



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**  
POSGRADO EN ANTROPOLOGÍA  
FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS  
INSTITUTO DE INVESTIGACIONES  
ANTROPOLÓGICAS

**LA “ALIMENTACIÓN CORRECTA” Y LA  
“ALIMENTACIÓN PARA AGUANTAR” ¿DIÁLOGO,  
MONÓLOGO Y/O HEGEMONÍA?**

TESIS

QUE PARA OPTAR POR EL GRADO DE:  
MAESTRA EN ANTROPOLOGÍA

PRESENTA  
MARÍA DEL CARMEN SUÁREZ SOLANA

TUTORA PRINCIPAL  
DRA. ROSA MARÍA RAMOS RODRÍGUEZ  
INSTITUTO DE INVESTIGACIONES  
ANTROPOLÓGICAS

MÉXICO, D.F.

ENERO 2016



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**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.

*Dedicada a don Pedro, doña Esperanza, Antonia, Juana, doña Josefa, Ana, Gabriel, Erika, Auxi, Luisa, Asunción, don Antonio, doña Rofi y Giovanna, por todo lo que hemos compartido y aprendido juntos en Tixapan y Cuetzalan.*

## **Agradecimientos**

A la UNAM por abrirme las puertas y a la Coordinación de Estudios de Posgrado por haber financiado mis estudios de maestría durante los periodos 2014-1 a 2015-2.

Al Instituto de Investigaciones Antropológicas y al Posgrado en Antropología, especialmente a Fer, Luz, Hilda y Elizabeth, porque sin su trabajo, apoyo y persistencia la culminación de este trabajo no hubiera sido posible.

A la Dra. Ramos y al Dr. Vargas porque desde el primer momento en el que me acerqué a la UNAM y al IIA han estado presentes, acompañándome con toda la disposición de apoyarme y fomentando experiencias para mi crecimiento personal y académico.

A Sabine porque a través de su ejemplo aprendí y sigo aprendiendo el compromiso social, la ética, la autenticidad, la disciplina y más valores personales que son importantes para la vida académica.

A Noe por haberme recibido en la Universidad de Concepción, experiencia en la que me re-encontré con mi objeto de estudio y volví a apasionarme por la tesis y la vida académica.

A Sarah por su gran disposición y apoyo, especialmente por la amistad que estamos construyendo y que espero con el tiempo se fortalezca.

A César por su compromiso con los alumnos en general, y en particular por el apoyo y tiempo dedicado a mi trabajo. También por los aportes técnicos y sobretodo prácticos.

A Pao, Lili, Melanie, Elizabeth, Nori, Jeanny y todos y todas las de la generación 2014-1 de la maestría en Antropología, por lo compartido durante las clases.

A Mauri por ser y por el amor y la vida que compartimos.

A la familia, mis papás Sergio y Mercedes por el amor, el apoyo incondicional y por siempre estar. Mis hermanos(as) Mer, Omar, Sergio, Blanca, Arturo y Cris por la complicidad, el amor y el apoyo incondicional. Mis sobrinos(as) Emilio, Antonio, Mer, Ana Isabel, Cristina y Arturo, a quienes siempre pienso en la distancia y alegran mis días.

A Lucy e Ilich por el amor, la amistad y el apoyo incondicional. También a Lupe, Teresa, María, Regis y Jesús por el cariño y el apoyo, especialmente en estos últimos dos años.

A mis familias extensas Dani, Eli, Agustín, Juji, Gaviota, Vicky, Tamara y Caio en el D.F. Clara y Sol en Bariloche, Graciela, Katia y Anyela en Conce, por el cariño, la contención, el apoyo y el calor de hogar.

# Índice

Introducción.....	8
Capítulo 1. De la leche a los frijoles con <i>xocoyolli</i> : un recorrido por los significados de la "alimentación correcta" en México.....	17
Forjando la nación (1930 a 1980).....	21
Las intervenciones para mejorar la alimentación de los trabajadores (1930 a 1943).....	22
Las intervenciones para mejorar la alimentación de los pobres y las primeras políticas sociales de alimentación y su integración en el PND.....	26
El progreso de la nación (1980 al 2000).....	35
La nación soberana y moderna (2000 a la actualidad).....	42
Capítulo 2. Los frijoles con <i>xocoyolli</i> : la construcción del concepto "alimentación para aguantar".....	56
La comunidad de Tixapan y su sistema alimentario.....	59
Significando la "alimentación para aguantar".....	76
Capítulo 3. "Alimentación para aguantar" y "dieta correcta": encuentros y desencuentros.....	85
El consenso y el conflicto entre las ideologías alimentarias.....	87
La alimentación ¿Para aguantar o para permanecer?.....	107
Conclusiones.....	116
Consideraciones finales.....	122
Referencias.....	124
Anexos.....	131

## Siglas y acrónimos

BUAP. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.

CBR. Canasta Básica Recomendable.

CDI. Comisión para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas.

CEPAL. Comisión Económica para América Latina y el Caribe.

CONAFE. Consejo Nacional de Fomento Educativo.

CONAL. Comisión Nacional de Alimentación.

CONASUPO. Compañía Nacional de Subsistencias Populares.

COPLAMAR. Coordinación General del Plan Nacional de Zonas Deprimidas y Grupos Marginados.

DICONSA. Tiendas de Abasto Comunitario DICONSA.

DIF. Desarrollo Integral de la Familia.

DOF. Diario Oficial de la Federación.

ENSANUT. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición.

EZLN. Ejército Zapatista de Liberación Nacional.

FAO. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura.

FNPP. Planeación y Políticas de Alimentación y Nutrición.

IMSS. Instituto Mexicano de Seguro Social.

INI. Instituto Nacional Indigenista.

ISSSTE. Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado.

LICONSA. Abasto Social de Leche LICONSA.

MIT. Massachusetts Institute of Technology.

OMS. Organización Mundial de la Salud.

ONG. Organizaciones Civiles No Gubernamentales.

OPORTUNIDADES. Programa de Desarrollo Humano OPORTUNIDADES.

OPS. Organización Panamericana de la Salud.

PAL. Programa de Apoyo Alimentario.

PANF. Programa de Alimentación y Nutrición Familiar.

PESA. Programa Especial para la Seguridad Alimentaria.

PIA/PNAN. Proyecto Interagencial de Promoción de Políticas Nacionales de Alimentación y Nutrición.

PNA. Programa Nacional de Alimentación.

PND. Plan Nacional de Desarrollo.

PREVENIMSS. Programas Integrados de Salud PREVENIMSS.

PROGRESA. Programa de Educación, Salud y Alimentación.

PRONASOL. Programa Nacional de Solidaridad.

PROSPERA. Programa de Inclusión Social PROSPERA.

SAM. Sistema Alimentario Mexicano.

SEDESOL. Secretaría de Desarrollo Social.

SEP. Secretaría de Educación Pública.

TLC. Tratado de Libre Comercio.

TORTIBONOS. Programa de subsidio a la tortilla TORTIBONOS.

TORTIVALES. Programa de subsidio a la tortilla TORTIVALES.

UNESCO. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura.

UNICEF. Fondo de Naciones Unidas para la Infancia.

UNU. Universidad de Naciones Unidas.

US AID. Agencia Internacional para el Desarrollo de los Estados Unidos de América.

## Introducción

*"Sin embargo, es en el nivel local donde más resalta la discordancia entre las necesidades de las instituciones y las de la gente. Dicha discordancia es a menudo percibida por los trabajadores del desarrollo como un conflicto personal angustiante, y se resuelve de diversas maneras (que van desde prestar oídos sordos hasta..." (Escobar, 1998: 215).*

La presente investigación surge de algunas de las conclusiones a las que mi colega Sandra Giovanna Ortega Rivero y yo llegamos después de desarrollar el programa de orientación alimentaria *Construyendo mi alimentación*. El cual formó parte del Proyecto Integrador para el Desarrollo Comunitario *Nochtin Palehuia*, diseñado en el 2011, en el que participaron diferentes asociaciones civiles y fue financiado por la Fundación Produce Puebla, con la intención de contribuir al desarrollo de la soberanía alimentaria de la comunidad de Tixapan en Cuetzalan del Progreso, Puebla mediante el diseño, ejecución y evaluación de cuatro programas:

1. *Huevo de rancho*, responsabilidad de la Fundación Produce Puebla.
2. *Producción de huertos comunitarios*, la Fundación Produce Puebla estaba encargada de su ejecución.
3. *Sistemas de recolección de agua y construcción de biodigestores*, responsabilidad de Vibra por México A.C.
4. *Programa de orientación alimentaria Construyendo mi alimentación*, ejecutado por Educación Comunitaria en Alimentación y Nutrición Educomalli A.C.

Por diversas situaciones políticas, económicas, administrativas y de logística no fue posible llevar a cabo los primeros tres programas del proyecto.

El programa de orientación alimentaria *Construyendo mi alimentación* se realizó de octubre de 2011 a diciembre de 2012, con el propósito de brindar las herramientas para mejorar la alimentación desde la perspectiva de las personas y con los recursos disponibles en la comunidad de Tixapan en Cuetzalan del Progreso, Puebla. Los fines específicos fueron:

- Construir una guía de orientación alimentaria que agrupara los alimentos con base a las prácticas y conocimientos comunitarios, y que utilizara un elemento de la comunidad para su representación gráfica.
- Diseñar y preparar menús que cumplieran con las características y recomendaciones de la guía.
- Conservar alimentos perecederos de la región mediante esterilización, conserva con sal (salmuera) y con azúcar (mermelada).

Las personas a las que se dirigió el programa fueron mujeres, niños y niñas pertenecientes a la comunidad de Tixapan y como resultado de las actividades de enseñanza – aprendizaje se obtuvieron cuatro productos:

1. Una guía de orientación alimentaria propia de la comunidad denominada *El Globo de la Alimentación*, la cual como cualquier aspecto de la cultura es una guía viva, flexible y dinámica; por lo que se puede modificar y adaptar a través del tiempo y a diferentes grupos de edad, sexo y enfermedades, con la finalidad de mejorar la alimentación, nutrición y salud.

2. Álbum comunitario de las actividades realizadas durante el proyecto.

3. Recetario de todos los platillos elaborados durante los talleres de cocina y la feria de la alimentación.

4. Manual de conservación de alimentos, que es un instructivo para conservar los alimentos perecederos de la región mediante las técnicas de esterilización, conserva con sal (salmuera) y con azúcar (mermelada).

En el momento de diseñar el programa Giovanna y yo consultamos diversos autores<sup>1</sup> que han criticado los aspectos técnicos de las intervenciones en Nutrición Comunitaria, entre las críticas, una en la que todos coincidieron fue que generalmente se desconoce el contexto cultural de la población, ésta la intentamos reivindicar con la propuesta de construir participativamente *El Globo de la Alimentación* y las actividades que le derivaron; no obstante, entre las conclusiones del proyecto consideramos que para la construcción de la guía de alimentación comunitaria:

Es importante no sólo considerar cómo agrupan los alimentos en la comunidad, sino también conocer los significados, el patrón y los hábitos de alimentación; es decir, cuándo consumen los alimentos, por qué y con qué frecuencia.

Para que las recomendaciones de una buena alimentación sean contextualizadas, es importante que la base para establecerlas sea mediante una definición conjunta sobre lo que es comer correctamente; de este modo hay una apropiación y acuerdo común sobre el concepto y el significado.

El sistema alimentario de una comunidad y los factores determinantes para agrupar los alimentos son bastante complejos para plasmarlos en su totalidad; las nutriólogas agrupan en función del contenido nutrimental (químico-biológico-objetivo) mientras la comunidad agrupa en función de la preparación y el consumo de los alimentos (social-cultural-económico-ecológico-subjetivo) esto representa una dificultad para concertar ambos puntos de vista<sup>2</sup>.

El que nuestras conclusiones confirmaran la crítica que con toda intención intentamos reivindicar despertó mi interés para saber: ¿Cómo concebían la alimentación en la comunidad? ¿Qué significaba la "dieta correcta" para ellos? ¿O

---

<sup>1</sup> Andrien y Beghin (2001), Contreras y Arnaiz (2005), Arroyo (2006), Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (sin fecha) y Pale y Buen Abad (2012).

<sup>2</sup> Educación Comunitaria en Alimentación y Nutrición Educomalli A.C. (2012). *Cocina tradicional, nutrición no convencional*. En: Presentación final de resultados del proyecto de nutrición "Construyendo mi alimentación".

tenían su propio concepto? ¿Qué pensaban de nuestra intervención y del *Globo de la alimentación*? A lo largo del programa, en la convivencia cotidiana con las personas de Tixapan, me fui dando cuenta que tenían otra forma de concebir el mundo (de la que nosotros no teníamos idea) y que las ciencias sociales en general y la Antropología en particular proporcionan herramientas que permiten interpretar y entender esas otras formas de ser y de estar.

La Antropología concibe a la alimentación como un *proceso biocultural*<sup>3</sup> en el que cada cultura define lo que se debe comer, en qué momento y lugar, cómo se debe preparar, con quién se consume, con qué y por qué. En países como México en el que personas de diferentes grupos culturales requieren convivir e interactuar es necesario el diálogo entre las distintas formas de pensamiento, esto implica el reconocimiento y respeto de los componentes -entre ellos la alimentación- de cada grupo cultural.

El problema está en que el diálogo es generalmente en condiciones de desigualdad y está intensamente matizado por el poder, en el caso particular de los programas de orientación alimentaria, la desigualdad se manifiesta en que el grupo médico-occidental-mexicano se coloca en una posición superior, porque fundamenta sus intervenciones en la ciencia y enseña la verdad que considera absoluta y aplicable a los todos grupos culturales que piensa inferiores; sin reconocer que todas "...las culturas ofrecen interpretaciones igualmente válidas de la realidad" (Carrasco Henríquez, 2004: 103). Esta posición de superioridad se manifiesta claramente en la justificación de la Norma Oficial Mexicana 043, que regula todas las actividades de orientación alimentaria, cuando menciona que

---

<sup>3</sup> El concepto de *proceso biocultural* según la definición de Vargas Guadarrama (2013) es el "...conjunto de funciones fisiológicas básicas humanas, muchas compartidas con otros animales, que son modificadas profundamente por las sociedades y su cultura" (p. 63).

aunado a la pobreza, el bajo poder adquisitivo, el encarecimiento de los alimentos y la producción de alimentos para exportación existe “falta de educación en materia de nutrición” y un “contexto sociocultural” que impide el acceso a una “dieta correcta” (Secretaría de Salud, 2013).

De tal modo que la pregunta que intenté responder a lo largo de esta investigación fue ¿Cuál es la relación entre el significado de “dieta correcta” del grupo médico-occidental-mexicano y el del concepto de “alimentación correcta” del grupo de personas nahuas de la comunidad de Tixapan?

El propósito general fue analizar la relación entre el significado de “dieta correcta” del grupo médico-occidental-mexicano y el del concepto de “alimentación correcta” del grupo de personas nahuas de la comunidad de Tixapan.

Los propósitos específicos fueron los siguientes:

Explicar las principales características del contexto social, político y económico en el que se han diseñado –como campo discursivo- las diversas políticas sociales de alimentación en México y su relación con el significado que cada una ha dado al concepto de “alimentación correcta”.

Seleccionar y significar el dispositivo discursivo que conceptualiza la “alimentación correcta” del grupo de personas nahuas de la comunidad de Tixapan.

Analizar la relación que existe entre la ideología que subyace tras el discurso y las *costumbres alimentarias*<sup>4</sup> que implican la “dieta correcta” y el concepto de “alimentación correcta” del grupo de personas nahuas de la comunidad de Tixapan.

---

<sup>4</sup> Las *costumbres* son los hábitos alimentarios generalizados de una comunidad. Éstos se refieren “...al conjunto de conductas adquiridas por un individuo, por la repetición de actos en cuanto a la selección, la preparación y el consumo de alimentos. Los hábitos alimentarios se relacionan principalmente con las características sociales, económicas y culturales de una población o región determinada” (Secretaría de Salud, 2013: 5).

La relevancia de esta investigación fue que estudió la alimentación humana como una expresión *biocultural*, que requiere ser abordada en sus múltiples expresiones desde una perspectiva interdisciplinaria, en este caso entre la Antropología y la Nutriología, de tal modo que produjo insumos en los que se complementaron ambas disciplinas. El concepto de “dieta correcta” fundamenta la mayor parte de las intervenciones no sólo de la Nutrición Comunitaria y Orientación Alimentaria, sino que también las de Nutrición Clínica, Servicio de Alimentos, Ciencia de Alimentos, entre otros; y si bien las intenciones de los nutriólogos al intervenir en cualquier ámbito son legítimas, es decir, en verdad pretenden mejorar el estado de nutrición y salud de la población, utilizan este concepto de una manera deliberada; tanto que es indispensable reflexionar y cuestionar sus fundamentos conceptuales y epistemológicos y las implicaciones de su aplicación en la vida, la cultura y las relaciones socioculturales con los “otros”. Para esto la Antropología puede proporcionar suficientes herramientas de análisis, puesto que a esta ciencia le es relevante analizar un concepto tan fundamental que es indiscriminadamente aplicado, ya sea con la finalidad de conocer un aspecto sociocultural de la realidad en un contexto particular de la historia o con la intención de aplicarlo críticamente en búsqueda de la transformación social y la autonomía. En este caso es con vista a construir relaciones sociales más equitativas con los grupos indígenas mexicanos en general y en particular con las personas nahuas de la comunidad de Tixapan.

