los demás hay que mostrar buena cara y a los invitados brindarles algo de comer si se tiene la posibilidad de darlo. El señalamiento ante la expresión libre de las emociones hace que estas se repriman dando paso a las apariencias ante los otros, generando una vinculación distante con ellos y con el cuerpo mismo, dejando de escuchar las señales que éste manda en el afán de estar siempre bien aunque no sea así. Socialmente emociones como la tristeza y el miedo en la sociedad vigente no son bien aceptadas, la alegría y el

enojo por el contrario son promovidas como parte de los estilos de vida actuales, donde la felicidad es el ideal a alcanzar y el mostrar coraje y una actitud de competencia es reforzada en la gente para obtenerla, cabe mencionar que en el mundo actual de consumo dicha felicidad se basa principalmente en lo material.

- Para DB las fiestas son la manera de mantener el vínculo familiar, cada uno de sus hijos elabora platillos con los cuales manifiestan su unión y cariño hacia los otros miembros. Por su parte DA dice que ella fue hecha para el hogar no para trabajar, la cocina entonces se vuelve para ella una actividad donde es reconocida por sus hermanos, papas e hijos quienes le comentan que cocina muy rico, sin embargo las actividades que realiza no le dejan mucho tiempo para dedicarlo a la elaboración de la comida.
- La educación del paladar gestada en esta familia de cuatro generaciones, toma como base los aprendizajes y representaciones alimentarios construidos en la vida de DL. A lo largo de ella se encuentra una constante en el consumo del sabor picante, el cual de acuerdo a la teoría de los cinco elementos se vincula a la emoción de melancolía y a los órganos pulmón e intestino grueso, donde su consumo excesivo se vincula a su vez con el hígado y la emoción de la ira. Siguiendo la ruta de dicho sabor y emoción se hace una correlación entre su vida familiar, personal y social de donde se derivan el análisis de la relación existente entre el sabor-emoción- órgano- enfermedad que conforma una educación del paladar familiar adoptada por las siguientes generaciones de forma inconsciente mediante los aprendizajes adquiridos en ella donde el picante y el enojo es una constante familiar. El contexto en el que transcurre la vida de DL es un lugar rural con una situación económica de pobreza donde los alimentos que consume son los propios del sector campesino, maíz, frijol y chile, durante su niñez vive el periodo de la revolución mexicana. DL está llena de carencias materiales y afectivas, la pérdida de su madre así como el ser enviada a trabajar a una corta edad fomenta en ella un espíritu de lucha y de coraje para poder sobrevivir, por lo que el trabajo realizado en las chinampas le demanda un desgaste físico fuerte, el consumo de alimentos como el frijol, la tortilla, y el chile guisado de forma caldosa le proporcionan la energía

que demanda su actividad en la chinampa así como el trabajo doméstico con el que lo alterna. Su alimentación no es muy variada, conforme pasa el tiempo tiene la posibilidad de acceder a otros alimentos gracias al intercambio que hace su esposo de los productos cosechados por ellos en el mercado de Jamaica, tiempo después la crianza de animales domésticos diversifica la variedad en su alimentación, introduciendo el huevo, la leche, carne de conejos, gallinas y torito en su dieta.

La combinación de la historia social el contexto y circunstancias que le tocan vivir se conjugan para dar pie a su historia familiar y personal donde la predominancia de una emoción se relaciona directamente con la ingesta elevada de un sabor construyendo así una educación del paladar que se reflejará en su salud. En su alimentación el chile es un alimento constante al igual que la manteca y los frijoles, educando así su paladar a la frecuencia del sabor picante y grasoso por su fácil acceso, generando una representación de alimentos propios del contexto campesino donde se desenvuelven. DL es descrita por su hija DD como alguien fuerte de carácter quien solía pegarles cuando no estaba de acuerdo en lo que hacían, ello nos habla de una emoción de enojo que en ocasiones se desborda y que es constante en la vida de DL, haciendo pensar que en la dinámica familiar los hijos desarrollan miedo ante tales reacciones. La época y el contexto donde ambas se desenvuelven toman como base la educación rígida en donde la afectividad se demuestra mediante deberes, es decir, dar un techo donde vivir, que vestir y comer a los hijos es la manera de manifestar el afecto, las palabras así como el contacto físico de un abrazo o un beso son poco habituales.

Por su parte DD describe su vida como difícil, al igual que su mamá DL padeció carencias afectivas y emocionales, al quedar viuda su madre, DD al ser de las hijas mayores es enviada a vender maíz a Xochimilco. Ella expresa en su discurso el abandono afectivo sentido por parte de su mamá notando una diferencia entre los hijos del primer matrimonio y sus hermanos del segundo denotándolo en la repartición de algunos bienes como las chinampas.

Es en su segundo trabajo donde DD se siente querida y también donde conoce otro tipo de alimentos, al ser extranjera su patrona DD tiene la posibilidad de incorporar

a su dieta platillos diversos como pasteles, galletas, pavo relleno o rostizado y papas al horno. En éste espacio laboral comenta que el sabor dulce es constante, incorporándolo a su dieta años después, pues en el momento la situación económica de su hogar no le permite la elaboración y consumo de éstos platillos.