La tesis la desarrollé en tres capítulos, en el primero llamado *De la leche a los frijoles con xocoyolli: un recorrido por los significados de la “alimentación correcta” en México*, atendí al primer propósito de esta investigación, el marco conceptual que utilicé para explicar la historia de las políticas sociales de alimentación en México fue la etnografía de las instituciones propuesta por Arturo

Escobar (1998); con la finalidad de facilitar la explicación dividí la historia en tres etapas según sus características:

La primera etapa la denominé *forjando la nación*, abarcó de las décadas de 1930 a 1980 y se caracterizó porque todavía no se aplicaban políticas sociales de alimentación, por lo que describí el contexto en el que se establecieron los primeros programas hasta que éstos surgieron como parte del Plan Nacional de Desarrollo (PND). A su vez esta etapa la dividí en dos periodos, en el primero Pedro Escudero propuso el concepto de "dieta normal" para mejorar la alimentación de los trabajadores, abarca los años de 1930 a 1943; en el segundo la "dieta normal" era para mejorar la alimentación de los pobres y surgieron las primeras políticas sociales de alimentación y se integraron en el PND, abarca los años de 1943 a 1980.

A la siguiente etapa la llamé *el progreso de la nación*, comprendió los años de 1980 a 2000, se caracterizó por la reforma de Estado y la apertura neoliberal. Las políticas sociales de alimentación de esta etapa focalizaron en las comunidades a los individuos con mayor grado de vulnerabilidad por ser pobres, mujeres embarazadas o lactantes, niñas y niños desnutridos e indígenas.

Finalmente la tercera etapa es del año 2000 a la actualidad y la nombré *la nación soberana y moderna*, las políticas sociales de alimentación en estos años se caracterizan por reconocer oficialmente la multiculturalidad y el sobrepeso, la obesidad y las enfermedades crónico degenerativas asociadas como un problema de salud pública; también por fomentar la participación ciudadana y el desarrollo local. Asimismo porque la Secretaría de Salud propuso el concepto de "dieta correcta", esquematizado en la guía de orientación alimentaria mexicana llamada *El Plato del Bien Comer* y regulado en la Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2, la

cual se elaboró en el 2005 y se actualizó en el 2012, con la finalidad de mejorar la alimentación de los individuos vulnerables que padecen malnutrición.

El segundo propósito de esta tesis lo desarrollé en el capítulo denominado *Los frijoles con xocoyolli: la construcción del concepto "alimentación para aguantar"*, el cual está compuesto por dos apartados. En el primero llamado *La comunidad de Tixapan y su sistema alimentario* describí los resultados de mi primer acercamiento antropológico a la comunidad, esto es, la historia, el contexto natural, social y cultural y los procesos, conceptos, discursos y costumbres relacionados al *sistema alimentario*<sup>5</sup>. Las técnicas que utilicé en todo el trabajo de campo fueron la observación participante y las entrevistas abiertas y el registro de la información fue en diario de campo y grabadora de voz.

Al segundo apartado lo nombré *Significando la "alimentación para aguantar"*, puesto que en el marco de la etnografía interpretativa de Geertz (1989) orientada al análisis del discurso de Smart (2012), es en el que analicé los discursos<sup>6</sup> para seleccionar y significar el dispositivo discursivo que conceptualiza la "alimentación correcta" del grupo de personas nahuas de la comunidad de Tixapan, el cual como el nombre de este subtítulo indica es "alimentación para aguantar", pues el término "para aguantar" y su variedad de formas, modalidades y conjugaciones fue el que utilizaron con mayor frecuencia las personas que participaron en la investigación.

---

<sup>5</sup> El *sistema alimentario* se refiere a los procesos complejos a través de los cuales las personas de una cultura obtienen de la naturaleza sus bebidas y alimentos, los almacenan, los distribuyen, los preparan y los consumen; así como las respectivas técnicas, ingredientes, utensilios y tecnologías implicadas (Vargas Guadarrama y De Garine, 2006).

<sup>6</sup> El discurso, visto desde la lingüística como el lenguaje en uso, es una manifestación cultural y multimodal en la que se representan la(s) práctica(s) sociales como forma de conocimiento; es decir, como instrumento para construir socialmente la realidad. Su propósito es modelar actitudes, formas de pensar, sentir y actuar; mediante la transmisión de significados y proposición de comportamientos (Wodak, 2003).

En el tercer capítulo, *La "alimentación para aguantar" y su relación con la "dieta correcta"*, abordé el último propósito de esta tesis tomando como referencia el planteamiento de Van Dijk (2005), quien propone que la ideología es la base de las prácticas y el discurso es una práctica social y cultural. Este capítulo lo dividí en dos apartados, en el primero nombrado *El consenso y el conflicto entre las ideologías alimentarias*, clasifiqué los discursos y las costumbres alimentarias<sup>7</sup> en cinco categorías empíricas: ahorro – que se manifiesta en la abundancia y previsión- practicidad, inocuidad, salud y corporeidad, para analizar la relación que existe entre las ideologías que subyacen tras el significado de ambos conceptos (el de "dieta correcta" publicado en la Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2005 debido a que fue el que se "enseñó" en las actividades de orientación alimentaria del programa *Construyendo mi alimentación*).

En el segundo apartado denominado *La alimentación ¿Para aguantar o para permanecer?* Aludiendo a la teoría de control cultural en el estudio de procesos étnicos de Guillermo Bonfil (1987), analicé en el discurso y en las costumbres alimentarias las manifestaciones de resistencia, apropiación e innovación que las personas nahuas de Tixapan utilizan estratégicamente en el día a día para permanecer.

---

<sup>7</sup> En palabras coloquiales Contreras y Arnaiz (2006) consideran que *"del dicho al hecho, hay un trecho"* con esta frase inician el artículo en el que mencionan los problemas a los que se enfrentaron cuando preguntaban a la población española sobre los alimentos que consumía. Ellos distinguen entre las *prácticas reales u objetivadas* y las *prácticas declaradas o interiorizadas* y resaltan la importancia de analizar ambas.

## Capítulo 1. De la leche a los frijoles con *xocoyolli*: un recorrido por los significados de la “alimentación correcta” en México

*“Existe otro nivel de reflexión acerca de la productividad social y cultural de estrategias de desarrollo que se basa en la dinámica del discurso y el poder dentro de la historia y la cultura de la modernidad” (Escobar, 1998: 274).*

La alimentación se reconoce como un proceso *biocultural*, esto quiere decir que la cultura y la sociedad modifican funciones fisiológicas básicas del hombre (Vargas Guadarrama, 2013), lo que implica, entre otras cosas, que cada cultura tenga su propia concepción sobre lo que es una “alimentación correcta” y aun individualmente este concepto cambia a través del tiempo. En general define lo que se debe comer, en qué momento y lugar, cómo se debe preparar, con quién se consume, con qué y por qué.

En años recientes el proceso biocultural de la alimentación se ha modificado por otro proceso denominado *medicalización del comportamiento alimentario*<sup>8</sup>, el cual consiste en que la selección y el consumo de alimentos son cada vez más frecuentes por razones de índole nutrimental y cada vez menos frecuentes por razones pragmáticas, simbólicas, socioculturales, políticas, económicas, entre otras (Arnaiz, 2007). Esto se debe al establecimiento de estándares globales, fundamentados científicamente, que definen qué y cuánto comer y prescriben diversas recomendaciones sobre cómo, cuándo y con quién hacerlo. Según Mabel Arnaiz (2007) la finalidad de la normalización dietética no es sólo “...regular los

---

<sup>8</sup> Este proceso no sólo se observa en el ámbito de la alimentación, como bien lo desarrolla Illich (1975) es un proceso de medicalización de la vida.

cuidados del cuerpo y la salud, sino proveer, a su vez, un cierto orden social y ético” (p. 236).

Si bien la medicalización de la alimentación sigue un orden global fundamentado en el concepto de *riesgo*<sup>9</sup> de las sociedades modernas, en cada país, según su(s) contexto(s) particular(es), se ha concretado de diversas maneras a lo largo de su historia. Esta diversidad de formas ha dependido de las relaciones establecidas entre los gobiernos, las organizaciones internacionales, las corporaciones y los grupos socioculturales.

Para Escobar (1998) este orden entre lo global y lo local lleva implícitas relaciones de poder, en el caso particular de los programas de orientación alimentaria, la desigualdad se manifiesta en que el grupo médico-occidental-mexicano se coloca en una posición superior, fundamentando sus intervenciones en la ciencia y se siente con la autoridad de enseñar su “verdad” a los otros grupos culturales, a quienes coloca en un lugar inferior; sin reconocer que todas “...las culturas ofrecen interpretaciones igualmente válidas de la realidad” (Carrasco Henríquez, 2004: 103). La justificación de la Norma Oficial Mexicana 043, que regula todas las actividades de orientación alimentaria, manifiesta estas relaciones de poder cuando menciona que existe “falta de educación en materia de nutrición” y un “contexto sociocultural” que impide el acceso a una “dieta correcta” (Secretaría de Salud, 2013).

Al respecto Arturo Escobar menciona desde 1992 que

...la formulación de políticas tiene que tomarse como una práctica que involucra teorías específicas, tipos de conocimiento, habilidades administrativas y procesos de burocratización, que son todos profundamente políticos. La

---

<sup>9</sup> “...el “riesgo” es un concepto que aparece en las sociedades modernas cuando, en concordancia con el desarrollo del cálculo estadístico, se cree que ante la amenaza de un daño –físico o psíquico– algo puede y debe hacerse para evitarlo” (Arnaiz, 2007: 239).

deconstrucción de la planeación nos lleva a concluir que sólo mediante la problematización de estas prácticas ocultas; es decir, poniendo de manifiesto la arbitrariedad de las políticas reales, de los hábitos profesionales y de la interpretación de los datos, y mediante la proposición de posibles lecturas y resultados alternativos, puede hacerse explícito el juego de poder en el despliegue aparentemente neutral del desarrollo (Escobar, 1998: 237).

Este autor propone la etnografía de las instituciones porque permite evidenciar cómo las instituciones y las burocracias han participado en la construcción, producción y reproducción de la realidad, también porque relativiza las “verdades” de las instituciones involucradas pues “...son, en sí mismas, el producto de una cultura determinada” (Escobar, 1998: 218) y examina sus prácticas, a través del análisis de las situaciones locales, las cuales no percibe como estudios de caso sino como puntos de entrada para analizar las fuerzas institucionales y discursivas y su relación con aspectos socioeconómicos más amplios. Finalmente este autor sugiere su entrelazamiento con el *análisis del discurso*<sup>10</sup> para comprender adecuadamente la forma en que opera la hegemonía del desarrollo.

De tal modo que en el marco de la etnografía de las instituciones el propósito de este capítulo es explicar las principales características del contexto social, político y económico en el que se han diseñado –como campo discursivo- las diversas políticas sociales de alimentación en México y su relación con el significado que cada una ha dado al concepto de “alimentación correcta”.

Desde un punto de vista histórico Torres Salcido y Del Roble Pensado (2002) mencionan que las políticas sociales de alimentación “...se han encontrado en el vértice de la acción pública a lo largo de la evolución del Estado en México y en América Latina. No obstante, esa preocupación por la alimentación ha dependido

---

<sup>10</sup> La perspectiva crítica del análisis del discurso que abordo en esta tesis es la propuesta por Van Dijk (1999), debido a que permite realizar una investigación analítica interdisciplinar en la que se revele la manera en que el abuso de poder social, el dominio y la desigualdad son practicados, reproducidos y combatidos por los gobiernos a través de los discursos de las políticas y programas sociales de alimentación.

de las etapas históricas del Estado...” (p. 229), de tal manera que, para facilitar esta explicación dividí la historia de las políticas sociales de alimentación en México en tres etapas según sus características.

La primera etapa la llamé *forjando la nación* y abarcó desde los primeros intentos por desarrollar programas en 1930 hasta 1980, antes de la reforma de Estado, cuando se establecieron las políticas sociales de alimentación como parte del Plan Nacional de Desarrollo (PND). Las intervenciones de alimentación en estos años se caracterizaron por haber sido universalistas y por haber priorizado el consumo de proteínas de origen animal, el concepto que conceptualizó la “alimentación correcta” durante esta etapa fue el de “dieta normal”, el cual fue desarrollado por Pedro Escudero y sus acciones estaban encaminadas a mejorar la alimentación de los trabajadores en el primer periodo de esta etapa (de 1930 a 1943), y en el segundo (de 1943 a 1980) a disminuir la desnutrición y las enfermedades asociadas a la carencia de alimentos que padecían los *pobres*.

La segunda etapa fue en las décadas de 1980 a 2000 y la denominé *el progreso de la nación*, las principales características de las políticas sociales de alimentación en estos años fueron la focalización de los programas y la priorización del consumo de nutrimentos inorgánicos (vitaminas y minerales), con la finalidad de “elevar el nivel nutricional y de vida” de la población vulnerable, que eran los más pobres, los indígenas, las mujeres embarazadas y lactantes y los niños y niñas desnutridos.

Finalmente en la tercera etapa describí las políticas sociales de alimentación del año 2000 a la actualidad, la nombré *la nación soberana y moderna* y se caracteriza por el fomento de la participación ciudadana y el desarrollo local, también por el surgimiento del concepto de “dieta correcta”, cuyas

recomendaciones se esquematizan en el *Plato del Bien Comer* y su promoción se regula a través de la Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2 elaborada en el 2005 y modificada en el 2012, con la intención de normalizar todas las actividades de orientación alimentaria. Asimismo en este periodo se reconoció la multiculturalidad, el sobrepeso, la obesidad y las enfermedades cardiovasculares y crónicas como un problema de salud pública, el derecho a la alimentación en la Constitución Mexicana y la cocina mexicana como patrimonio inmaterial de la humanidad en la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO).

### **Forjando la nación (1930 a 1980)**

Durante esta etapa todavía no se desarrollaban políticas sociales de alimentación, por lo tanto, describí el contexto en el que éstas surgen como parte del Plan Nacional de Desarrollo (PND); para facilitar la explicación la dividí en dos periodos que significaron de la misma manera la "alimentación correcta" y cuya ideología subyacente al discurso era la misma, no obstante, cada uno tiene particularidades que vale la pena analizar de manera separada.

El primer periodo fue antes de 1943 y se caracterizó por el interés en la alimentación de los trabajadores, esto se debió según el planteamiento de Pohl-Valero (2014) a que en esta época se concebía al cuerpo humano como una máquina térmica. Esta concepción priorizaba la dimensión energética y planteaba que a través de la alimentación se lograría, por un lado, la optimización productiva y por el otro lado, se engendraría aquella raza cósmica de la que habló José

Vasconcelos (1925)<sup>11</sup>; esta condición racial (productiva y mestiza) se heredaría de generación en generación y así se iría modernizando la nación.

El segundo periodo fue a partir de la Conferencia de Hot Spring (1943) y se caracterizó por la introducción del concepto de desarrollo, y por lo tanto, de su par de oposición el subdesarrollo o tercer mundo. En este periodo la alimentación era (y sigue siendo) un indicador del grado de desarrollo de un país, por lo que, se comenzaron a planear las primeras políticas sociales de alimentación como parte del PND, con la intención de mejorar la alimentación de los *pobres*.

#### *Las intervenciones para mejorar la alimentación de los trabajadores (1930 a 1943)*

La década iniciada en 1920 se caracterizó porque los profesionales, científicos y técnicos dedicados al estudio de la alimentación, la salud y los nutrimentos descubrieron las sustancias indispensables para la vida, aquellas cuya deficiencia causa enfermedades con una clara sintomatología. En México las principales intervenciones para mejorar la alimentación en esta década fueron los desayunos escolares, el apoyo a consumidores en zonas urbanas, la reforma agraria y los subsidios a la producción agropecuaria.

Barquera, *et al.* (2001) consideran que hacia mediados de la década de 1920 el Estado Mexicano definió la industrialización y fortalecimiento del campo como la estrategia nacional para el desarrollo, por lo que se realizaron diversas reformas agrarias que tuvieron un impacto poco significativo e insuficiente en el desarrollo de las zonas rurales de extrema pobreza. Este fue uno de los aspectos que

---

<sup>11</sup> El título de esta etapa alude a la obra de Manuel Gamio (1960) *Forjando patria*, en la que habló sobre la raza mestiza como emblema nacional.

contribuyó a generar dificultades entre los grupos locales de poder y el Estado, el cual para evitar confrontaciones y mantener su legitimidad optó, entre diversas acciones, por subsidiar la producción agrícola y ganadera.

Bengoa (2014) menciona que durante esta época Pedro Escudero, en Argentina, realizó diversos estudios sobre la dieta racional, los requerimientos de energía y nutrimentos, las enfermedades crónico degenerativas, la desnutrición y las deficiencias de vitaminas. También estableció los indicadores para la vigilancia nutricional, con la intención de recomendar a los trabajadores una alimentación abundante pero bien equilibrada, que cubriera con sus requerimientos tanto de micro como de macronutrimentos, la cual se conceptualizó como la “dieta normal”. Mientras tanto, en México durante el sexenio del presidente Lázaro Cárdenas (1934 a 1940) caracterizado por el régimen de sustitución de importaciones, entre las acciones de la intervención alimentaria se llevó a cabo la reforma agraria y otras actividades enfocadas a mejorar la educación y la salud. Posteriormente en 1942 se puso en funcionamiento el Programa de yodación de sal para disminuir las tasas de bocio endémico.

En 1936 se realizó la Conferencia Americana del Trabajo en Chile, donde se acordó inscribir el tema de la alimentación de los trabajadores en la Conferencia Internacional del Trabajo y se fijaron los siguientes aspectos como base para una futura política encaminada a mejorar las condiciones de alimentación (Bengoa, 2014):

a) Calcular el costo medio de una ración calórica que cumpla con las características de una alimentación mínima necesaria.

b) Determinar el porcentaje de salario mínimo vital que el costo de la ración del inciso “a” implica (aprox. 50% del salario).

c) Fijar los precios máximos para los alimentos de primera necesidad de los trabajadores.

d) Establecer restaurantes populares con precios módicos que ofrezcan una alimentación suficiente y bajo fiscalización de la autoridad sanitaria.

e) Establecer un grupo que asesore al país respecto a la construcción de la política alimentaria, que investigue sobre este tema y oriente en campañas educativas.

e) Orientar la política económica de los Estados para atender las necesidades biológicas básicas de la población y para subordinar las actividades de producción, transporte, almacenamiento y distribución de alimentos de primera necesidad a nivel nacional e internacional.

f) Adoptar la legislación sanitaria internacional.

En 1939 se realizó la tercera Conferencia Internacional de Alimentación en Buenos Aires, en la cual Pedro Escudero estableció las cuatro leyes de la alimentación que servirían como referente para realizar los diagnósticos y las evaluaciones dietéticas: cantidad (que se refiere al requerimiento y balance energético), calidad (requerimiento alto de proteínas), armonía (entre todos los nutrimentos) y adecuación a los otros tres principios (Bengoa, 2014). La conclusión de esta reunión fue que la mayoría de los trabajadores de América Latina no alcanzaban lo mínimo que debían consumir "...para conservar la vida y permitir un rendimiento normal de trabajo humano" (Bengoa, 2014: 17).

Autores como Pío Martínez (2013) interpretan la conclusión anterior como una manifestación ideológica de poder porque para garantizar el progreso nacional era necesario que los trabajadores fueran más productivos y para ello era

indispensable solucionar el insuficiente consumo de carne. También menciona que en ningún momento se facilitó que las clases bajas consumieran dicho alimento, si bien las clases gobernantes en concordancia con los nutriólogos o los médicos descalificaban su dieta, no crearon las condiciones necesarias para que ésta mejorara; más bien propusieron la leche de vaca como fuente de proteína animal para los pobres.

Otra de las conclusiones de la conferencia fue reconocer la ausencia de encuestas de alimentación en muchos países; y por lo tanto, la necesidad de las mismas, de modo que para conocer el estado de nutrición de la población y su relación con la vivienda y el salario, era necesario que cada país formara una Comisión Nacional de Alimentación.

En México según los trabajos de Barquera, *et al.* (2001) y Ávila Curiel, *et al.* (2011), la alimentación de los trabajadores se consideró un problema de salud pública desde 1935, año en el que se creó la Oficina de Higiene de la Alimentación y que en 1936 se constituyó como la Comisión Nacional de Alimentación, con el propósito de estudiar la alimentación de los mexicanos en todos sus aspectos. La desnutrición como problema de salud pública se concibió hasta 1957. En 1958 se llevó a cabo la primera encuesta de nutrición y en 1962 se realizó el primer estudio sobre los patrones alimentarios de la población mexicana; a partir de los resultados de ese estudio se destacó que el maíz es la base de la alimentación indígena y que en general había un escaso consumo de proteínas de origen animal -de acuerdo a los referentes establecidos por Escudero- y se confirmó el diagnóstico de la situación latinoamericana que se expuso en la conferencia de 1939.

Hasta este momento el interés de las intervenciones de alimentación era mejorar la alimentación de los trabajadores y futuros trabajadores -mujeres

embarazadas y lactando, niños y niñas-, de modo que mejorara su rendimiento laboral como factor indispensable para el incipiente desarrollo industrial de México.

*Las intervenciones para mejorar la alimentación de los pobres y las primeras políticas sociales de alimentación y su integración en el PND*

La Conferencia de Hot Spring se llevó a cabo en 1943, durante la Segunda Guerra Mundial, según Bengoa (2014) en esa conferencia se discutieron las modalidades de la dieta en el adulto y las proporciones de los distintos grupos de alimentos que debía consumir. También se estableció la relación íntima que existe entre las enfermedades y la alimentación deficiente y entre ésta y la mortalidad infantil, y se destacó la dependencia entre consumidor y productor y por tanto la necesidad de un organismo que tratara en conjunto los problemas de nutrición (consumidor) y de agricultura (productor). Es así como se justificó el surgimiento de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) en 1945.

El surgimiento de la FAO también justifica la necesidad de expandir la actividad económica mundial; es decir, Bengoa (2014) menciona que en la Conferencia se reconoció que "el hombre no podrá librarse de la escasez sin una expansión equilibrada de la actividad económica mundial" (p. 20). Esto significa que no sólo había que aumentar la producción de alimentos, sino que también era necesario que los países y los individuos tuvieran los medios para adquirirlos. De esta doble intención surgió un conflicto de intereses al que el médico alemán Franz G. M. Wirz (1942) denominó *dirección económica de la alimentación* (citado por Pío Martínez, 2013: 232). Por un lado, se quería alimentar adecuadamente a un hombre

o a todo un pueblo; y por el otro, se quería lucrar con la producción y el comercio de alimentos.

Rubio (2003) y Ávila Curiel, *et al.* (2011) mencionan que para 1946 en México seguía vigente el régimen de sustitución de importaciones y hasta ese momento el país era autosuficiente en materia de alimentos. La mortalidad infantil no se vinculaba con la carencia de alimentos sino con la falta de higiene y la mala atención médica.

En este mismo año se diseñó el primer Programa Nacional de Alimentación presidido por Salvador Zubirán y las acciones que realizó el Estado para garantizar el abasto y mejorar la disponibilidad y el acceso a los alimentos fueron las siguientes: impulsar la producción de alimentos a través de subsidios, controlar los precios para abaratar el costo de los alimentos y establecer precios de garantía a la producción, almacenamiento y distribución de productos agrícolas a través de los programas de Compañía Nacional de Subsistencias Populares (CONASUPO), Tiendas de Abasto Comunitario (DICONSA) y Abasto Social de Leche (LICONSA). Décadas más tarde se manifestó la incapacidad del Estado para sostener el ritmo de expansión de las empresas públicas de los programas de abasto mencionados, lo que llevó a un nuevo orden económico. Éste consistió en la producción de productos tradicionales (como café, cacao, entre otros) para exportación, con la consecuente ampliación de la superficie cultivada y la importación de productos alimenticios básicos.

Entre los antecedentes de la segunda Conferencia Latinoamericana de Nutrición [organizada por la FAO y la Organización Mundial de la Salud (OMS)] estaba que en 1947 Escudero mencionó que el problema de la desnutrición no era sólo biológico, sino que también era económico; y que entre 1948 y 1949 R. S.

Harris, jefe del Departamento de Nutrición del Massachusetts Institute of Technology (MIT), recomendó a cada país de América Latina conocer el contenido nutrimental de los alimentos que la gente consumía. De tal modo, que durante la Conferencia en 1950 realizada en Río de Janeiro, uno de los principales temas que Josué de Castro debatió fue la vinculación del concepto de hambre con el de desnutrición y subdesarrollo (Bengoa, 2014); asimismo se trataron los temas relacionados a la alimentación suplementaria, educación nutricional, consejos nacionales de alimentación y nutrición, síndrome pluricarencial, bocio endémico, tabla de composición de alimentos, enriquecimiento de alimentos, vitamina A, producción de alimentos y encuestas de consumo, entre otros.

Durante la década de 1940 se dio gran importancia a los análisis bromatológicos de los alimentos en América Latina. Según Pilcher (2001) en México durante esa década el Dr. Francisco de Paula Miranda fundó el Instituto de Nutriología para estudiar la alimentación y nutrición, también se levantó el inventario de los alimentos mexicanos junto con la descripción detallada de sus propiedades químicas y su valor nutrimental. En 1947 se publicó el primer estudio sobre alimentación en México, el cual mostró que el maíz y el trigo son nutrimentalmente similares y a través del Instituto se promovió una alimentación racional, económica e higiénica que estuviera de acuerdo con los hábitos y gustos de los mexicanos.

Durante la década de 1950 estaba la atención puesta en los programas sociales de alimentación, caracterizados por distribuir suplementos nutricionales y alimentos donados, primero por agencias como Care y Cáritas, después por la Agencia Internacional para el Desarrollo de los Estados Unidos de América (US AID) y el Programa Mundial de Alimentos. Para algunos autores como Escobar (1998) el origen de los programas de ayuda alimentaria internacional fueron los excedentes

agrícolas de Estados Unidos de América, porque la mejor forma de deshacerse de ellos era donarlos a las naciones del tercer mundo.

Según el trabajo de Barquera, *et al.* (2001) México durante esa década estaba en una creciente urbanización debida a las diversas situaciones políticas, económicas, laborales y sociales que estaban favoreciendo la industrialización; por lo que los programas de seguridad alimentaria beneficiaron más a la población urbana que a la rural. Los estudios que se hicieron en esos años sobre alimentación observaron que conforme la población rural se iba urbanizando su dieta mejoraba, al hacerse más mestiza y diversificarse, porque incorporaba mayor cantidad de carne, huevo y leche (alimentos con un alto contenido de proteínas de origen animal). Asimismo calificaron la dieta indígena como monótona, debido a que entre el 60 y 80% de la energía provenía del maíz y en pequeñas cantidades del frijol y otras leguminosas.

A comienzos de la década de los setenta se presentó una crisis mundial de alimentos, para contrarrestarla, una de las acciones que se llevó a cabo a nivel mundial fue la creación en 1971 del Proyecto Interagencial de Promoción de Políticas Nacionales de Alimentación y Nutrición (PIA/PNAN). La sede fue en Santiago de Chile en donde participaron los ministerios de salud y agricultura y representantes de diversos organismos internacionales entre los que estaban: la FAO, la Fundación Rockefeller, la US AID, la OMS, la Organización Panamericana de la Salud (OPS), el Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) y la UNESCO (Escobar, 1998).

En ese mismo año y posterior al proyecto se llevó a cabo en el MIT la primera Conferencia Internacional sobre Nutrición, Desarrollo Nacional y Planeación, financiada por las organizaciones internacionales antes mencionadas. En esta

conferencia expertos y planificadores de 55 países trataron temas de nutrición, desarrollo nacional y planeación; y fue determinante para el surgimiento de un nuevo campo del conocimiento y de la acción: el desarrollo de la Planeación y Políticas de Alimentación y Nutrición (FNPP). Antes de este momento la desnutrición y el hambre eran un problema dentro de los límites del discurso científico y técnico de los nutriólogos, biólogos, agrónomos, médicos, entre otros (Escobar, 1998).

Después de esta reunión en 1972 el Departamento de Nutrición y Ciencia de los Alimentos y el Centro de Estudios Internacionales del MIT crearon el Programa Internacional de Planificación Nutricional, el cual consistía en un proyecto multidisciplinario financiado al inicio por la Fundación Rockefeller y posteriormente por la US AID.

En 1973 aparecieron dos publicaciones, una de ellas surgió de la Conferencia Internacional del MIT en 1971 y la segunda escrita por Berg se llamó *The Nutrition Factor*. Esta última fue fundamental para la creación de las FNPP como disciplina - que al inicio se denominó Planeación Nutricional- porque según Escobar (1998) "...puede identificarse el origen textual de la nueva estrategia con la publicación de este libro, cuyo autor afirmaba enérgicamente que la nutrición debía considerarse como factor esencial en la planeación y la política del desarrollo nacional" (p. 222).

La publicación de Berg (1973) enfatizó la relación entre la desnutrición y factores sociales, políticos, económicos, culturales, entre otros; sugirió que el análisis de la planeación fuera bajo un enfoque sistemático y comprensivo (muy de moda en esa época) y resaltó la importancia de que los objetivos de los programas de alimentación tuvieran una clara orientación. Todo esto implicaba que la formación de los nuevos profesionales expertos en las FNPP fuera de "macronutricionistas" como los llamó el autor de la obra (p. 206 y 207; citado por

Escobar, 1998: 224) o como los denominó Escobar (1998) “planificadores nutricionales” (p. 224); debido a que la preocupación ya no era sólo que supieran sobre nutrición sino que también debían saber sobre operaciones, logística, comunicaciones, administración, economía y debían tener habilidades de planeación y diseño de proyectos.

*The Nutrition Factor* precedió a la *Guía metodológica para la planificación de políticas nacionales de alimentación y nutrición*, la cual debía distribuirse entre los gobiernos latinoamericanos para su posterior aplicación. Este proyecto definía su enfoque de la siguiente manera:

Por política alimentaria y nutricional entendemos un conjunto coherente de principios, objetivos, prioridades y decisiones adoptadas por el Estado y llevadas a cabo por sus instituciones con el propósito de proporcionar a toda la población del país la cantidad de alimento y de otros elementos sociales, culturales y económicos indispensables para el adecuado bienestar alimentario y nutricional. Esta política debe ser un componente integral del plan nacional de desarrollo del país, y cada país debe luchar para llevar a cabo el contenido de esta definición de acuerdo con sus propias capacidades, recursos y estadio de desarrollo (PIA/PNAN, 1973: 6; citado por Escobar, 1998: 229).

La guía se dio a conocer en Roma durante la Conferencia Mundial de Alimentos organizada por la FAO en noviembre de 1974 y en 1975 con la intención de establecer su presencia en la mayoría de los países latinoamericanos, se adaptó a su realidad a través del enfoque denominado *Modelo explicativo del proceso de desnutrición en América Latina*. Éste consistió en tres categorías para agrupar los diversos factores que se interrelacionan para producir la desnutrición; las tres categorías eran: oferta de alimentos, demanda de alimentos y utilización biológica de los alimentos, y preceden a las que ahora se conocen como las dimensiones de la seguridad alimentaria (Escobar, 1998). La aplicación del modelo consistía en los tres pasos que describo a continuación.

El primer paso era identificar las “brechas nutricionales” a través de una “radiografía del problema nutricional”, principalmente de los niños. El procedimiento que el país debía seguir para hacer este diagnóstico consistía en primero compilar información sobre la oferta, demanda y utilización biológica de los alimentos. Después debía elaborar un diagnóstico de la situación de alimentación y nutrición de su población, a través de datos ya existentes o mediante encuestas diseñadas y aplicadas. Finalmente debía expresar toda la información recolectada en calorías y nutrimentos, los cuales se comparaban con los estándares recomendados (Escobar, 1998).

Un segundo paso consistía en establecer las bases para la política de producción agrícola basada en las proyecciones de oferta y demanda de alimentos. Para ello primero el país debía considerar todas las políticas necesarias que satisficieran las proyecciones (desde la producción, la comercialización, el comercio internacional de alimentos, la población, el ingreso, la educación, la ayuda alimentaria, la sanidad, la salud y la nutrición, entre otras). Después debía seleccionar las políticas y programas más apropiados según sus condiciones y posibilidades (Escobar, 1998).

Finalmente en el tercer paso los organismos internacionales consultores y financiadores del PIA/PNAN seleccionaban las prioridades y asignaban los recursos y el apoyo técnico al país solicitante, éste último lo daban las universidades, institutos de investigación, entidades gubernamentales y consultores internacionales. Una vez iniciada la ejecución los programas debían evaluarse periódicamente (Escobar, 1998).

Para establecer el PIA/PNAN cada país debía contar con la siguiente estructura administrativa: un Consejo Nacional de Alimentación y Nutrición del cual dependía

la Oficina Nacional de Planeación, que a su vez debía contar con una Unidad Especial de Planificación Nutricional. En 1975 se estaba ejecutando en cerca de 15 países de América Latina y el Caribe, su estatus en esta región se debió al valor simbólico de los proyectos de las Naciones Unidas (Escobar, 1998).