Debido a problemas económicos la preocupación de DD es constante, a ello se suma un sentimiento de enojo hacia sus hijos, pues no se siente apoyada del todo por ellos y aunque comprende que cada quien ha hecho su vida, el sentimiento de soledad genera en ella tristeza. Los padecimientos que DD ha generado en su vida son problemas de estómago e hipertensión, correlacionándose con los sabores que consume, el dulce y picante así como con las emociones que manifiesta, el constante consumo de manteca contribuye también al desarrollo de éste tipo de enfermedades. Durante su niñez y juventud la actividad realizada por DD contribuía a que el consumo constante de manteca fuera asimilado de mejor manera al realizar una actividad fuerte como lo es la siembra en las chinampas y el trabajo domestico desempeñado, pero en la actualidad esta ha disminuido por lo que el consumo de dicho producto aumenta las posibilidades de colesterol así como de otro tipo de complicaciones.

En DB las carencias materiales y afectivas son una constante, al ser educada por su abuela DL, los alimentos que ingiere en su casa son verduras, leche, huevos, manteca, frijoles, chile y manteca permaneciendo éstos alimentos como parte de la educación del paladar familiar e identidad social. DB tiene la oportunidad de asistir a la escuela y de cursar la carrera de enfermería, la cual no termina pues se casa a una edad temprana. El estudio así como la actividad familiar en la chinampa es alternada por DB, cabe mencionar que la posibilidad de estudio es poco habitual en el sector campesino, sin embargo la cercanía a Xochimilco así como el trabajo que desempeña DD su mamá en una clínica del sector salud le brinda otras posibilidades.

DB menciona que su carácter es fuerte y de lucha, al igual que DL y DD el desgaste físico en su cuerpo es notable debido a la actividad realizada en su niñez y juventud, por otro lado los sabores que permanecen al formar ella su familia se

encuentra una constante en la degustación del sabor picante, así como la incorporación del ácido. Los alimentos que no pueden faltar en su casa son la salsa así como el limón el cual es utilizado en casi todos los platillos. Las enfermedades que a su edad adulta DB va desarrollando son problemas de columna así como crecimiento de corazón, colesterol alto y obesidad, dichos problemas se asocian a la constante degustación de éstos sabores y de productos derivados de ello. A causa del colesterol la manteca ha sido sustituida por el aceite, aunque para ella éste al igual que la manteca actual genera la misma contaminación en el cuerpo debido a los procesos a los que son sometidos. Ella también nos habla de un proceso de deterioro en algunos órganos como son riñón asociado a problemas de columna que padece y a su vez afectando a corazón generando emociones como la falta de alegría, enojo y frustración al dar cuenta de las limitantes a las que se enfrenta en su vida cotidiana, sobre todo en su labor que realiza en la comunidad.

Por su parte la cuarta generación DA es educada durante su niñez por su abuelos paternos, los alimentos que incorpora a su dieta, son leche, huevos, mantequilla, azúcar, verduras, frijoles y manteca, dejando el uso de esta última conforme crece

A lo largo de su vida las carencias económicas no son tan precarias como las de las generaciones anteriores, la demostración de lo afectivo sigue siendo poco habitual. Al trabajar su mamá es delegada en ella la responsabilidad del cuidado de sus hermanos así como de la elaboración de la comida, aprendiendo de su abuela y tía la forma de guisar los alimentos, al preparar la comida DA se siente reconocida por sus padres y hermanos pues manifiestan que cocina muy rico.

Los sabores que permanecen en DA son el picante, así como el dulce, el primero ha sido dejado de lado por la migraña que padece, sin embargo dicho padecimiento se relaciona con problemas de estómago e intestino grueso así como con emociones de preocupación constante y tristeza y frustración. Ello se expresa en el discurso de DA al mencionar que está cansada del estilo de vida tan ajetreado donde el estar corriendo de aquí para allá le genera mucho estrés y la hace sentir cansada, además de frustrada pues le gustaría pasar más tiempo en su casa para convivir más tiempo

con sus hijos, la frustración y enojo lo denota al hablar de su relación de pareja donde se siente poco apoyada.

- La continuidad en la permanencia del sabor picante así como de productos como el chile, los frijoles y el maíz, productos que se consumen diariamente en su alimentación nos habla no sólo de las emociones manifiestas en su ambiente familiar si no de la repercusión que los sabores y emociones constantes tienen en su cuerpo así como en las enfermedades desarrolladas por ellas.
- La educación del paladar generada en esta familia de cuatro generaciones muestra no sólo la alimentación que ellas llevan, sino las prácticas y representaciones construidas como un proceso donde intervienen elementos sociales, culturales, familiares y personales, encontrando, rupturas y permanencias alimentarias generados en un periodo de cien años. Con ello se puede observar lo paulatino de la incorporación de los estilos de vida difundidos por un sistema económico y político donde el deterioro de lo humano y la naturaleza se ve plasmado en el cuerpo de los individuos, así mismo al ser considerada la educación del paladar como un proceso de construcción existe la posibilidad de ser modificado tomando como referencia al trabajo con el cuerpo, sus emociones y órganos de manera integral y no fragmentada como actualmente se hace. Es decir se hace necesario otra mirada de lo humano y con ello un cambio de actitud hacia la vida misma.
- El siguiente cuadro muestra de manera gráfica, la correlación existente entre cada una de las generaciones, la permanencia de sabores así como de emociones y enfermedades que cada una manifiesta, mostrando así una educación del paladar en donde la emoción y sabor que predomina en las cuatro generaciones son el enojo y el picante. De acuerdo a la Medicina Tradicional China y la medicina ayurvédica son varios los elementos que conforman la vida de los individuos y estos al estar en armonía hacen que el cuerpo funcione adecuadamente, la cooperación entre cada uno de ellos permite el desarrollo no solo del cuerpo de los sujetos si no del entorno mismo. Sin embargo al haber un desequilibrio donde la dominancia de factores internos (en este caso las emociones) o externos (los alimentos entre otros) se hace

presente la enfermedad la cual se ubicara en alguno de los órganos vitales del cuerpo permitiendo el deterioro del mismo.

Las emociones así como las enfermedades en cada una de estas generaciones nos muestran no solo su condición corporal y emocional aprendida en un núcleo familiar que se ha transmitido de generación en generación a través de prácticas y representaciones labradas en el entorno cultural y social, ello nos habla de un sistema educativo donde el conocimiento y la explicación del cuerpo se ha enfocado solo al aspecto racional y fisiológico dejando de lado las emociones, la intuición y la espiritualidad.

Gene- ración	Sabor constante	Permanencia en consumo de alimentos	Emoción predominante	Enfermedades que padece	Órgano con el que se relaciona
DL	Picante	Manteca, chile y frijoles	Enojo, tristeza.		Pulmones e Hígado.
DD	Picante y dulce	Manteca, chile y frijoles	Enojo, sentimiento de abandono, preocupación	Problemas de estómago e hipertensión.	Estómago y corazón
DB	Picante y acido	Chile, frijoles y limón	Enojo, frustración.	Columna, crecimiento de corazón y colesterol.	Hígado, estómago riñón y corazón.
DA	Picante y dulce	Chile, frijoles	Enojo, frustración y cansancio.	Migraña	Hígado

La sofisticación de los padecimientos en cada una de las generaciones así como la afectación en cada uno de los órganos nos habla de la historia familiar que se

comparte entre ellas y a su vez nos habla también de su historia personal así como de la subjetividad de cada una de ellas.

- El trabajo corporal planteado en la pedagogía de lo corporal así como los fundamentos de la medicina tradicional china y ayurvédica, permiten ver que la vida es un proceso de construcción en donde la opción de elección es posible para el desarrollo de los individuos en todos los sentidos no preponderando solo algún aspecto como actualmente se hace con la razón o con alguna parte del cuerpo como el cerebro, el conocimiento de los factores que intervienen en una educación del cuerpo incluyendo sabores, emociones formas de actuar, pensar y sentir da posibilidades de cambio así como la generación de otro tipo de representaciones y códigos los cuales se podrán transmitir a las generaciones siguientes con el fin de ponderar la vida dejando de la lado una visión fragmentada en donde lo determinado por estos elementos se hace normal y por ende se asume como la única opción.

### 4.3 CONSIDERACIONES FINALES

El cambio epidemiológico que se vive en nuestro país donde las enfermedades infectocontagiosas han ido en decremento y el ascenso de las enfermedades crónico degenerativas cobran cada vez más vidas, hacen necesaria la identificación de los factores que contribuyen en dicho cambio. La alimentación es uno de los elementos a considerar, más allá de la nutrición y la cantidad energética que cada alimento proporciona al cuerpo humano, existen otros factores de igual importancia que se mezclan en la alimentación diaria que contribuyen a la construcción de un proceso de salud o enfermedad. Con ello nos referimos a elementos de tipo subjetivo, personales y colectivos donde los primeros se construyen a partir de las representaciones y prácticas adquiridas de una subjetividad colectiva permeada con tintes ideológicos que dirigen la construcción de estilos de vida cada vez menos óptimos para la población en general. Dicha subjetividad colectiva se incorporara en el cuerpo de los sujetos a través de una educación informal existente en las prácticas alimentarias diarias así como de las representaciones generadas en la misma actividad.

Así todo ser humano constituye un documento vivo, reflejo de su historia personal y familiar que comparte con otros una cultura y procesos sociales que impactan diariamente en su alimentación así como en todos los ámbitos de su vida. Dicha subjetividad colectiva que guía formas de comer, sentir, amar, vivir y morir es un proceso de construcción social que se instaura en la población de manera paulatina de generación en generación hasta arraigarse en ella, de ahí la dificultad de modificar ciertos hábitos y prácticas alimentarios cargados de un simbolismo y arraigo que va más allá de lo inmediato. Sin embargo el dar cuenta que la alimentación así como la enfermedad y la salud son un proceso social construido da la posibilidad de modificarlo mediante el trabajo personal con el cuerpo y con otra mirada más allá de la instituida. En base a ello la presente investigación tuvo por objetivo dar cuenta que elementos de tipo social, cultural, familiar y personal influyen en el cambio o permanencia de las prácticas y representaciones de la alimentación en cuatro mujeres de una familia y como a través de ellos se conforma una educación del paladar en donde la permanencia de un sabor y una

emoción trascenderá de generación en generación posibilitando así el mantenimiento o deterioro de su salud.

Para ello la familia R.B parte fundamental de la investigación abrió las puertas de su casa y de su cocina para brindar la información aquí presentada, mediante el uso de la historia oral así como de la investigación participante y la entrevista semi- estructurada se obtuvo la información contenida en el presente trabajo. Cada una al relatar su vida, las formas de cocinar, los aprendizajes, las emociones y el simbolismo que ella conlleva, nos deja ver cómo es que en su saber culinario se presentan rupturas y continuidades en su alimentación a lo largo de diferentes periodos en su vida, donde se conjugan e incorporan nuevos elementos como herramientas, sabores, olores, productos e incluso representaciones de lo que se ha de comer. Con ello las prácticas y representaciones de su alimentación van conformando una educación del paladar que permanece en las siguientes generaciones a través de la persistencia de sabores y emociones reflejo de la dinámica familiar y personal que se vive así como del entorno social y cultural del cual son parte y que se comparte con los otros partícipes del mismo tiempo y espacio.