Durante 1977 se fusionaron el Programa Internacional de Planificación Nutricional, diseñado en el MIT en 1972, con el Programa Mundial de Hambre de la Universidad de Naciones Unidas (UNU) y de la Escuela de Salud Pública de Harvard. Este nuevo programa Harvard/ MIT de alimentación y nutrición junto con el Programa Internacional de Nutrición de la Universidad de Cornell se convirtieron en el principal centro de capacitación de alto nivel para estudiantes extranjeros -del tercer mundo-, quienes estudiaban financiados o patrocinados por sus respectivos gobiernos o por organismos internacionales.

En México la estructura administrativa para poner en marcha el PIA/PNAN se organizó hasta la presidencia de Miguel de la Madrid (1982 a 1988), el proyecto predecesor fue la Coordinación General del Plan Nacional de Zonas Deprimidas y Grupos Marginados (COPLAMAR), constituido por el presidente José López Portillo (1976 a 1982) en 1977; con la finalidad de articular acciones para que las zonas rurales marginadas contaran con elementos materiales y de organización suficiente para que su participación fuera más equitativa. Las principales actividades que realizó se enfocaron a mejorar: la salud, el abasto de alimentos, las condiciones de vivienda, la potabilización del agua, la construcción de caminos, el empleo, la electricidad, la organización social, el desarrollo agroindustrial y los servicios de apoyo a la economía campesina.

El reconocimiento del carácter excluyente del modelo de desarrollo nacional, principalmente en las zonas rurales, ubicó a los primeros programas de

alimentación dentro del ámbito de asistencia social. El Desarrollo Integral de la Familia (DIF) inició actividades de educación en hábitos de alimentación y nutrición a través de las siguientes acciones: desayunos escolares, cocinas populares, distribución de semillas e impulso a la producción de hortalizas.

En este segundo periodo el interés de las intervenciones era mejorar la alimentación de los pobres porque eran quienes estaban desnutridos y pasaban hambre; en otras palabras, los que carecían de alimento. Esto por un lado, justificaba las acciones de ayuda alimentaria de Estados Unidos de América y por el otro, al vincularse con el tema de la pobreza reconocía la interrelación entre los factores económicos, sociales y políticos que justificaban el diseño de las políticas sociales de alimentación y su integración en el PND.

En síntesis las intervenciones de alimentación durante esta etapa eran para mejorar la alimentación de los trabajadores, futuros trabajadores, indígenas y campesinos. Todos ellos se pueden identificar en un grupo denominado los *pobres*, quienes se caracterizaban por padecer desnutrición, pasar hambre, comer mal y carecer de alimento.

El concepto de "alimentación correcta" que se utilizó en esta etapa para evaluar la "mala alimentación" de los *pobres* y definir las intervenciones para mejorarla era el de "dieta normal", desarrollado por Pedro Escudero en la década de 1930 y se refería a la dieta que cubría los requerimientos tanto de micro como de macronutrientes; principalmente de proteínas de origen animal, provenientes de la carne, el huevo y la leche.

La ideología subyacente al discurso de las primeras intervenciones de alimentación no era mejorar la alimentación, nutrición y salud de los mexicanos, más bien era la consolidación del Estado Nacional Mexicano; el cual para ajustarse

a los distintos parámetros internacionales tenía como principal interés el desarrollo agrícola, el desarrollo industrial y el surgimiento de las políticas sociales de alimentación y su integración en el PND.

### **El progreso de la nación (1980 al 2000)**

Durante esta etapa las políticas sociales de alimentación formaban parte del PND, el cual se modificó durante la década de 1980 en varios países de América Latina. El nuevo papel del Estado Mexicano se refleja según Torres Salcido y Del Roble Pensado (2002) en diversos procesos y reformas sociales, políticas y económicas en las que se manifestó un nuevo orden. En éste se observó una pérdida de sentido de la vinculación entre el Estado y la sociedad y primó el capital. Esta ideología fue la que respaldó el diseño y ejecución de las políticas sociales de alimentación y su discurso re-significó el concepto de "alimentación correcta".

Los nuevos estados latinoamericanos liberales expiraron el régimen de sustitución de importaciones y adoptaron la economía agroexportadora; es decir, la sustitución de la producción de alimentos básicos por mercancías agrícolas valoradas en el mercado mundial y la consecuente importación de los primeros. Las nuevas reformas del Estado Mexicano minimizaron su acción mediante una serie de ajustes macroeconómicos, una disminución drástica del gasto social y la privatización de las empresas estatales que éste era incapaz de sostener (ver en la etapa anterior). Las consecuencias de estas reformas fueron diversas, en general cayeron los niveles de bienestar de los *pobres* tanto en la ciudad como en el campo y en el ámbito de la alimentación afectaron la producción y abastecimiento de alimentos en el hogar, la disponibilidad de comida y el gasto de las familias.

Con la intención de incrementar la eficiencia del gasto social uno de los cambios principales a las políticas de derecho social, entre ellas las de alimentación, fue la transformación del paradigma universalista; es decir, de acceso universal a satisfactores básicos (vivienda, alimentación, salud, empleo y educación) al de focalización de las poblaciones. Esto implicó que los diagnósticos incluyeran mediciones de pobreza y que la planeación de las políticas localizara, focalizara y ubicara en las comunidades o grupos de población a personas individuales con mayor grado de vulnerabilidad. Un antecedente necesario para este cambio fue que en 1985 la pobreza dejó de ser conceptualizada como una situación de carencia de las necesidades básicas mencionadas y "...fue vista sólo como una carencia de nutrientes" (Torres Salcido y Del Roble Pensado, 2002: 240).

En México con la finalidad de mejorar el nivel de nutrición y la dieta de los mexicanos más pobres se desarrolló el Sistema Alimentario Mexicano (SAM) durante 1980, su enfoque fue sistemático y multisectorial -como lo proponía el PIA/PNAN- y focalizado, de modo que abordaba de manera integral el problema de la alimentación nacional a través de las siguientes acciones: reorientó el desarrollo agrícola para alcanzar la autosuficiencia alimentaria, al menos de granos básicos e intentó reducir la dependencia de alimentos del exterior; intervino en la transformación y distribución de alimentos básicos y amplió el sistema de subsidios para el consumo. También definió la Canasta Básica Recomendable (CBR) para la población y la dividió en dos: la nacional y la específica, esta última se refería a la población objetivo más vulnerable y era más adecuada con respecto a los costos y el poder adquisitivo. Finalmente reguló la propaganda de las transnacionales de alimentos y promovió el consumo de los alimentos considerados correctos a través del programa nacional de promoción y educación en nutrición, que se transmitió en la radio y la televisión. Según el texto de Ávila Curiel, *et al.* (2011), el SAM se

canceló en 1982 debido a la crisis que se generó en el país por la caída del precio del petróleo y porque al haber sido un programa de participación multisectorial existieron dificultades entre las distintas estructuras e instituciones involucradas.

Durante la presidencia de Miguel de la Madrid (1982 a 1988) se constituyó la Comisión Nacional de Alimentación (CONAL), la cual integró el Programa Nacional de Alimentación (PNA) para dejar atrás el objetivo de la autosuficiencia alimentaria y plantear el de la soberanía alimentaria nacional y las siguientes metas: alcanzar las condiciones de alimentación y nutrición que permitieran el pleno desarrollo de las capacidades y potencialidades de cada mexicano; y aumentar la producción de alimentos agropecuarios y pesqueros para satisfacer la demanda y combatir la inflación. Hasta este momento las políticas sociales de alimentación establecidas todavía impedían la acción de la economía de libre mercado.

El 19 de septiembre de 1985 se produjo un sismo que causó gran destrucción en la región centro del país, el epicentro fue en las costas del océano Pacífico y la magnitud fue de 8.1 M.W. Barquera, *et al.* (2001) mencionan que a partir de este desastre las Organizaciones Civiles No Gubernamentales (ONG), nacionales e internacionales, adquirieron importancia con el establecimiento de diversos programas de ayuda alimentaria, los cuales en un inicio complementaron los planes de emergencia del gobierno para proteger la seguridad alimentaria nacional. Una vez terminada la emergencia e instaladas en el territorio mexicano desarrollaron diversos programas sociales de alimentación, que si bien debían cumplir con ciertos requisitos y lineamientos congruentes con los objetivos de la política estatal, también tenían espacio para cumplir con los requisitos y lineamientos propios de la ONG que los ejecutaba.

La reforma del Estado Mexicano se llevó a cabo en 1988 durante la presidencia de Carlos Salinas de Gortari (1988 a 1994), las condiciones de globalización de ese momento influyeron en las nuevas funciones y especialidades asignadas al Estado y en la adecuación de sus instituciones a un carácter difuso del capitalismo. La reforma se fundamentó en una transformación productiva y una nueva política social basada en relaciones de corresponsabilidad entre el Estado y la sociedad para buscar la equidad, cuyo resultado fue la separación entre la política económica y la política social (Torres Salcido y Del Roble Pensado, 2002).

Las políticas sociales derivadas de la reforma del Estado Mexicano se basaron en el novedoso paradigma de la focalización y la relación de corresponsabilidad entre el Estado y la sociedad, fomentando la participación popular a través de la organización de grupos interesados. Torres Salcido y Del Roble Pensado (2002) consideran que la verdadera finalidad de estas políticas era realzar la imagen presidencial y recomponer la legitimidad del sistema político debido a que "...la herencia de las formas de relación Estado-sociedad, sobre todo en las regiones con fuerte presencia indígena, es muy difícil de quitar para quienes procuran las políticas focalizadas que atienden exclusivamente las necesidades individuales" (p. 243). Entonces lo que estas políticas en realidad promovieron fue la corrupción y una relación clientelar y neo-populista entre el Estado, las instituciones y las corporaciones con los beneficiarios de los programas.

El impacto de la lógica de la reforma en las políticas sociales de alimentación de este sexenio se reflejó en los programas que se aplicaron, el eje fue el Programa Nacional de Solidaridad (PRONASOL) que intervino en la producción, abasto y atención a la desnutrición; retiró los subsidios al consumo y liberó los precios de los alimentos de la canasta básica con excepción de la tortilla y la leche. También se establecieron los subsidios a la tortilla y a otros alimentos básicos mediante

bonos (TORTIBONOS) y continuó el PNA de la CONAL. Es importante mencionar que después de la devaluación del peso en 1987 aumentó el número de beneficiarios de los programas.

Durante las décadas de 1980 y 1990 en Latinoamérica hubo mayor apertura económica y comercial, en la que se firmaron diversos tratados de libre comercio de orden bilateral y multilateral, por lo que la intervención del sector privado (incluyendo las ONG) se volvió importante en la provisión de servicios y desarrollo de programas sociales de alimentación que antes proveía el Estado. México firmó en 1992 el Tratado de Libre Comercio (TLC) con Estados Unidos de América y Canadá, que entró en vigor en 1994 cuando empezó la presidencia de Ernesto Zedillo.

El sexenio de Ernesto Zedillo (1994 a 2000) inició con una devaluación del peso que aumentó el número de *pobres* en el país, con la intención de realizar un programa especial de alimentación, nutrición y salud llevó a cabo en 1995 el Programa de Alimentación y Nutrición Familiar (PANF), el cual dirigió el DIF. Dentro de éste estuvo el Programa Niños en Solidaridad gestionado y operado por LICONSA y también benefició a la población adulta a través de DICONSA y el programa de subsidio a la tortilla (TORTIVALES). El PANF se canceló en 1996 por falta de coordinación interinstitucional y para formalizar algunas de las acciones del DIF.

El programa eje de combate integral a la pobreza durante el sexenio de Ernesto Zedillo fue el Programa de Educación, Salud y Alimentación (PROGRESA), que continuó en la línea neoliberal de PRONASOL y fue el primero en realizar transferencias monetarias condicionadas con la intención de complementar el ingreso de las familias mexicanas que vivían en pobreza extrema. En los siguientes dos sexenios (2000 al 2012) los programas eje que continúan con esta línea

neoliberal de combate integral a la pobreza extrema son: el Programa de Desarrollo Humano (OPORTUNIDADES) durante la presidencia de Felipe Calderón y el Programa de Inclusión Social (PROSPERA) en la actual presidencia de Enrique Peña Nieto.

La oposición al neoliberalismo se manifestó en América Latina de distintas formas, las relacionadas al tema de esta investigación fueron la firma de la tercera Declaración de Barbados (1994) y la formulación del concepto *soberanía alimentaria* (1996) como una alternativa a los problemas de hambre, pobreza, degradación del medio ambiente y de la sociedad y todos aquellos relacionados con la producción de alimentos; también busca el respeto a la diversidad cultural y a la diversidad de los métodos de producción. Rivera, *et al.* (2012) interpretan el concepto de La Vía Campesina de la siguiente manera:

El derecho de las personas, los países y las uniones de estados a definir sus políticas agrícolas y alimentarias sin transferir materias primas agrícolas a los países extranjeros. La soberanía alimentaria organiza la producción y el consumo de alimentos en función de las necesidades de las comunidades locales, dando prioridad a la producción para el consumo local. La soberanía alimentaria engloba el derecho a proteger y regular la producción agrícola y ganadera nacional y a proteger el mercado doméstico de entradas de excedentes agrícolas e importaciones de bajo coste de otros países. Las personas sin tierra, los campesinos y los pequeños agricultores deben tener acceso a la tierra, al agua y a las semillas, así como a los recursos productivos y a los servicios públicos. La soberanía y la sostenibilidad alimentarias son una alta prioridad más que las políticas comerciales (p. 9).

En México la firma y entrada en vigor del TLC simbolizó las reformas neoliberales del Estado, por ello la oposición se manifestó públicamente en 1994 cuando el Ejército Zapatista de Liberación Nacional (EZLN) se opuso en Chiapas al presidente electo e intentó establecer una verdadera democracia participativa. En el año de 1996 se firmaron los tratados de San Andrés en los que se reconoció -al menos en teoría- la autogestión, autodeterminación y autonomía de los pueblos indígenas y se definió al Estado Mexicano como étnicamente plural (Bartolomé,

2006). Estos sucesos se reflejaron en las políticas sociales de alimentación del sexenio de Zedillo cuando el Instituto Nacional Indigenista (INI) se propuso fortalecer la alimentación familiar en las comunidades indígenas más *pobres* del país.

En síntesis las políticas sociales de alimentación de esta etapa fueron de corte neoliberal y se caracterizaron por focalizar en las comunidades a individuos con mayor grado de vulnerabilidad como las mujeres embarazadas, en periodo de lactancia, los niños desnutridos y los indígenas.

En esta etapa no hubo un término específico que conceptualizara las características de la "alimentación correcta" como lo hubo en la anterior ("*dieta normal*") y como lo hay en la siguiente ("*dieta correcta*"); no obstante, hubo cambios en el significado ya que no priorizó tanto como la etapa anterior el consumo de alimentos con alto contenido de proteínas de origen animal. También dio mayor importancia a la satisfacción de las necesidades individuales de nutrimentos inorgánicos (vitaminas y minerales) como: hierro, calcio, ácido fólico, ácido ascórbico, vitamina A, entre otros; que podían satisfacerse con el consumo de alimentos enriquecidos, adicionados, complementados y los multivitamínicos elaborados industrialmente y que llegaban a las personas vulnerables a través de los programas de gobierno, la ayuda alimentaria internacional y las ONG.

La ideología subyacente al discurso de las políticas sociales de alimentación no era mejorar la alimentación y nutrición, ni desarrollar las capacidades y potencialidades de cada mexicano; sino la reforma del Estado que se fundamentó en una transformación productiva, una nueva política social más eficaz, minimizó la acción del Estado y aumentó la del capital internacional. Para algunos autores

como Torres Salcido y Del Roble Pensado (2002) también tenía la finalidad de realzar la imagen presidencial y recomponer la legitimidad del sistema político.

### **La nación soberana y moderna (2000 a la actualidad)**

En esta etapa los gobiernos modificaron el enfoque de las políticas focalizadas hacia las nuevas políticas participativas, con la justificación de que las primeras provocaban que las personas beneficiadas fueran pasivas y receptoras; es decir, que no intervenían ni tenían una posición crítica respecto a los programas. En cambio con las segundas las personas beneficiadas tienen un rol interactivo con los diseñadores de los programas y centran a la población en la acción del Estado, esto es con la finalidad de que los mexicanos desarrollen la capacidad crítica, para ello es necesario que en principio recuperen la capacidad de gestión y de construir su realidad (momento histórico que supuestamente estamos presenciando).

Según el análisis de Torres Salcido y Del Roble Pensado (2002) una de las consecuencias de las nuevas políticas sociales de alimentación participativas es la generación de relaciones y lazos neo-populistas; es decir, las personas participan en la gestión y son críticos de las políticas pero eso no significa que efectivamente sean tomados en cuenta en el diseño y la ejecución de las mismas.

Otra característica de las políticas sociales de alimentación durante esta etapa es que buscan la soberanía alimentaria nacional y fomentan la autogestión de las comunidades a través de la descentralización de los programas sociales, de modo que se fortalezcan los estados y municipios y la distribución de la riqueza sea (en teoría) más equitativa.