Lo social, la familia y el cuerpo sirven como guía para dar cuenta del proceso de construcción de una alimentación que fomenta cierto tipo de educación del paladar que se manifiesta a través de sus representaciones y prácticas diarias en sabores y emociones que predominan en la vida de cada una de ellas. La vida de cada una consta un documento importante en la reconstrucción de la historia familiar y personal así como social de 4 generaciones que comparten prácticas, aprendizajes, sabores y emociones como parte de una identidad familiar. Siguiendo una línea del tiempo todas ellas viven momentos cruciales en la historia de nuestro país, como lo es la revolución mexicana, el milagro mexicano, caracterizado por un auge en la economía e industria en México así como la urbanización y sobre - explotación de los medios naturales dando paso a la modificación de hábitos donde la vida social y familiar se va transformando por estilos de vida que se hacen cada vez mas artificiales en todos los ámbitos, incluyendo la elaboración y consumo de algo tan básico para la existencia como lo es la comida. Las diferentes crisis económicas vividas en nuestro país, estas impactan fuertemente en los sectores más pobres de la población, obligándolos a generar estrategias que les permitan continuar comiendo y

viviendo dejando graves secuelas en la nutrición y desarrollo corporal así como en el estado emocional de la gente.

Por otro lado las emociones al interior de la familia así como su trascendencia de generación en generación hace posible una educación del paladar que aunada a lo adquirido en lo social propicie en esta familia una convivencia entre lo rural y lo urbano dando paso a la sofisticación en el uso de productos alimenticios así como los instrumentos para su elaboración. La introducción paulatina de herramientas como la estufa de gas, la licuadora, el refrigerador o el microondas generan otro tipo de pensamiento y actitud, así el uso de éstos instrumentos se hace indispensable sobre todo para las generaciones más recientes. Cabe mencionar que dependiendo el número de generación asentada en el ámbito urbano será la convivencia entre ambos saberes, a mayor distancia entre las generaciones arraigadas con lo rural mayor pérdida de representaciones y prácticas que las vinculen con la tierra, pues se da como natural lo industrial asumiéndolo como parte del contexto donde se vive. Con ello se generan otro tipo de tensiones entre las generaciones, pues la convivencia de lo moderno y lo tradicional va gestando otras representaciones no sólo de lo que se llevara a la boca si no de la vida en general. Un tipo de vida lejos de un arraigo con la tierra donde la dependencia hacia lo tecnológico o lo industrializado se hace natural en la vida diaria desacredita y relega todo aquello que no sea parte de esta lógica.

Las enfermedades predominantes en esta cultura industrializada y de consumo son muestra clara de la dirección que fomenta esta ideología así como de la sofisticación de los padecimientos gestados en ella mostrando la perdida y vinculación de los individuos al interior de su cuerpo, es decir se apela más a lo externo que al propio sentir o las necesidades de éste.

Visualizando a los individuos como una máquina potencial en la generación de capital para unos cuantos, los alimentos se vuelven medicamentos, combustible o un gancho emocional de mejor o menor calidad, donde lo industrial es avalado y reconocido por el saber científico y de las instituciones, siendo la ciencia quien certifica la validez de ellos a través de los medios de comunicación generando así rupturas y modificaciones en las representaciones y prácticas alimentarias de los más jóvenes.

La investigación de la educación del paladar concebida como una enseñanza de tipo no formal y como un proceso social que es transmitido en el ámbito familiar de generación en generación mediante la construcción de prácticas y representaciones, donde el predominio de un sabor se asocia a la constancia de una emoción, repercutiendo así en la salud de los individuos es una vía poco explorada, dicha visión se encuentra en los trabajos de López Ramos acerca de la pedagogía de lo corporal y de Solís Flores con respecto a la obesidad, mostrando vías de investigación con respecto a la alimentación y la educación del paladar que se generan a partir de una mirada distinta a la instituida, donde los procesos de enfermedad y salud al ser contruidos dan la posibilidad de cambio desde la mirada del trabajo con el cuerpo, apelando a la no fragmentación del conocimiento así como a la vida misma.

Por otro lado disciplinas como la química, biología y medicina han dirigido la investigación alimentaria hacia sectores productivos y técnicos encaminada tan solo a la palatabilidad de los alimentos, buscando la satisfacción de los sentidos a través del placer de la degustación. Por su parte la nutrición donde las propiedades de los alimentos son vinculadas a las necesidades que el cuerpo requiere o a las deficiencias que éste presenta y como a través de una dieta adecuada pueden cubrirse tales requerimientos o por el contrario tratar de contrarrestar los daños generados por hábitos alimenticios poco saludables dejan clara la relación existente entre el alimento y la enfermedad, sin embargo la trascendencia de generación en generación suele vincularse a una predisposición genética dejando de lado otros elementos que hacen que a los individuos les sea difícil modificar sus hábitos aún cuando saben que ellos son nocivos a su salud.