En los gobiernos de los presidentes Vicente Fox (2000 a 2006), Felipe Calderón (2006 a 2012) y Enrique Peña Nieto (2012-) continuaron las políticas sociales de alimentación focalizadas y de corte neoliberal, como se mencionó en la etapa anterior, durante los sexenios de Fox y Calderón se puso en marcha OPORTUNIDADES y actualmente PROSPERA. Éste último es el eje de la política social y principal programa alimentario cuya finalidad es incrementar las capacidades de los beneficiarios y ampliar sus alternativas para alcanzar mejores niveles de bienestar; la diferencia con sus predecesores es que incluye la vinculación con nuevos servicios y programas de desarrollo (tanto del sector privado como del público) para propiciar el mejoramiento de las condiciones socioeconómicas y la calidad de vida de los mexicanos vulnerables.

Un semestre antes de la llegada de Felipe Calderón al gobierno inicié los estudios de licenciatura en Nutrición y Ciencia de los Alimentos. La intención de mencionar este hecho tiene el propósito de que se comprenda el contexto discursivo en el que comencé mi formación en esta disciplina, justo en el año 2006 se publicó en el Diario Oficial de la Federación (DOF), el primer proyecto de *Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2005. Servicios básicos de salud, promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación alimentaria* con el propósito de:

...establecer los criterios generales que unifiquen y den congruencia a la Orientación Alimentaria dirigida a brindar a la población, opciones prácticas con respaldo científico, para la integración de una alimentación correcta que pueda adecuarse a sus necesidades y posibilidades. Así como elementos para brindar información homogénea y consistente, para coadyuvar a promover el mejoramiento del estado de nutrición de la población y a prevenir problemas de salud relacionados con la alimentación. La orientación alimentaria es prioritaria y debe proporcionarse a toda la población, es conveniente que atienda a los intereses del público en general, de los grupos vulnerables en especial y que tome en cuenta a la industria y a otros grupos interesados.

Los contenidos de orientación alimentaria se deben basar en la identificación de grupos de riesgo, desde el punto de vista nutricional, la evaluación del estado de nutrición, la prevalencia y magnitud de las enfermedades relacionadas con la nutrición de la población y por último la evaluación de la disponibilidad y capacidad de compra de alimentos, por parte de los diferentes sectores de la población.

Se identifica a los niños desde su gestación hasta la pubertad, las mujeres embarazadas o en periodo de lactancia, los adultos mayores y las personas con actividad física intensa como grupos que requieren mayor atención por el riesgo de presentar alteraciones en su estado de nutrición.

La pobreza, agravada por la pérdida del poder adquisitivo de la población y el encarecimiento de los alimentos, en muchas ocasiones restringe el acceso a una dieta correcta. En este mismo contexto es importante mencionar que los programas de orientación alimentaria generarán una demanda de alimentos que debe sustentarse en la producción y el abasto oportuno de los productos, así como en la factibilidad del acceso a ellos, protegiendo la soberanía alimentaria de la nación. Esto exige conocimiento y aprecio a los alimentos locales y regionales por parte del personal encargado de estas tareas.

[...] es de observancia obligatoria para las personas físicas o morales que ejercen actividades en materia de orientación alimentaria, de los sectores público, social y privado (Secretaría de Salud, 2006: 33 y 34).

Esta norma define el concepto utilizado durante esta etapa para significar la "alimentación correcta" que es el de "dieta correcta" y se refiere según la Secretaría de Salud (2006) a la unidad de alimentación; es decir, el conjunto de alimentos y platillos que se consumen diariamente y tiene las siguientes características:

**Completa.-** Que contenga todos los nutrimentos. Se recomienda incluir en cada comida alimentos de los 3 grupos.

**Equilibrada.-** Que los nutrimentos guarden las proporciones apropiadas entre sí<sup>12</sup>.

**Inocua.-** Que su consumo habitual no implique riesgos para la salud porque está exenta de microorganismos patógenos, toxinas y contaminantes y se consuma con moderación.

**Suficiente.-** que cubra las necesidades de todos los nutrimentos, de tal manera que el sujeto adulto tenga una buena nutrición y un peso saludable y en el caso de los niños, que crezcan y se desarrollen de manera correcta.

---

<sup>12</sup> Esto se refiere a que el 60% de las kilocalorías consumidas en la dieta provengan de los hidratos de carbono, 15% de las proteínas y 25% de los lípidos (Pérez y Marván, 2006).

**Variada.**- que incluya diferentes alimentos de cada grupo en las comidas.

**Adecuada.**- que esté acorde con los gustos y la cultura de quien la consume y ajustada a sus recursos económicos, sin que ello signifique que se deban sacrificar sus otras características (p. 35).

La norma también difundió por primera vez y hasta la actualidad regula la promoción de la guía de orientación alimentaria mexicana denominada *El Plato del Bien Comer* (anexo 1), el cual fue diseñado simultáneamente a la guía de cada uno de los países que adoptaron el Plan de Acción Mundial para la Nutrición expuesto durante la Conferencia Internacional sobre Nutrición organizada por la FAO y la OMS en 1992. Antes de esta conferencia el esquema didáctico que utilizaban los países para las actividades de orientación alimentaria era la *Pirámide de la Alimentación*; sin embargo, para la elaboración del Plan de Acción Mundial para la Nutrición se identificaron estrategias y acciones que mejoraran el estado de nutrición y el consumo de alimentos en el ámbito mundial, entre ellas estaba el fomento de dietas y modos de vida sanos a través del diseño y difusión de las guías de orientación alimentaria con las particularidades de cada país (Grupo de educación nutricional y de sensibilización del consumidor - división de nutrición, 2014). Entonces la novedad y el auge cuando inicié la licenciatura en Nutrición y Ciencia de los Alimentos era el concepto de "dieta correcta" y el *Plato del Bien Comer* y sus recomendaciones, los cuales hasta la fecha se enseñan en México como una verdad absoluta aplicable a todas las personas, las culturas, las clases sociales, los contextos, entre otros.

En coordinación con el establecimiento de la norma 043 otros sectores se plantearon diversas acciones para mejorar la alimentación y nutrición de los mexicanos durante el sexenio de Felipe Calderón. Entre ellos el sector agropecuario propuso promover la seguridad alimentaria a través del ordenamiento y la certidumbre de mercados, para lo cual fueron necesarias las siguientes acciones:

1. Garantizar el abasto de alimentos sanos a través del fomento a la producción de cultivos de productos básicos y fortalecer su comercialización mediante la promoción y ordenamiento de mercados.
2. Abastecer el mercado con alimentos de calidad, sanos y accesibles provenientes de los campos y mares mexicanos.
3. Seguridad y soberanía alimentaria a través del abasto oportuno, suficiente e incluyente y de la libre determinación del país en materia de producción, abasto y consumo.
4. Poner en funcionamiento el Programa Especial para la Seguridad Alimentaria (PESA) de la FAO.

Las acciones planteadas para el sector económico fueron: la distribución, comercialización y abastecimiento de los alimentos básicos, el fortalecimiento del mercado interno a través de la sustitución de las centrales de abasto por centros logísticos de distribución de agroalimentos y la "...promoción de una cultura de consumo inteligente y sustentable, a través del diseño y aplicación de programas especiales de educación para el consumo sobre los temas de los desórdenes alimenticios y del consumo de agua" (Ávila Curiel, *et al.*, 2011: 60).

El sector salud a través del Instituto Mexicano de Seguro Social (IMSS) planteó brindar orientación alimentaria mediante las siguientes acciones: equipar las unidades de medicina familiar con la infraestructura necesaria para consultorios y servicios de nutrición y dietética, ejecutar los Programas Integrados de Salud (PREVENIMSS) y los programas de grupos de autoayuda para el apoyo nutricional multidisciplinario a: mujeres embarazadas, lactantes, preescolares, con problemas de sobrepeso, obesidad, diabetes mellitus e hipertensión arterial.

El programa social *Vivir Mejor* se puso en marcha en el 2008 como una acción emergente para enfrentar la crisis alimentaria, su finalidad fue desarrollar las capacidades nutricias, disminuir la pobreza alimentaria y reducir la desnutrición infantil a través de la vinculación con las dependencias que se muestran en la siguiente tabla tomada de Ávila Curiel, *et al.* (2011) p. 48:

<b>Dependencia</b>	<b>Programa</b>
DICONSA	Abasto rural
LICONSA	Abasto social de leche
SEDESOL-OPORTUNIDADES	OPORTUNIDADES
	Apoyo alimentario (PAL)
SEDESOL	Programa de apoyo a zonas de atención prioritaria (que sólo operó durante el 2008 y posteriormente pasó a ser parte del PAL)
DIF	Asistencia Alimentaria a Familias en Desamparo
	Asistencia Alimentaria a Sujetos Vulnerables
	Atención a Menores de 5 Años en Riesgo No Escolarizados
	Desayunos Escolares
Comisión para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas (CDI)	Albergues Escolares (que ofrecen alimentos a los infantes que ahí viven).

Durante 2009 se reconoció al sobrepeso, la obesidad y las enfermedades crónico degenerativas asociadas como problemas de salud pública con alta prioridad. A raíz de este reconocimiento se llevaron a cabo las siguientes acciones: en ese mismo año se realizó la campaña *Vamos por un millón de kilos*, a partir del 2010 se ha puesto en funcionamiento el *Acuerdo Nacional para la Seguridad Alimentaria, estrategia contra el sobrepeso y la obesidad*, cuyas acciones involucran a las escuelas, las industrias, los medios de comunicación y las actividades de

orientación alimentaria. También a partir de ese año inició la ejecución del Programa *5 Pasos por tu Salud* y de los programas de la Subsecretaría de Prevención y Promoción de la Salud, una de las estrategias de estos programas es la orientación alimentaria a nivel familiar, escolar/laboral y comunitario.

En el 2010 la UNESCO reconoció a la comida mexicana como patrimonio inmaterial de la humanidad, esta declaración ha promovido el desarrollo de diferentes programas que, desde diversas disciplinas (entre ellas la antropología y nutrición), tienen la finalidad de rescatar y salvaguardar el patrimonio (Comité intergubernamental para el rescate del patrimonio cultural intangible, 2010).

El 13 de octubre de 2011 se adicionó un tercer párrafo al artículo 4º y un segundo párrafo a la fracción XX del artículo 27 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos para reconocer el derecho a la alimentación de la siguiente manera:

Toda persona tiene derecho a la alimentación nutritiva, suficiente y de calidad. El Estado lo garantizará (Comisión Permanente del Honorable Congreso de la Unión, 2011: artículo 4º).

El desarrollo rural integral y sustentable a que se refiere el párrafo anterior, también tendrá entre sus fines que el Estado garantice el abasto suficiente y oportuno de los alimentos básicos que la ley establezca (Comisión Permanente del Honorable Congreso de la Unión, 2011: artículo 27).

Este fue el contexto en el que Educación Comunitaria en Alimentación y Nutrición Educomalli A.C. desarrolló el programa de orientación alimentaria *Construyendo mi alimentación* que describí en la introducción. Durante la ejecución de este programa se publicó la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición en el año 2012 (ENSANUT 2012).

Los resultados de la ENSANUT 2012 revelaron que los mexicanos están inmersos en un proceso de transición del estado de nutrición; es decir, por un lado

se observó que el 73% de la población en zonas urbanas y rurales, de todas las edades y de las diferentes regiones del país presentó un aumento del índice de masa corporal (sobrepeso y obesidad). Por el otro lado, a pesar de la tendencia sostenida de disminución en la prevalencia de desnutrición crónica, ésta y sus consecuencias estaban presentes en casi 14 de cada 100 preescolares que presentaron baja estatura para la edad (casi 1.5 millones de menores de cinco años) y en 17.9% de las mujeres embarazadas y 16.5% de los adultos, hombres y mujeres de 60 años o más con anemia (Instituto Nacional de Salud Pública, 2012).

La ENSANUT 2012 ha propuesto que para disminuir las prevalencias de sobrepeso, obesidad, desnutrición y anemia se realicen diversas acciones que mejoren el acceso y la disponibilidad de alimentos nutritivos e inocuos y que incluyan actividades de orientación alimentaria. Esta última dirigida a la población para fomentar el consumo de una dieta con alto contenido de hierro, ácido fólico y otros nutrimentos y bajo contenido de sustancias que interfieran con la absorción del hierro, así como también para disminuir el consumo de alimentos con alto contenido de azúcares refinados, grasas saturadas y sodio (Instituto Nacional de Salud Pública, 2012).

Uno de los resultados de la publicación de la ENSANUT 2012 fue la revisión y modificación del primer proyecto de Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2005, el nuevo proyecto de Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2012 entró en vigor en el 2013 (Secretaría de Salud, 2013). Las modificaciones que se hicieron fueron mínimas, principalmente de redacción, puntuación y actualización de términos, solamente hubo dos cambios que por los fines de esta investigación me parece importante señalar, el primero lo marco a continuación con negrita:

**La falta de educación en materia de nutrición en la población**, la pobreza, agravada por la pérdida del poder adquisitivo, el encarecimiento de los alimentos y el **contexto sociocultural**, en muchas ocasiones restringe el acceso a una dieta correcta. En este mismo contexto es importante mencionar que los programas de orientación alimentaria generarán una demanda de alimentos que debe sustentarse en la producción y el abasto oportuno de los productos, así como en la factibilidad del acceso a ellos, protegiendo la soberanía alimentaria de la nación. Esto exige conocimiento y **preferencia** a los alimentos locales y regionales por parte del personal encargado de estas tareas (Secretaría de Salud, 2013: 3).

Se puede observar que se incluyó *“la falta de educación en materia de nutrición en la población”* y el *“contexto sociocultural”* como aspectos que impiden el acceso a una “dieta correcta”. Esta afirmación me parece que refuerza las relaciones socioculturales de desigualdad porque la cultura del grupo médico occidental mexicano se coloca en un lugar superior y se legitima como contenedora de la verdad absoluta y como autoridad responsable de enseñarla a las demás culturas. También se observa que se sustituyó la palabra *“aprecio”* por *“preferencia”* a los alimentos locales y regionales por parte de las personas responsables de las actividades de orientación alimentaria, esto puede estar relacionado a los objetivos de rescate y salvaguarda de la cocina mexicana como patrimonio.

El segundo cambio relevante fue en la característica *inocua* la sustitución del término *“moderación”* por *“medida”* y la adición del enunciado *“...y que no aporte cantidades excesivas de ningún componente o nutrimento”* (Secretaría de Salud, 2013: 4), esto se podría vincular al reconocimiento del sobrepeso, la obesidad y las enfermedades crónicas asociadas como problemas de salud pública con alta prioridad. Otras modificaciones a la definición y características de “dieta correcta” fueron de ortografía, redacción y género (se agregó niñas en el significado de *suficiente*).

Los programas sociales de alimentación que se llevan a cabo en el actual gobierno de Enrique Peña Nieto son de dos tipos, unos están encaminados a combatir la pobreza y son en su mayoría –con algunas modificaciones– continuación de los desarrollados en los gobiernos pasados como: el PAL, DICONSA, LICONSA, Programa de Albergues Escolares Indígenas, Estrategia Integral de Asistencia Social Alimentaria, Desayunos Escolares, Atención a Menores de 5 Años en Riesgo, Asistencia Alimentaria a Familias en Desamparo, Asistencia Alimentaria a Sujetos Vulnerables y PROSPERA; con excepción de la polémica Cruzada Nacional Contra el Hambre que es el único programa ejecutado en este sexenio. El otro tipo de programas son los que están encaminados a combatir el sobrepeso, la obesidad y las enfermedades crónico degenerativas asociadas y son los mismos que los realizados en el periodo presidencial de Calderón: el *Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria, estrategia contra el sobrepeso y obesidad, Cinco Pasos por tu Salud* y los institucionales del IMSS e Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE).

El último hecho relevante por mencionar antes de concluir este capítulo fue el 30 de abril de 2015, cuando la Cámara de Diputados aprobó el dictamen que expide la Ley de Derecho a la Alimentación Adecuada, en la cual se “precisa que toda persona tiene derecho a una alimentación adecuada, que deberá entenderse como nutritiva, suficiente y de calidad” (Honorable Congreso de la Unión, 2015), también se creó la Comisión Intersecretarial del Derecho a la Alimentación Adecuada Federal y el Consejo Federal de Alimentación.

En síntesis la ideología subyacente al discurso de las políticas sociales de alimentación en la etapa actual es la consolidación del Estado Soberano de Derecho Moderno y el rescate y salvaguarda de la comida mexicana como patrimonio inmaterial de la humanidad. La palabra *moderno* me parece

significativa porque así como la modernidad está llena de contradicciones, el discurso de la “dieta correcta” también, mismas que se manifiestan diariamente en diversos ámbitos.

La primera contradicción consiste en que el discurso caracteriza a las políticas sociales de alimentación como participativas, incluyentes, descentralizadas y autogestivas; sin embargo, en el propósito de la norma NOM-043-SSA2 tanto del 2005 como del 2012 cuando menciona “...que atienda a los intereses del público en general, de los grupos vulnerables en especial y que tome en cuenta a la industria y a otros grupos interesados” (Secretaría de Salud, 2006: 33) y (Secretaría de Salud, 2013: 2) se manifiesta como lo refieren Torres Salcido y Del Roble Pensado (2002) que éstas continúan siendo focalizadas, de corte neoliberal, neo-populistas y multiculturales<sup>13</sup>.

La segunda contradicción se manifiesta en la ambigüedad<sup>14</sup> del concepto de “dieta correcta”, sus características y el esquema del *Plato del Bien Comer*, es decir, este concepto proporciona recomendaciones para prevenir las causas del problema de la mala alimentación en el país, pero éste está polarizado porque por un lado, se considera que existe un consumo deficiente de proteínas de origen animal y de nutrimentos inorgánicos (vitaminas y minerales), que repercuten en las tasas de prevalencia de desnutrición y enfermedades asociadas a la deficiencia. Por el otro, se considera que existe un consumo excesivo de alimentos con alto contenido de azúcares refinados, grasas saturadas y sodio, que aunado al creciente sedentarismo

---

<sup>13</sup> Según el concepto de Héctor Díaz Polanco (2009) el multiculturalismo está vinculado a la actual fase de mundialización del capital, por lo tanto es etnófago; es decir, busca la integración subordinada de las diversas culturas al nuevo dispositivo de dominación global o su disolución en caso de que éstas representen un conflicto.

<sup>14</sup> Revisar el texto de Criado (2007) sobre las distintas reinterpretaciones que la población andaluza da al discurso médico occidental español, de modo que, estratégicamente las personas fundamentan por qué sus prácticas alimentarias siempre están dentro de lo considerado “correcto”.

repercuten en las tasas de incidencia de sobrepeso, obesidad y enfermedades crónico degenerativas. Por lo tanto, la “dieta correcta” como dice el refrán *“mucho abarca y poco aprieta”*.

El contenido del *Plato del Bien Comer* (anexo 1) también es contradictorio con relación a lo que significó la “alimentación correcta” en las dos etapas anteriores y con el valor simbólico del maíz en las comunidades indígenas del país, porque por un lado recomienda el consumo moderado de carne y leche (alimentos inicialmente muy valorados por el contenido de proteínas de origen animal), y por el otro recomienda un consumo abundante de las variedades vegetales locales, autóctonas, tradicionales y naturales (alimentos antes despreciados por vincularse con los indígenas<sup>15</sup>); y el maíz (alimento básico mexicano<sup>16</sup>) se debe consumir, como cualquier otro cereal, en cantidades suficientes<sup>17</sup>.

Finalmente la tercera contradicción se manifiesta en el propósito de la norma tanto del 2005 como del 2012 porque establece “...criterios generales que unifiquen y den congruencia a la Orientación Alimentaria dirigida a brindar a la población, [...] Así como elementos para brindar información homogénea y consistente...” y al mismo tiempo reconoce la diversidad cultural del país porque “...exige conocimiento y preferencia a los alimentos locales y regionales...” (Secretaría de Salud, 2006: 33 y 34) y (Secretaría de Salud, 2013: 2 y 3).

Por lo anterior queda en evidencia que la intención de las políticas sociales de alimentación no ha sido la de mejorar la alimentación de los mexicanos, ni su

---

<sup>15</sup> Según el análisis de Bertran (2005).

<sup>16</sup> Según la clasificación cultural de los alimentos por su uso de Vargas Guadarrama y De Garine (2006).

<sup>17</sup> De estas contradicciones es que se me ocurrió el título de este capítulo, al decir de la leche a los frijoles con *xocoyolli* quiero expresar que describo los significados de la “alimentación correcta” desde que la leche era el alimento que simbolizaba la “dieta normal” de los pobres hasta los frijoles con *xocoyolli*, platillo que está muy presente en la alimentación cotidiana de la comunidad nahua de Tixapan y que simboliza las características y el significado del actual concepto de “dieta correcta”. El maíz ha estado ausente de estos discursos.

estado de nutrición y salud, tampoco incrementar las capacidades de los beneficiarios, ni ampliar sus alternativas para alcanzar mejores niveles de bienestar, ni mejorar las condiciones socioeconómicas y calidad de vida de la población vulnerable. Su finalidad real es otra y se debe a que el hambre y la desnutrición en el pasado, el sobrepeso y la obesidad en el presente y probablemente las intolerancias y alergias alimentarias en el futuro son *capitales*<sup>18</sup> políticos de los gobiernos; Contreras y Arnaiz (2005) lo expresan de la siguiente manera "...es algo más que malnutrición y tiene causas políticas y económicas" (p. 370), un cuerpo hambriento u obeso necesita comida y plantea una crítica enérgica a la sociedad, un cuerpo enfermo y nervioso necesita medicamentos pero no critica a la sociedad, es allí donde está el privilegio espacial de la enfermedad porque su papel social es neutro "...y constituye una condición para eximir las culpas: no hay ni responsabilidad ni culpables" (p. 371). También justifica las acciones de ayuda y reconoce a los doctores que la curan.

Los análisis críticos que se han hecho de las políticas sociales de alimentación desde su inicio hasta la actualidad son diversos, algunos se refieren a los aspectos técnicos de las intervenciones y otros son los análisis macro de las ciencias sociales, económicas y políticas. Mi intención desde la antropología fue exponer las manifestaciones ideológicas de poder que se legitiman en los discursos de las políticas sociales de alimentación, específicamente en torno a la construcción del concepto "alimentación correcta" cuyo significado se ha modificado según el contexto social, económico y político desde las primeras intervenciones de alimentación hasta los programas del actual Estado Mexicano.

---

<sup>18</sup> Aludiendo al concepto de Bourdieu (1979).

Por cuestiones de tiempo y espacio esta recapitulación es sólo de las políticas sociales de alimentación que ha desarrollado el Estado Mexicano; sin embargo, en el contexto neoliberal que vivimos actualmente donde el gobierno tiene cada vez menos responsabilidad con la sociedad, queda abierto el espacio para realizar un análisis sobre la manera en la que fundaciones, fondos, instituciones, asociaciones y demás instituciones constituidas por las multinacionales de alimentos (Fondo Nestlé para la Nutrición, Fundación Kellogg's, Fundación Pepsico, Yakult, por mencionar algunas) se apropian del concepto de "dieta correcta" validado por el Estado, lo significan y qué legitiman en cada discurso de orientación alimentaria en que lo reproducen.

## **Capítulo 2. Los frijoles con *xocoyolli*: la construcción del concepto “alimentación para aguantar”**

En el capítulo anterior expuse cómo se ha ido construyendo el concepto de “alimentación correcta” en diferentes etapas de formación del Estado Mexicano, señalando en cada una los distintos términos, el significado que se les ha dado y la ideología que los ha legitimado y que subyace tras los discursos de las políticas sociales de alimentación desarrolladas en los contextos particulares de cada etapa.

El concepto que actualmente significa la “alimentación correcta” es el de “dieta correcta” y una de las principales estrategias para transmitirlo a la población es a través de la orientación alimentaria. Esta acción se justifica porque aunado a la pobreza, el bajo poder adquisitivo, el encarecimiento de los alimentos y la producción de alimentos para exportación existe, de acuerdo a la lógica de la intervención, “falta de educación en materia de nutrición” y un “contexto sociocultural” que impide el acceso a una “dieta correcta” (Secretaría de Salud, 2013).

El propósito de este capítulo fue seleccionar y significar el dispositivo discursivo que conceptualiza la “alimentación correcta” del grupo nahua de Tixapan, el cual como su nombre indica es “alimentación para aguantar”. Para ello fue necesario describir el contexto sociocultural de la comunidad, de tal manera que demostrara si es la “falta de educación en materia de nutrición” y el “contexto sociocultural” lo que impide el acceso a una “dieta correcta” o que las acciones de orientación alimentaria lo que en verdad legitiman es la consolidación del Estado

Soberano de Derecho Moderno y el rescate y salvaguarda de la comida mexicana como patrimonio inmaterial de la humanidad.

Para cumplir con el propósito utilicé como referencia la etnografía interpretativa de Geertz (1989) orientada al análisis del discurso de Smart (2012) y recurrí a las técnicas de observación participante y entrevistas abiertas, llevadas a cabo entre el 10 y el 25 de julio de 2014 y del 20 al 25 de abril de 2015. La información la registré en diario de campo y grabadora de voz, posteriormente transcribí las grabaciones, sistematicé y analicé los datos.

Para realizar el trabajo de campo primero convoqué a representantes de la comunidad y les expliqué en qué consistía la investigación y los compromisos y beneficios que adquirirían tanto las personas que decidieran participar como el investigador, las personas que aceptaron colaborar firmaron la carta de consentimiento después de haber sido informados (anexo 2). Aceptaron ocho personas, todas ellas ya habían participado en el programa de orientación alimentaria *Construyendo mi alimentación*, lo cual tuvo sus ventajas y desventajas.

Como ventajas destaco que desde el inicio de la investigación conté con la confianza de las personas (aspecto difícil de ganar en una comunidad). Asimismo que al haber participado desde el diseño y el inicio del programa de orientación alimentaria tengo conocimiento pleno de los contenidos, los conceptos, los significados, las actividades, etc. que se realizaron durante la intervención. Esto es importante para la etnografía de las instituciones porque dispongo de un bagaje particular, como los fundamentos ideológicos de la constitución de Educomalli A.C. y todos los elementos que se consideraron en el momento de tomar las decisiones del programa.

Considero como desventajas que las personas nunca dejaron de vincularme con el ámbito de la salud y la nutrición y que sólo aceptaron participar quienes ya me conocían, por lo que no podré saber si los resultados con los que concluyo se pueden aplicar a otros grupos de la comunidad. No obstante, la perspectiva de Smart (2012) permite ver al grupo de participantes como una colectividad, con la intención de producir un amplio retrato del mundo distintivo de conceptos y recursos simbólicos relacionados a la “alimentación para aguantar” que comparte cada uno de ellos.

El trabajo de campo consistió en visitar durante un día la casa de cada una de las personas que aceptaron participar y acompañarlas en la realización de las actividades cotidianas. Como primer acercamiento antropológico a la comunidad registré la historia, el contexto, las características y todos los procesos, conceptos, discursos y costumbres relacionadas al *sistema alimentario*<sup>19</sup>. Estos resultados los describo en el primer apartado de este capítulo denominado *La comunidad de Tixapan y su sistema alimentario*.

Goody (1995) considera que el análisis estructural del sistema alimentario “...prioriza el contenido simbólico proyectado en el discurso alimentario...” (citado por Aguilar Piña, 2014: 18), por lo que en el segundo apartado, denominado *Significando la “alimentación para aguantar”*, analicé los discursos<sup>20</sup>, seleccioné y signifiqué el dispositivo discursivo de la “alimentación para aguantar” porque el término “para aguantar” y su variedad de formas, modalidades y conjugaciones fue

---

<sup>19</sup> El *sistema alimentario* se refiere a los procesos complejos a través de los cuales las personas de una cultura obtienen de la naturaleza sus bebidas y alimentos, los almacenan, los distribuyen, los preparan y los consumen; así como las respectivas técnicas, ingredientes, utensilios y tecnologías implicadas (Vargas Guadarrama y De Garine, 2006).

<sup>20</sup> El discurso, visto desde la lingüística como el lenguaje en uso, es una manifestación cultural y multimodal en la que se representan la(s) práctica(s) sociales como forma de conocimiento; es decir, como instrumento para construir socialmente la realidad. Su propósito es modelar actitudes, formas de pensar, sentir y actuar; mediante la transmisión de significados y proposición de comportamientos (Wodak, 2003).

el que las personas que participaron en la investigación utilizaron con mayor frecuencia.

## La comunidad de Tixapan y su sistema alimentario

La comunidad de Tixapan es parte de la junta auxiliar de San Miguel Tzinacapan en el municipio de Cuetzalan del Progreso en la Sierra Norte del Estado de Puebla (imágenes 1, 2 y 3). El terreno es montañoso y se divide en dos sierras la alta y la baja, la comunidad se encuentra en la segunda a 405 msnm (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2014). El clima es cálido y tropical con lluvias y neblina abundante la mayor parte el año y tiene una vegetación característica semi-tropical con diversidad de flora y fauna<sup>21</sup> (imagen 4 y 5).

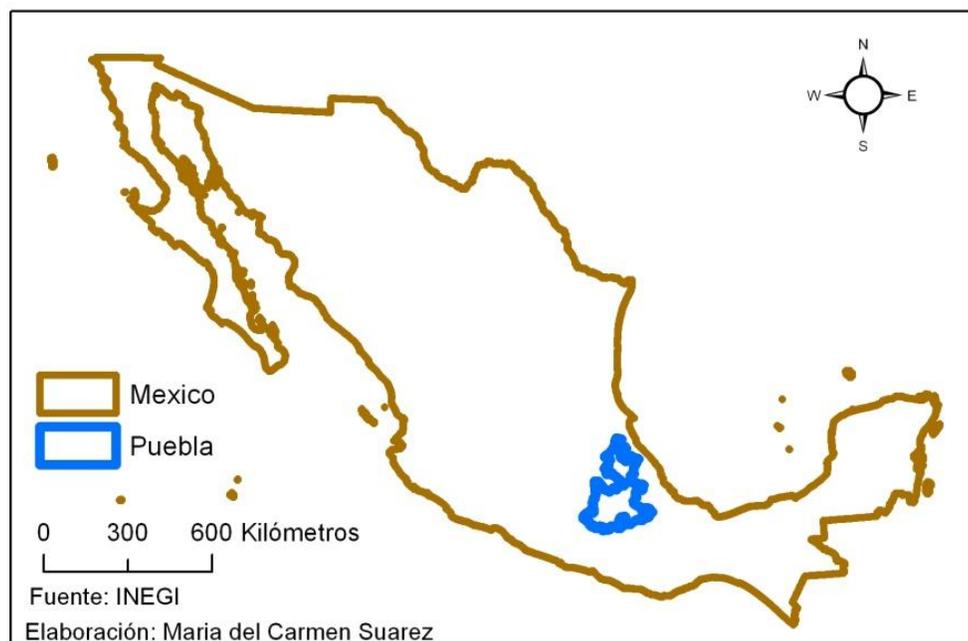


Imagen 1. Localización del Estado de Puebla.

<sup>21</sup> Notas de campo en enero de 2014 durante la visita realizada al museo "Casa de Cultura Cuetzalan". Museo Etnográfico Calmahuistic en Avenida Miguel Alvarado no. 18, centro histórico, Cuetzalan del Progreso, Puebla.

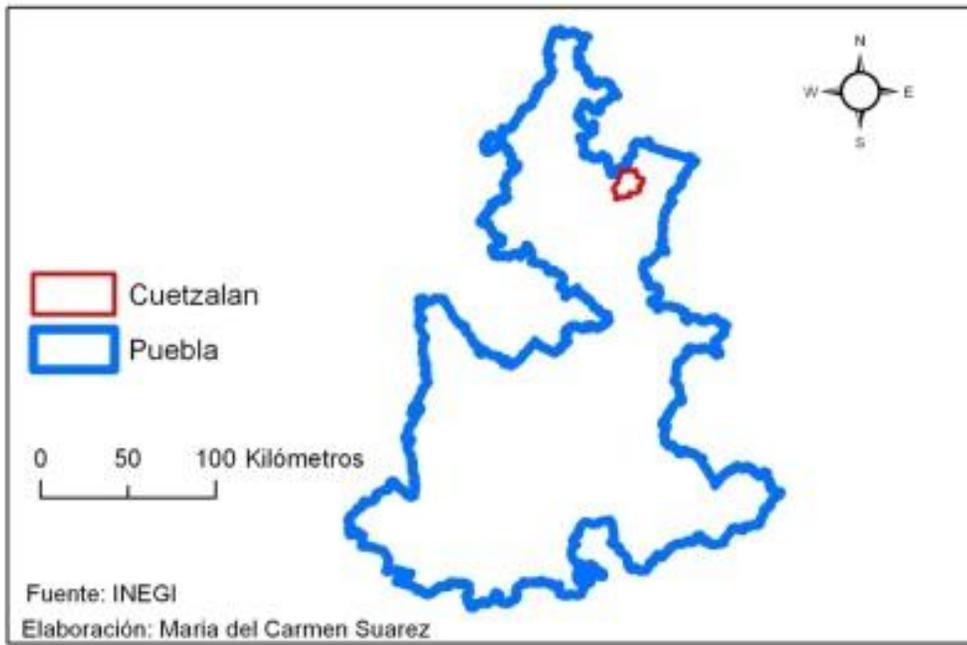


Imagen 2. Localización del municipio de Cuetzalan del Progreso.



Imagen 3. Localización de la comunidad de Tixapan.



Imagen 4. Contexto natural de la comunidad de Tixapan.