Por su parte si bien en las ciencias sociales a través de la antropología e historia de la alimentación nos brindan elementos para concebir la alimentación como un proceso de construcción social donde en la cultura se entrelazan ritos, prácticas y representaciones, que se transmiten de generación en generación dejan de lado la vinculación existente entre la educación del paladar, la predominancia de un sabor y emoción que afecta a ciertos órganos del cuerpo y que con ello el inicio en el deterioro del organismo de los individuos y por tanto de su salud. En ello las relaciones al interior de la familia así como la

vinculación con los otros en el medio social también influirá en la construcción de dicha educación del paladar que se comparte, de acuerdo al Programa Nacional de Salud 2007-2012 las principales causas de muerte entre la población joven- adulta cuya edad oscila entre los 15 a 64 años, son la diabetes, enfermedades crónicas del hígado, enfermedades isquémicas del corazón, accidentes y lesiones así como ciertos tumores malignos (mama, cuello del útero, pulmón y estómago). Estas enfermedades comparten algunos factores de riesgo, destacando el sobre peso y la obesidad, que afecta al 70% de la población de 20 años o más, el colesterol elevado, la hipertensión arterial y el tabaquismo. Los cambios producidos en el patrón de daños a la salud se debe al desarrollo de riesgos del entorno que incluyen los estilos de vida poco saludables destacando la mala nutrición (alto consumo de calorías y grasas de origen animal así como el consumo de sustancias adictivas que han dado origen al surgimiento de riesgos emergentes como el sobrepeso y la obesidad entre otros. (Programa Nacional de salud 2007-2012). Lo anterior nos hace vincular desde la lógica que hemos venido manejando, esta educación del paladar que se ha ido construyendo y que se comparte con los pobladores de nuestro país, la explicación del alto índice en el consumo del sabor picante y dulce como predominante en una población que añade el sabor ácido y salado como complementos, puede referirnos a lo que sucede a nivel emocional en un pueblo que resentido y maltratado por la instauración de estilos de vida llenos de pobreza y de saqueo de algunos cuantos se vincula a las enfermedades predominantes actualmente, es decir, sabores como el picante y dulce se vinculan a órganos como el pulmón y estómago respectivamente, al haber una predilección y necesidad de consumo de ellos el cuerpo nos está diciendo que dichos órganos se encuentran alterados, es decir que están trabajando de más o de menos y cuando esto sucede esta alteración no solo afectara a los órganos vinculados con dicho sabor, el daño se verá reflejado en todo el cuerpo. La manera en cómo se vinculan los órganos del cuerpo con una emoción y con un sabor son parte de una lógica donde el hombre tanto al interior como al exterior de su cuerpo genera redes de cooperación que tratan de equilibrar el sistema, donde la intuición y el conocimiento del cuerpo así como del medio que nos rodea posibilita el equilibrio y por tanto un mantenimiento óptimo de la vida. Sin embargo los estilos de vida generados en una sociedad que se enfoca al consumo y que poco se preocupa por la vida en general se

dan los casos extremos o se vive totalmente al interior del cuerpo en el sentido de estar en simismado sin que haya una vinculación más allá de lo material con los otros donde emociones como la ira, tristeza y miedo predominan y hacen del sujeto presa de sí mismo, dando pocas opciones de cooperación y de vinculación real con los otros acabándose en la soledad de su propias vidas y satisfaciendo sus necesidades en el consumo que los hace sentir vivos y donde los estímulos o las sensaciones tienen que ser cada vez más intensas para poder vivirse y sentirse parte del mundo y de la vida. O por el contrario se vive siempre al exterior, satisfaciendo los deseos y necesidades de los demás, dejando en los otros la responsabilidad de su vida y donde la felicidad solo se traduce en deseos que al no verse concretados se vuelven enojo y frustración posibilitando de igual forma pocas alternativas para la preservación de la vida.

Son muchas las miradas existentes en torno al alimento y su vínculo con la salud, cada una de ellas desde su postura aporta diferentes elementos para la comprensión y manejo de algo vital en la existencia de todo ser vivo, si no se come, ella se extingue, de ahí la importancia en la detección de una educación donde se asocia la permanencia de un sabor con una emoción y a su vez como dicha perdurabilidad se encarna en el cuerpo de las siguientes generaciones refinando así la construcción de los padecimientos, ello nos habla de las posibilidades de cambiarla, en donde el trabajo con el cuerpo es una opción viable para preservar la vida. En una vida óptima y no de parches o remedial como la que se concibe en la actualidad, la educación del paladar es un elemento que nos acerca a una lógica de trabajo con el cuerpo que posibilita la modificación de estados emocionales que se relacionan con un sabor y que afectan a un órgano específico y por ende nos obliga a recurrir a la intuición y necesidad corporal para elegir que debemos y no comer, sin necesidad de engancharnos en las necesidades e intereses de los otros.

Como se menciono anteriormente la educación del paladar desde esta lógica es un campo poco explorado por lo que caben algunas preguntas y posibles líneas de investigación todas ellas derivadas de los estilos actuales que fomenta la sociedad y cultura de la cual somos parte en donde la familia cada vez más cede su lugar a las estancias infantiles y guarderías siendo estas los primeros lugares en donde se educa el paladar de los niños y donde las

emociones de soledad y abandono en los mismos se manifiestan a través de trastornos cada vez más refinados. La escuela es otro de los lugares a investigar sobre todo a nivel básico donde la vinculación de los padecimientos pueda cruzarse con la educación del paladar y dar cuenta del impacto que este ejerce en la salud de los niños y poder brindar otro tipo de opciones.

Por último preguntas derivadas de la investigación quedan abiertas como el seguimiento en la ruta de la enfermedad por parte de cada una de las generaciones y el ubicar como es que cada una va refinando sus padecimientos. De igual forma valdría la pena continuar la línea generacional en donde el lapso de cambio en los procesos sociales es aproximadamente de 100 años, buscando así él como la memoria alimentaria y sensorial se va perdiendo más allá de éstos tiempos.