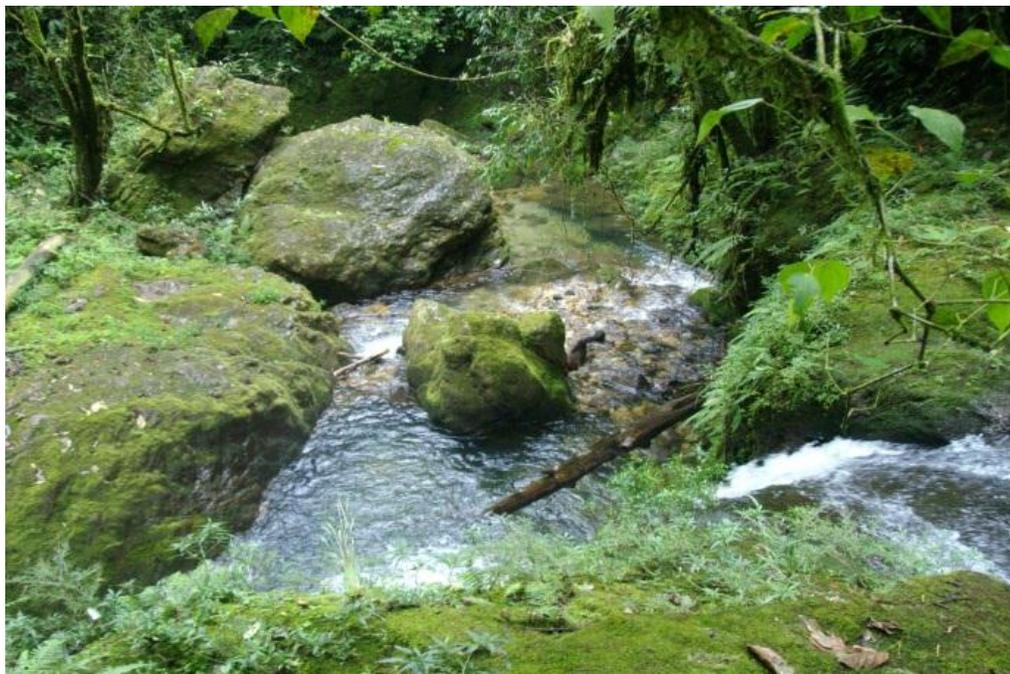


Imagen 5. Contexto natural de la comunidad de Tixapan.

La palabra Tixapan significa “agua de masa” y hace referencia al manantial “...donde sale el arroyito, así brota la agüita como agua de masa, por eso dicen Tixapan...” (Hombre 1 entrevistado el 16 de julio de 2014), éste se observa en la imagen 6. El Estado Mexicano la reconoció como localidad en 1994, cuando las personas que vivían en las casas alejadas de las localidades colindantes de Pinahuista, Tepetzintan y Ayotzinapan solicitaron servicios públicos, principalmente educación, debido a que la distancia y las condiciones del clima y el camino hacían difícil su acceso. En ese año llegaron los maestros del Consejo Nacional de Fomento Educativo (CONAFE), al inicio impartían las clases en casas particulares y en el 2000 se fundó la escuela primaria incorporada a la Secretaría de Educación Pública (SEP) con el nombre de la persona que donó el terreno *Escuela Primaria Federal Bilingüe Gilberto Diego Rosario* (imagen 7); junto con la escuela también se fundó el camino peatonal Rolando Diego Báez (imagen 8), quien fue maestro y nieto de Gilberto Diego Rosario. Las clases de pre-escolar siguieron impartándose en casas particulares hasta el 2015 cuando se construyó el jardín de niños (imagen 9) con la cooperación económica y laboral de toda la comunidad.

El agua entubada se instaló el 30 de abril de 1999 (imagen 10) y un año después, en el 2010, se construyó la capilla dedicada al Niño Doctor que es el santo patrono de la comunidad (imagen 11). Estos eventos antecedieron al establecimiento de las cuatro mayordomías, que son: el Niño Doctor (30 de abril), San Juditas Tadeo (19 de junio), la Virgen de Guadalupe (12 de diciembre) y el Niño Dios (24 de diciembre). Los mayordomos cambian cada año de modo que diferentes miembros puedan tener el cargo; para su elección se organiza una reunión 10 días antes de la fiesta en la que se elige quién será el próximo y el día de la fiesta se oficia misa en la capilla, después salen todos en peregrinación con la cruz hasta la casa del nuevo mayordomo en donde hacen un convivio.



Imagen 6. Manantial de Tixapan, que significa "agua de masa".



Imagen 7. Escuela Primaria Federal Bilingüe Gilberto Diego Rosario.



Imagen 8. Camino peatonal Rolando Diego Báez.



Imagen 9. Preescolar de la comunidad de Tixapan.



Imagen 10. Altar en la toma de agua entubada.



Imagen 11. Capilla dedicada al Niño Doctor.

En 2010 también se abrió la brecha que baja desde Tepetzintan (imagen 12) y se nombró la primera autoridad civil de la comunidad, que es un juez de paz y un secretario los cuales se eligen cada tres años de acuerdo a las fechas de las elecciones de la junta auxiliar de San Miguel Tzinacapan.

Por otra parte los programas sociales de alimentación que se han puesto en marcha en la comunidad son: "...el primero llegó, pues cuando lo de la escuela [...] CONASUPO pero llegó :::en el 2010, la tienda DICONSA..." y con la cooperación económica y laboral de todos "...la casita de salud se fundó, tiene como:::, como después de la, de la capilla, como en 2011, sí 2011, sí..." (Hombre 1 entrevistado el 16 de julio de 2014) (imágenes 13, 14 y 15). En la casa de salud se realizan actualmente las campañas de promoción y vacunación y las pláticas de PROSPERA, con muy poca frecuencia los médicos de servicio social bajan a dar consulta pero ninguno se queda de planta, entonces en caso de necesidad o emergencia la gente sube a la clínica de Ayotzinapan o a la de Tepetzintan según el lugar donde esté ubicado su domicilio. Finalmente el programa de orientación alimentaria *Construyendo mi Alimentación* descrito en la introducción de esta tesis que se desarrolló en 2012.

En 2013 se abrió la brecha que baja de Ayotzinapan (imagen 16) y se instaló el cableado de energía eléctrica que llega a toda la comunidad. La disposición de excretas actualmente es en letrina en la mayoría de los hogares y en la minoría se practica el fecalismo al aire libre.

La inmigración se da "...sólo por ejemplo, cuando::: una muchacha se casa, viene de otro pueblo, viene acá, pero hasta ahí no´mas..." (Hombre 1 entrevistado el 16 de julio de 2014) y generalmente ese otro pueblo es Tepetzintan, San Miguel Tzinacapan, Pinahuista y/o Ayotzinapan. La emigración es temporal, principalmente

son los hombres que salen a trabajar a la ciudad de México, Xalapa y/o Puebla por un tiempo determinado en lo que ahorran la cantidad de dinero que necesitan y una vez que lo consiguen regresan a vivir a la comunidad.



Imagen 12. Brecha que baja a Tixapan desde la comunidad de Tepetzintan.



Imagen 13. Tienda de abasto comunitario DICONSA.



Imagen 14. Casita de salud de la comunidad de Tixapan.



Imagen 15. Casita de salud de la comunidad de Tixapan.



Imagen 16. Vista de la comunidad de Tixapan desde la brecha que baja de Ayotzinapan.

Entre las principales actividades laborales está la agricultura de subsistencia y la venta de cultivos regionales que son: maíz y frijol para autoconsumo, café, pimienta, bambú, caña de azúcar (algunos preparan piloncillo y venden el bloque de 1 kg. de panela). Los oficios dentro de la comunidad son: peluquero, jornalero, pica leña, cocinera del almuerzo de los maestros, costurera y artesanas (blusas bordadas, servilleteros y tortilleros principalmente), también hay personas que tienen una tienda dentro de su vivienda y/o un molino eléctrico. Los empleos temporales son en Cuetzalan, que es la cabecera municipal, las mujeres suben a alguna casa para cocinar, lavar, limpiar y ayudar en las labores del hogar durante un tiempo variable porque algunas van una, dos, tres o cuatro veces por semana y otras se quedan ahí toda la semana y bajan el sábado y domingo a Tixapan. Los hombres se emplean como albañiles en obras públicas y/o privadas especialmente antes de Semana Santa en Cuetzalan, donde se abren contrataciones temporales dado que, como Pueblo Mágico reconocido por la Secretaría de Turismo, deben pintar y dar mantenimiento a todos los edificios y calles del centro histórico. Los hombres acuden porque estas fechas son previas a la fiesta patronal de Tixapan, de tal manera que su principal interés es ahorrar dinero.

Las oportunidades de educación que hay actualmente en la comunidad son jardín de niños y primaria, ambos incorporados a la SEP, para estudiar secundaria los jóvenes se inscriben a las telesecundarias de Ayotiznapan, Pinahuista, Tepetzintan y/o San Miguel Tiznacapan, este último es en donde pueden estudiar la preparatoria. En Cuetzalan tienen la oportunidad de estudiar en alguna de las universidades privadas y/o en la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla (BUAP) pero hasta el momento ninguno de los jóvenes ha tenido acceso a estudios profesionales ni técnicos.

Actualmente viven en Tixapan 318 personas nahuas y como la comunidad está dentro de la categoría de muy alta marginación (Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas, 2010) es foco de interés para el desarrollo de todo tipo de programas gubernamentales y de ONG; no obstante, es difícil lograr la organización comunitaria y los acuerdos necesarios para que reciban los apoyos, debido a que la división entre las familias que originalmente pertenecían a las localidades de Pinahuista, Tepetzintan y Ayotzinapan es evidente y en algunas situaciones conflictiva.

Una vez conocido el contexto de la comunidad entré al tema de interés que es la alimentación, para ello estudié el *sistema alimentario*, porque su análisis estructural prioriza el contenido simbólico. Según la definición de Vargas Guadarrama y De Garine (2006) éste es el conjunto de procesos complejos mediante los cuales las personas de una cultura obtienen de la naturaleza sus bebidas y alimentos, los almacenan, distribuyen, preparan y consumen, así como también las respectivas técnicas, ingredientes, utensilios y tecnologías implicadas.

En la comunidad de Tixapan las principales actividades que realizan las familias para abastecerse de alimentos son: cosecha para autoconsumo y para vender, caza en el monte de algunos animales como tlacuache, armadillo, tejón, chichelot, entre otros; pesca en los ríos de charales y acamayás (imagen 17), cría de gallina, pato, guajolote y cerdo en el traspatio de la vivienda principalmente para autoconsumo pero también para vender, recolección de hongos (setas, *nanacat* y *alaccho*), quelites (hierbamora, mafafa, *tomaquilit*, *huanquilit*, entre otros) (imagen 18) y frutas como el plátano, la papaya, maracuyá, mandarina, mamey, nuez de

macadamia, zapote blanco, entre otras<sup>22</sup>. A ello se deben agregar los obsequios entre las personas que forman parte de las redes sociales y familiares (imagen 19), los alimentos industrializados que llegan en las despensas de los programas sociales de alimentación, y finalmente la compra y trueque de alimentos. Estos últimos los realizan principalmente en la tienda DICONSA y en las misceláneas particulares de la comunidad. Los días jueves y/o domingo los hombres son los responsables de subir al mercado de Cuetzalan (imagen 20) para abastecerse de los *alimentos primarios*<sup>23</sup> (cebolla, papa, jitomate y *xocoyolli*), también compran en los mercados de Zacapoaxtla y/o Teziutlán cuando están ahí por alguna otra razón particular.



Imagen 17. Niños y niñas pescando charales en el río.

<sup>22</sup> Que junto con los bolis se consumen como *antojos*, según la clasificación cultural de los alimentos por su uso de Vargas Guadarrama y De Garine (2006); éstos son restablecedores para el calor y la humedad de las tardes de verano.

<sup>23</sup> Según la clasificación cultural de los alimentos por su uso de Vargas Guadarrama y De Garine (2006).



Imagen 18. Recolección de hongos *nanacat*.



Imagen 19. Relaciones sociales y alimentación.



Imagen 20. Mercado dominical de la Ciudad de Cuetzalan.

Las técnicas de preparación de alimentos en orden de mayor a menor frecuencia de uso son: hervido con ceniza (imagen 21), asado (imagen 22), sancochado o sofrito, martajado, al vapor y frito; los utensilios utilizados son principalmente de barro, piedra, madera, peltre y plástico. La leña es el único combustible empleado y el fogón el único lugar para la preparación.

Los procesos del *sistema alimentario* que faltan (almacenamiento, preparación y consumo de alimentos) los describo en el siguiente capítulo debido a que mi intención es priorizar el contenido simbólico y la ideología que se manifiesta en los discursos y las costumbres alimentarias<sup>24</sup>.

---

<sup>24</sup> En palabras coloquiales Contreras y Arnaiz (2006) consideran que “*del dicho al hecho, hay un trecho*” con esta frase inician el artículo en el que mencionan los problemas a los que se enfrentaron cuando preguntaban a la población española sobre los alimentos que consumía. Ellos distinguen entre las *prácticas reales u objetivadas* y las *prácticas declaradas o interiorizadas* y resaltan la importancia de analizar ambas.



Imagen 21. Cocción de la *mafafa* mediante hervido con ceniza.



Imagen 22. Cocción de la tortilla y el jitomate mediante asado.

## **Significando la “alimentación para aguantar”**

En este apartado selecciono y significo el dispositivo discursivo que conceptualiza la “alimentación correcta” del grupo de personas nahuas de Tixapan que aceptaron participar en la investigación, este grupo particular es considerado por la propuesta de la etnografía interpretativa de Geertz (1989) orientada al análisis del discurso de Smart (2012) como una colectividad con la intención de producir un reporte holístico del mundo conceptual que comparte cada uno de los miembros.

Según el autor esta propuesta etnográfica permite al investigador el acceso al mundo conceptual en el que viven los sujetos estudiados, asimismo la etnografía interpretativa también conocida como simbólica o semiótica permite estudiar la relación entre la cultura del grupo social particular y su lenguaje (escrito, oral y/u otros recursos simbólicos) para entender algunos aspectos sobre cómo los miembros del grupo viven, interactúan y se comunican. Esto el investigador lo hace a través del análisis de las prácticas discursivas con las que un grupo particular construye, mantiene y reproduce el mundo social compartido.

La “alimentación para aguantar” la seleccioné como dispositivo discursivo porque el término “para aguantar” y su variedad de formas, modalidades y conjugaciones fue el que las personas que participaron en la investigación utilizaron con mayor frecuencia. Posteriormente lo probé como marcador de significados compartidos porque según Smart (2012) todos ellos son sugerentes de toda una manera de estar-entender-vivir en el mundo.

Este tipo de etnografía se caracteriza por una multiplicidad de estructuras conceptuales complejas, muchas de ellas súper-impuestas entre unas y otras que

son extrañas, irregulares e implícitas, mismas que a continuación intento separar y describir en orden de la más simple a la más abstracta.

En la "alimentación para aguantar" los alimentos deben ser naturales, frescos, recolectados y elaborados al momento, esto en voz de las personas que participaron<sup>25</sup> significa lo siguiente:

...el:: el agua aquí como que es muy rico [...] Ps aquí o aquí:: dicen que comemos así:: vivo, porque algunos ya hacen congelados así todo no, no, ya no salen buenos... (Mujer 6 entrevistada el 21 de abril de 2015)

...de que comemos este:: algo de que:: de todo es de acá de puro rancho y allá comen puro comprado, entons exactamente como que sale:: diferente... (Mujer 3 entrevistada el 22 de abril de 2015)

...hay tiendas de mercado Soriana o Bodega, ya pues la verdura puro congelado, ya no tiene ni sabor [...] Hacen tianguis y ps no está muy fresco pero ps sí, sí lo compras en el tianguis [...] Y ps el pollo lo comprabas en las carnicerías [...] Pero no era de:: semanas, eran de días, dos o tres días y ya. Pero allá [en otra ciudad donde vivió] ¡Son como:: de un mes! Todo el pollo grandote, ya te lo pesaban, pero yo creo puro hielo [...] Mmm... A lo mejor de lo que llevan de lejos, sí:: porque los ranchitos están afuera de la ciudad [...] No es como aquí que mata fulano de tal un marranito y vas a comprar carne fresca [...] Por aquí la:: la gente que toma leche es la de la:: la fresquecita [...] De las vacas [...] Esa sí es, así no'más la:: la compras, la hierves con arrozito y te lo tomas, no esa sí es más, más mejor pues... (Mujer 5 entrevistada el 25 de abril de 2015)

Los alimentos se ofrecen, se comparten y se convidan con las personas que forman parte de la red social, esta oferta y devolución de alimentos o "dones" según Marcel Mauss (1954) es voluntaria, desinteresada, espontánea y principalmente una obligación de las personas que forman parte de la estructura social de Tixapan, en palabras de Bohannan y Glazer (2007) "...esta forma necesaria de intercambio, que no es más que la división del trabajo,..." (p. 276) y en palabras de las personas que participaron en la investigación:

---

<sup>25</sup> Todas las personas que participaron en la investigación son hablantes de náhuatl como lengua materna.