## BIBLIOGRAFÍA

- Adler Larissa, Pérez Marisol “Raíces y Razones: una familia de la elite mexicana, parentesco, clase y cultura (1820-1980)” Alianza editorial, México 1993.
- Alarcón, Donato. Bourges. Héctor compiladores “La alimentación de los Mexicanos” Colegio Nacional, México 2002
- Altarejos. Francisco “Identidad y convivencia familiar” en Bernal Aurora “La familia como ámbito educativo” Instituto de Ciencias para la Familia. Ediciones Rialp. Madrid 2005.
- Álvarez-Gayuó. JL. “ Como hacer investigación cualitativa: fundamentos y metodología” Paidós Educador, México, 2003.
- Arendt Hanna “La condición humana” edit. Paidós, Barcelona 1993.
- Armelagos, George “Cultura y contacto, el choque de dos cocinas mundiales” en Long Janet “Comida y Conquista: consecuencias del encuentro de dos mundos” UNAM, 1996.
- Azevedo Fernando “Sociología de la educación” Fondo de Cultura Económica, México, 1942
- .
- Balech Enrique “Geocidio: La destrucción del planeta” Edit. De la Flor, Buenos Aires 1978.
- Barea J. Cabrillo F. “Dimensiones económicas y sociales de la familia” Programa de economía familiar, Fundación Argentina. Madrid 2000.
- Bauer. J. Arnold “Somos lo que compramos: historial de la cultura material en América Latina” Taurus, México 2001.
- Beinfield Harriet y Korngold Efrem. “Entre el cielo y la tierra: los cinco elementos en la medicina tradicional china” Ediciones la liebre de Marzo, Barcelona, 1999.
- Bernache P. Gerardo “La política de las tortillas: crisis económicas y alimentación en el D.F (1980-1987) Tesis Doctoral en Antropología, Colegio de graduados, The University of Arizona, 1994.

- Bertrán Vilá Miriam “Cambio alimentario e identidad de los indígenas mexicanos” UNAM 2005.
- Bueno, Carmen “Preparación y venta de comida fuera del hogar: un estudio cualitativo de la ciudad de México” Centro de Estudios Sociológicos. Colegio de México, México 1988.
- Camacho C. Mario “Hacia una teoría del espacio: reflexiones fenomenológicas sobre el ambiente” Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, México 2002.
- Campos Leticia “La electricidad en la ciudad de México y área conurbada” Editorial Siglo XXI, México 2005.
- Castro Hernández Mariana S. “Construcción del niño: una pedagogía de lo corporal” Tesis de Maestría en Pedagogía. UNAM Fes Aragón, 2009
- Cavalli. L.L. “La evolución de la cultura: propuestas concretas para futuros estudios” edit Anagrama, Barcelona 2007.
- Cicchelli. P. Catherine, Cicchelli. Vincenzo “ Las teorías sociológicas de la familia” Ediciones Nueva Visión Argentina 1999
- Coe, Sophie “ Las primeras cocinas de América” Fondo de Cultura Económica, México 1994,
- Contreras Jesús “Alimentación y cultura; necesidades, gustos y costumbres” Edit. Alfa Omega Grupo Editor. México, 2002
- Corcuera , Sonia “Entre gula y templanza” UNAM, México 1981
- Cosío.V. Daniel “Historia Moderna de México: la república restaurada” edit Hermes, México 1995.
- Del Muro S. José Gpe. R. “Don Taco y Mister Hamburger: el simbolismo identitario del taco en la alimentación de los mexicanos” Tesis Lic. en Sociología UNAM, 2004.
- Doise, William Alain “Representaciones sociales y análisis de datos” Inst. Mora México 1992.

- Domingo, Xavier “De la olla al mole” Ediciones cultura hispánica, Madrid, 1984
- Durán A, Norma D. “La artritis: Una enseñanza corporal” Ediciones CEAPAC. México 2008.
- \_\_\_\_\_ “Cuerpo Intuición y Razón” CEAPAC, México, 2004.
- Durkheim Émile “Educación y sociología” ediciones Coyoacán, México 2003.
- Ezquivel, R., Martínez. S, Martínez, J.L. “Nutrición y salud” Manual Moderno 2006
- Fernández S. Myriam, Hernández P. Ana “las representaciones sociales: una forma de investigar la realidad educativa” en Revista Pedagógica y Saberes, Universidad pedagógica Nacional, Facultad de educación. Núm. 23 Bogotá Colombia segundo semestre, 2005.
- Fischler, Claude. “El omnívoro: el gusto por la cocina y el cuerpo” Edit. Anagrama, Barcelona 1995
- García H. Víctor “Tratado de educación personalizada: iniciativas sociales en educación informal” Ediciones Rialp. Madrid. 1991.
- Gautier. Armando “La alimentación y los regímenes en el hombre y en los enfermos” Librería Editorial de Balle-Baillere e hijos, Madrid 1905.
- Giddens Anthony “Modernidad e identidad del yo: el yo y la sociedad en la época contemporánea” península, Barcelona 1997.
- \_\_\_\_\_ “Historia de la vida cotidiana en México V. Siglo XX: campo y ciudad Vol. 1” Fondo de Cultura Económica y Colegio de México, México 2006.
- \_\_\_\_\_ “Introducción a la historia de la vida cotidiana” Colegio de México, México 2006.
- Gonzalbo, A. Pilar “Historia de la vida cotidiana en México III en el siglo XVIII” Fondo de Cultura Económica y Colegio de México, México 2005.

- Goody Jack “Alimentación industrial: hacia una cocina mundial” en Contreras Jesús “Alimentación y Cultura: Necesidades, gustos y costumbres” Edit. Alfa Omega, Barcelona 2002.
- \_\_\_\_\_ “Cocina, cuisine y clase: estudio comparativo” Editorial Gedisa, Barcelona 1995.
- Gracia, A. M. “La transformación de la cultura alimentaria: cambios y permanencias en un contexto urbano” editado por el Ministerio de Educación y Cultura. Barcelona, 1996.
- Gruzinski, Serge “El pensamiento mestizo: cultura amerindia y civilización del renacimiento” editorial Paidós, Barcelona, 2007.
- Harris Marvin en “Bueno para comer”, Antropología Alianza Editorial, Madrid, 1989.
- Ibáñez Francisco. Barcina. Yolanda “Análisis sensorial de alimento: métodos y aplicaciones” Ediciones Springer. Barcelona 2001.
- Ibáñez, Tomás. Ideologías de la vida cotidiana. Psicología de las representaciones sociales. Barcelona, 1994.
- Imizcoz. José Ma. “Casa familia y sociedad: país Vasco, España y América siglo XV y XIX” Servicio editorial Universitario del país Vasco. España 2004.
- Jodelet, Denise. La representación social: fenómenos, concepto y teoría. En: Moscovici, Serge (comp.). Psicología Social II. Pensamiento y vida social. Psicología social y problemas sociales. Barcelona, Ediciones Paidós, 1986.
- Johari Harish “Masaje ayurvédico: la técnica tradicional hindú para el equilibrio mente-cuerpo” edit. Edaf. Madrid España. 1997.
- Juárez José L. “La lenta emergencia de la comida mexicana: ambigüedades criollas 1750-1800” edit. Miguel Ángel Porrúa, México, 2005.
- Lau, J. Ana “Usos y costumbres de las mujeres en el siglo XIX”. Tesis para obtener grado de Maestría en Historia de México, Facultad de Filosofía y Letras UNAM. 1998.

- Quintana José “Pedagogía familiar” Narcea Ediciones, Madrid 2003
- Lawrence. Denise “Condiciones materiales de la vida familiar” en David I. Kertzer y Mario Barbagli (compilador) “Historia de la familia Europea Vol.III: La vida familiar en el siglo XX” Paidós. Barcelona 2004.
- León G. María del Carmen “La distinción alimentaria de Toluca: el delicioso valle de Toluca y los tiempos de escasez, 1750-1800” Miguel Ángel Porrúa, México.2002.
- Lipovetsky. Gilles “La mujer y la actividad profesional” en Barea, J. Cabrillo, F “Dimensiones económicas y sociales de la familia” Programa de Economía Familiar, Fundación Argentaria. Madrid 2000.
- Llana, Leopoldo “Antropología y alimentación: La reproducción simbólica de la alimentación y la cultura” en Alimentación y cultura: actas del congreso internacional, Museo Nacional de Antropología, España, 1998.
- López Juan “Cultura y alimentación” Cuadernos de nutrición Vol.26. Núm. 2 Marzo-Abril, 2003.
- López R. Sergio “Lo corporal y lo psicossomático. Aproximaciones y reflexiones I, CEAPAC, Plaza y Valdés, 2002.
- \_\_\_\_\_ “Prensa cuerpo y salud en el siglo XIX mexicano (1840-1900)” Edit. Miguel Ángel Porrúa, México 2000.
- \_\_\_\_\_ (coordinador) “Diabetes Mellitus: entre la ciencia y la vida cotidiana” Ediciones CEAPAC. México 2008.
- \_\_\_\_\_ “Lo corporal y lo psicossomático. Aproximaciones y reflexiones II, Zendová, 2002.
- \_\_\_\_\_ “Zen y cuerpo humano” CEAPAC, Verdehalago, México 2000.
- Lowenberg. E. Miriam “Los alimentos y el hombre” edit Limusa, México, 1979.
- Matute Álvaro, “La Revolución Mexicana: actores, escenarios y acciones: Vida cultural y política 1901-1929”, Instituto de Estudios Históricas de la Revolución Mexicana. Edit. Océano. México 1993.

- Mejía Eduardo “Sabores, aromas, miradas, sonidos y texturas de la ciudad de México” Océano, México, 2001
- Melich Joan” Del extraño al cómplice: la educación de la vida cotidiana” Edit Anthropos Promat Barcelona, 1994.
- Méndez Cecilia, Gonzales María “Industria y alimentación, de la publicidad referencial a los alimentos funcionales” en Méndez Cecilia y Gómez Cristóbal “Alimentación consumo y salud” Colección estudios sociales Núm. 24. Fundación La Caxia, Barcelona 2008.
- Mendoza S. Angélica “Educación no formal para padres y el consumo de productos alimenticios” Tesina Lic. en Pedagogía Facultad de Filosofía y Letras UNAM, México 2006.
- Menéndez, Patterson. Ma.de los Ángeles “Avances científicos en nutrición y alimentación” en Méndez Cecilia y Gómez Cristóbal “Alimentación consumo y salud” Colección de estudios sociales núm. 24, Fundación La Caxia, Barcelona. 2008. Edición electrónica disponible en Internet: [www.laCaixa.es/ObraSocial](http://www.laCaixa.es/ObraSocial)
- Mijares Ivonne “Mestizaje Alimentario: el abasto en la ciudad de México en el siglo XVI” Facultad de Filosofía y Letras, UNAM. México, 1993.
- Moreno Rosa “Pues uno es muy curioso de las novedades: la incorporación de nuevas mercancías en la vida cotidiana. El caso de el Grullo Jalisco 1940-1980” Tesis de Maestría en antropología social CIESAS, Guadalajara Jalisco México 2007.
- Moreno. Rafael “Reflexiones sobre la cultura mexicana” seminario de cultura mexicana, México, 1998.
- Novo Salvador. “Cocina Mexicana o Historia astronómica de la ciudad de México” Edit. Porrúa, 1967.
- Nussbaum Martha “Las mujeres y el Derechos Humanos” Edit. Herder, Barcelona 2002.
- Pain Abraham “Educación Informal: El potencial Educativo de las situaciones cotidianas” Editorial Nueva visión. Bueno Aires. 1992.

- Pilcher, Jeffrey M. “Vivan los tamales: la comida y la construcción de la identidad mexicana” Ediciones de la reina roja, México, 2001.
- Programa Nacional de Alimentación 1983-1988. Poder Ejecutivo Federal.
- Quintana José Ma. “Pedagogía Familiar” Narcea Ediciones. Madrid 2003.
- Raiter, Alejandro “Representaciones sociales” EUDEBA, Universidad de Buenos Aires Argentina, 2002.
- Ramos G.R. Alimentación en niños y adolescentes. México Manual Moderno, 1985
- Reyes O. Sergio “El programa Nacional de Alimentación” en Reyna T. “Seminarios sobre la alimentación en México” Instituto de Geografía UNAM, México, 1984.
- Reyna T. Teresa “Seminarios sobre la alimentación en México” Instituto de Geografía, UNAM, México 1984.
- Ricard Robert “La conquista espiritual de México” Fondo de Cultura Económica, México, 1986.
- Ritchie, Jean. “Estudiemus la nutrición” Organización Unida para la Agricultura, Roma, 1968
- Ritzer George “La Modernización de la sociedad: un análisis de la racionalización en la vida cotidiana” Edit. Ariel S.A Barcelona 1999.
- Romero O. Roberta “Los efectos en el individuo tras la modificación de la vivienda en los años 1970-1990” Tesis de Lic. UNAM FES Iztacala, 2003
- Salles Vania, Tuiran Rodolfo “Las familias contemporáneas, un estudio desde la cultura” en Valenzuela José M. “Procesos culturales de fin de milenio” Centro Cultural Tijuana. CONACULTA, México 1998.
- Singly Francois. Cicchelli Vincenzo “Familias contemporáneas: reproducción social y realización personal” en David I. Kertzer y Mario Barbagli (compilador) “Historia de la familia Europea Vol.III: La vida familiar en el siglo XX” Paidós. Barcelona 2004
- Sitton Thad, Mehaffy George “Historia oral: una guía para profesores y otras personas Fondo de Cultura Económica, México 1989.

- Solís. Arcelia “Obesidad: construcción social de un cuerpo” ediciones CEAPAC, México 2007.
- Sosa, L. Consuelo. “El concepto de madre en el discurso medico de México (1870-1933)” tesis de doctorado ENHA, México D.F, 2005.
- Tarres, María Luisa. Coordinadora “Observar escuchar y comprender sobre la tradición cualitativa en la investigación social” Editorial Miguel Ángel Porrúa, México 2001.
- Torres L. Teresa “Sangre y azúcar: representaciones sobre la diabetes de los enfermos crónicos en un barrio de Guadalajara México” Universidad de Guadalajara. México 2004.
- Valle Berroal Ma. De la Luz “La alimentación en la comunidad Xochimilca: análisis antropológico” Tesis Lic. en Antropología ENHA. 1998.
- Vargas L. Alberto “El encuentro de dos cocinas, México en el siglo XVI” en Long Janet “Conquista y comida: consecuencias del encuentro de dos mundos” UNAM. México, 1996.
- Vargas L. Alberto “La alimentación de los criollos y mestizos en el México Colonial” en Alarcón. Donato “La alimentación de los Mexicanos” El Colegio Nacional. México, 2002.
- Warnier, “La mundialización de la cultura” Edit. Gedisa, Barcelona, 2002.
- Weiss. Robert G. “Por la verdad del osito bimbo: consumo y modernización en el México contemporáneo” Tesis de Maestría UNAM Facultad de Filosofía y letras. México 2001.
- Zaretsky, Eli “Familia y vida personal en la sociedad capitalista” Edit. Anagrama, Barcelona, 1976.
- Zhang Jun y Zheng Jin “Fundamentos de Acupuntura y Moxibustión de China” Ediciones en Lenguas Extranjeras. Beijín China, 1984.

## Páginas WEB

- Ángeles Cruz Martínez “Deterioro en la dieta de los mexicanos es proporcional al alza de la tortilla” en <http://www.jornada.unam.mx/2007/01/20/index.php?section=politica&article=011n1polsábado 20 de enero de 2007> → Política
- FIGUEROA CARDENAS, Juan de Dios, ACERO GODINEZ, María G, VASCO MENDEZ, Nora L *et al.* Fortificación y evaluación de tortillas de nixtamal. *ALAN*. [online]. set. 2001, vol.51, no.3 [citado 08 Septiembre 2009], p.293-302. Disponible en la World Wide Web: <[http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0004-06222001000300013&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222001000300013&lng=es&nrm=iso)>. ISSN 0004-0622.
- Gómez, Giselle, Gómez Josué “El empacho, mal de ojo, susto, quebrada de anginas, plantas medicinales frías y calientes, y la limpia en el pueblo de Ahuatepec” Revista electrónica Tlahui-Medic. No. 18, II/2004. <http://www.tlahui.com/medic/medic18/empacho1.htm>
- <http://www.jornada.unam.mx/2007/01/20/index.php?section=sociedad&article=031n2soc>.
- <http://www.radiogrupo.com.mx/historia/historiapt3.htm>
- <http://www.xochimilco.df.gob.mx/delegacion/index.html>