...es damos de comer [...] Y este::: les llevamos cosas, los que lo que comemos acá nosotros en::: acá porque allá en Puebla ps también quieren comer pero, pero ya lo que comemos acá [...] Le llevamos este::: quelites, le preparamos huevo de acá de rancho, le llevamos este pollo de acá de rancho y todo le hacemos de acá y tortillas y café y los llevamos, se los llevamos que coman [...] Como más que nada se comparte, compartemos, nos compartimos en todo [...] Ya así nos acostumbramos, ya también me acostumbré también ya con ellos porque también yo los conozco y ps ya nos hablamos también bien... (Mujer 5 entrevistada el 22 de abril de 2015)

...sí este::: sí lo siembra mucho mi abuelito y::: con eso se ya este::: se:::, bueno se::: alimentan de eso de que los venden y ya para lo compren otros, lo compran este::: ya el jitomate a veces ps lo siembra pero esos jitomates esos de::: [...] Me los regaló mi abuelito, una bolsita [...] Me regaló el quintonil, me regaló la mafafa le dicen [...] Me regaló el jitomate y el chile verde [...] Ya este::: el pápalo ¿Cómo dicen? Pápalo... [papaloquelite] Aja! Sí ese también, también lo siembra... (Mujer 6 entrevistada el 19 de julio de 2014)

Durante mi estancia en la comunidad observé que cada vez que comía en una casa al menos uno de los ingredientes con los que preparábamos los platillos era compartido por alguna de las personas de la red social de esa familia.

Los alimentos, los utensilios, los platillos son todos de acá o como lo expresaron los y las participantes

...sí porque sale todo de acá [...] Porque uno si lo compra allá ps no, sale muy, como que muy diferente también la comida... (Mujer 6 entrevistada el 19 de julio de 2014)

...no:::, no ya casi rico nada jaja [risas] no porque los de acá sí están ricos todavía pero allá no... (Mujer 1 entrevistada el 21 de abril de 2015)

...no le gusta el pollo [...] Es que como él, este no sé, porque él no, no se acostumbra comer tanta::: bueno carne, pero pues ¡Ni modo! Le digo, hay que comerlo [risas]. El pollo de acá lo hacen más bonito porque lo ponen todo, este::: le ponen esa salsita de acá, lo::: muelan, lo hacen, lo preparan también las señoras de acá [...] Entonces como que sale bien rico y le ponen pimienta. Ya allá no, tiene otro sabor... (Mujer 5 entrevistada el 22 de abril de 2015)

...en la estufa, es lo que estaba viendo, pero [...] Sabía bien, bueno igual de rico no digo que no [...] Pero::: aunque dice mi tía que es otro, dice es otro y acá, dice, es otro... (Mujer 3 entrevistada el 25 de julio de 2014)

...yo, yo creo que también porque como allá también se acostumbraron a que comer, pues, ya sea el otro tipo de comida y:: que coman, pues ya se acostumbraron [...] También como nosotros acá, también ya nos acostumbramos a comer [...] Y ps este:: ps igual [risas] Cada, cada este:: cada forma de comer, que hagamos la comida, de comamos, tenemos este diferente, este de acostumbrar a comer... (Mujer 1 entrevistada el 20 de abril de 2014)

**Los alimentos contienen y transmiten fuerza, esto quiere decir:**

...no yo he visto que aquí las mujeres son bien fuertes [...] Como mi hermana, mi hermana se lleva un bulto de:: zapote y... como si nada [...] ¡Sí::! Como si nada [...] Aunque estén flaquitas están bien fuertes [...] Y:: pues sí dicen que son más fuertes, a lo mejor por la tortilla... (Mujer 4 entrevistada el 25 de abril de 2015)

...no sé por qué como que tiene más fuerzas la de acá [...] De comprar como que tiene lo otro, otro:: otro fuerzas el maíz y también este:: sale poco, bueno no te digo, no digo que no, también es tortilla porque tienen, tienen este:: diferentes, diferentes este fuerzas del:: olor de tortilla [...] Yo digo que este:: que salen muy buenas y muy ricas las tortillas porque así aquí lo pusimos, bueno, yo paro mi nixtamal de acá del maíz y:: pongo mis tortillas pues hasta:: salen bien bonitas y este salen bien ricas [...] Y si compro maíz y lo paro ps no, no digo que no también salen bonitas pero diferentes tiene este el:: diferentes tienen este el:: el olor y el mmm como diré el ... Diferentes tienen este el:: el olor de tortillas, el rico de las tortillas, todo tienen diferente... (Mujer 2 entrevistada el 18 de julio de 2014)

...los quelites, aquí casi la mayoría come quelites [...] Los quelites aquí más, más, este::, los que más comemos aquí es el, es el, este:: quintonil... Y esa:: [...] hierbamora. Son los que más, que más, comemos [...] Si hay en la milpa calabacitas que nace ahí y ya esa hacemos caldito aquí [...] Vas a cortar, cortadita, lo cortas y lo hierves sale bien verdecito [...] Debe comer uno para::, para, para tener fuerzas... (Mujer 3 entrevistada el 21 de julio de 2014)

...ya fue cambiando, le digo, por eso ahora no nos, nos sentimos cansados, débiles porque ya no, ya no nos alimentamos como antes, no ya no, ya tomamos cosas que vienen ya de fabricados o:: o cosas que ya no nos apoyan... (Hombre 1 entrevistado el 17 de julio de 2014)

**Para trabajar, estar sano y no sufrir:**

...yo digo no es flojo mi abuelito, lo hace de todo [...] Nosotros ya nada más queremos, le digo, no, no quiero hacer de, de ... [risa] temprano [...] Él de todo [...] Y está abuelito, ya tiene edad [...] Y todavía trabaja, pero nada más que no ve mi abuelito [...] Ya tiene edad tiene noventa y tantos años, ya está abuelito, pero todavía trabaja [...] Él no tiene ninguna enfermedad, está sano, además de que está ya abuelito, pero ps todavía hace... (Mujer 5 entrevistada el 23 de julio de 2014)

...la gente ya se va a la ciudad y ya busca otro trabajo más cómodo [...] Ps a veces dormíamos unas dos horas, unas dos horas [...] Así nos acostumbramos y no, no nos enfermábamos ni nada de eso [...] Le digo, antes se comía todo, cosas sencillas, por ejemplo [...] Mucha gente me dice, bueno ¿Por qué hay mucha pobreza en::: las comunidades? Bueno desgraciadamente hay, hay mucha pobreza porque... Una es porque no tenemos a donde::: apoyarnos [...] Mucha gente, hay mucha gente que ya no quiere trabajar [...] Y antes los abuelitos [...] Mi papá me acuerdo que iba a Cuetzalan no a dejar el dinero, sino a traer el dinero [...] Llevaba sus productos a vender y traía el dinero [...] Y es lo que pasa, que ahorita:::, todos vamos a comprar al, al, al pueblo; en lugar de traer vamos a dejar dinero [...] Y aquí todo se da:::, siembras jitomate y chile verde, pa'que veas todo se da [...] Na'más que somos flojos... (Hombre 2 entrevistado el 24 de abril de 2015)

El *sufrimiento* es el término con el que las personas se refirieron a las enfermedades relacionadas con la desnutrición y la deficiencia de nutrimentos, ya sea por un consumo insuficiente o por una mala absorción. Este término también lo relacionaron con el trabajo y la flojera "...dicen que sufren y que no hay nada [...] La verdad es que sufren porque son flojos, porque comida sí hay..." (Mujer 2 entrevistada el 22 de julio de 2014).

El alimento básico<sup>26</sup> es el maíz hecho tortilla para que rinda y llene, en otras palabras

...pues sí ha::: ha de dar hambre porque este::: es que si una taza de leche y ya o si es que hay más ps te tomas todo [...] Pero no es lo mismo que te comas dos, tres tortillas y ya anda a trabajar [risas] sí te ha, te ha de aguantar hasta::: las once, las doce o ya hay, ya hay mucha gente que ya está acostumbrada ya así a trabajar desde temprano las ocho o nueve [...] Ya es la misma y ya le van a dejar su desayuno a eso de las once, las doce, la una; na'más desayunan un cafecito y ya se van a trabajar [...] Pero así como::: yo ando que no::: no hago nada [risas] sí va a aguantar con un vaso, una taza de, de café de, de perdón de leche y un panecillo hasta las once, las doce sí aguanto... (Hombre 2 entrevistado el 24 de julio de 2014)

...eso es inevitable [risas] para los que, bueno yo digo para los que trabajamos verdá, imagínate comes más comida y::: y tres, cuatro tortillas, luego agarras el azadón y te pones a limpiar la milpa, te da hambre luego, luego dos, tres horas y ya te está dando hambre y necesitas comer como dé lugar porque estás trabajando fuerte por eso mucha gente le mete más tortilla que comida

---

<sup>26</sup> Clasificación cultural de alimentos por su uso de Vargas Guadarrama y De Garine (2006).

porque en la tortilla te:: te [...] Y te da hambre pero hasta después [...] Ya na'más te vas tomando tus, tu agüita, nada, tu agüita natural y vas chambeando y como quiera no te da hambre pero si comes más comida y dos, tres tortillas na'más que estuvieras [risas] como yo sentado todo el día [...] A lo mejor sí verdá, pero veces nos fletamos las chambas así con azadón, con machete en el monte, imagínate dos, tres tortillas no va a rendir... (Hombre 2 entrevistado el 24 de julio de 2014)

...yo me he dado cuenta porque como:: como lo normal, vamos a decir, me da hambre luego, luego si como, como tortillas de, de máquina y si come uno tortillas de aquí de rancho te rinde más, aguantas más... (Mujer 2 entrevistada el 25 de abril de 2015)

...le da pecho pues te digo yo nada más le da pecho y ya se duerme [...] Pero los demás te digo de que no, ya no tomen, ya no toman leche, pura, pura tortilla ya comen [...] Ya de que comen ps te digo ya en la tarde comen, comen en la mañana y todavía comen en la tarde... [La leche] también les ayuda pero no mucho [...] Yo digo que más es por la tortilla [...] No a ellos [los niños] la tortilla, la leche se lo toman en la mañana y a:: unas dos horas ya tienen hambre... (Mujer 6 entrevistada el 23 de abril de 2015)

...si porque si yo no'más me como un pan o un plátano no aguanto y sí me lo como el plátano pero:: pero porque también estoy comiendo otra cosa [...] Pero aquí si no comen tortilla yo digo que no aguantarían porque pues hacen muchas actividades todo el día... (Mujer 5 entrevistada el 23 de julio de 2014)

En una ocasión estaba en la casa de una de las participantes que tiene hijos en primaria y me enseñaron el libro de 2° año de la SEP porque en ese grado cursan la materia de Naturaleza y Sociedad, que es en la que les enseñan el Plato del Bien Comer y la "dieta correcta", leí en voz alta las actividades y las respuestas de los niños de Tixapan " ...¿Qué alimentos consumen más en tu grupo? Frijoles y huevo..." (Investigadora, 23 de abril de 2015). Le pregunté a la madre por qué ningún niño mencionó la tortilla en el ejercicio en el que tenían que escribir lo que comieron el día anterior y ella me respondió lo siguiente:

...no ahí no le pusieron tortilla [...] No sé el maestro yo creo que porque ese lo hicieron en la escuela [...] Ahí no hablaron ninguno de tortilla [...] De hecho en:: en las recetas que viene [imágenes 23 a 26] no viene de buenas comidas que pura galletas con:: queso, con:: frijol y este:: luego viene el:: la torta, viene mucho pero con pan [...] Con pan y sí viene uno de tortillas pero con este:: este:: viene tortilla pero nada más con:: con enchiladas creo y enfrijoladas

[...] Es lo que yo veo que ahí, que no le sirve a ellos para nada porque pues puro pan, galletas [risas] hasta le dije al maestro Laurentino le digo, usted los quiere poner a dieta, no quiere que coman... (Mujer 6 entrevistada el 23 de abril de 2015)



Imagen 23. Ejemplo de una de las recetas del recetario que repartieron en la escuela.

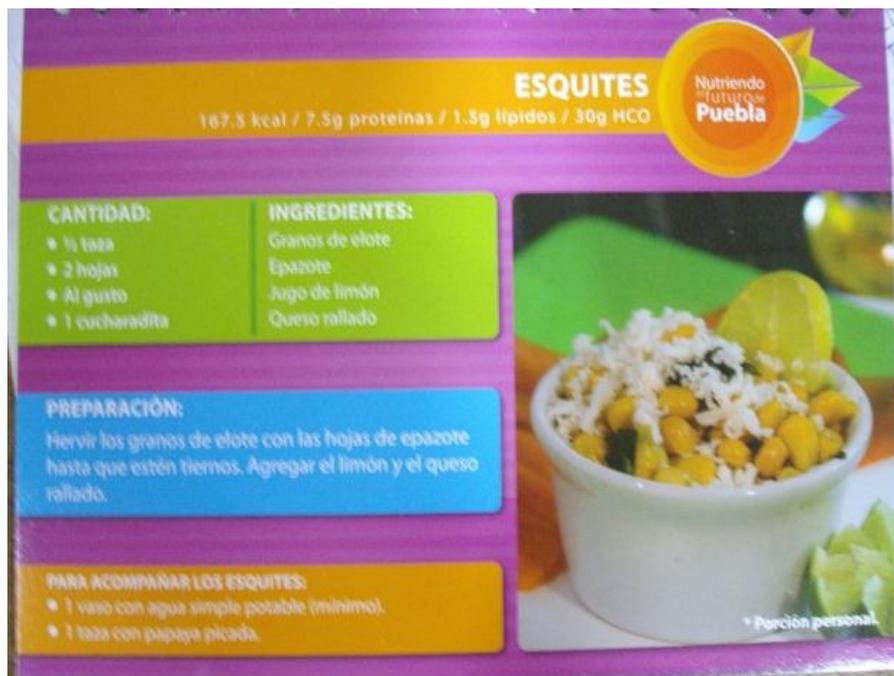


Imagen 24. Ejemplo de una de las recetas del recetario que repartieron en la escuela.

**COCTEL DE FRUTAS CON YOGUR Y GRANOLA**  
155 kcal / 9g proteínas / 2g lípidos / 27g HCO

**Nutriendo Futuro Puebla**

**CANTIDAD:**

- ½ taza
- ½ taza
- ¼ taza
- 3 cucharadas

**INGREDIENTES:**

- Sandía
- Melón
- Yogur natural descremado
- Granola baja en grasa

**PREPARACIÓN:**  
Picar la fruta y mezclarla en un recipiente. Agregar el yogur y la granola.

**PARA ACOMPAÑAR EL COCTEL DE FRUTAS CON YOGUR Y GRANOLA:**

- 1 vaso con agua simple potable (mínimo).

\* Porción personal.



Imagen 25. Ejemplo de una de las recetas del recetario que repartieron en la escuela.

**POLLO CON NUEZ**  
180 kcal / 12g proteínas / 6g lípidos / 18g HCO

**Nutriendo Futuro Puebla**

**CANTIDAD:**

- ½ taza
- 2 cucharadas
- 3 piezas

**INGREDIENTES:**

- Pollo cocido deshebrado
- Nuez picada
- Galletas Integrales

**PREPARACIÓN:**  
Mezclar el pollo deshebrado con la nuez picada. Servir con las galletas integrales.

**PARA ACOMPAÑAR EL POLLO CON NUEZ:**

- 1 vaso con agua simple potable (mínimo).
- 1 taza con uvas enteras o cortadas a la mitad.

\* Porción personal.

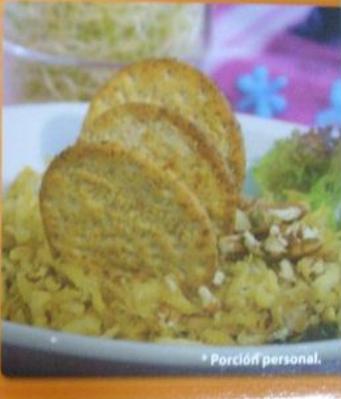


Imagen 26. Ejemplo de una de las recetas del recetario que repartieron en la escuela.

El concepto de "alimentación para aguantar" se puede sintetizar como la alimentación que contiene y transmite la fuerza necesaria para estar correoso y aguantar el trabajo y la "chinga" (como dicen en la comunidad) porque el flojo sufre y pasa hambre y el "flaco" y el "gordo" no aguantan las "chingas", y tiene las siguientes características:

El alimento básico es el maíz hecho tortilla para que rinda y llene.

Los alimentos y platillos de acá<sup>27</sup> son ricos, naturales, frescos, recolectados y elaborados al momento.

Los alimentos y platillos se ofrecen, convidan y comparten con las personas que forman parte de la red social.

En el siguiente capítulo analizo propiamente la relación que existe entre la ideología que subyace tras los significados de la "alimentación para aguantar" y de la "dieta correcta", sin embargo, desde este apartado de construcción del concepto "alimentación para aguantar" me parece pertinente contrastar su definición y características con una de las características de la "dieta correcta" (páginas 44 y 45 del capítulo anterior). Según la Secretaría de Salud (2006) ésta debe ser *adecuada* lo que significa "...que esté acorde con los gustos y la cultura de quien la consume y ajustada a sus recursos económicos, sin que ello signifique que se deban sacrificar sus otras características" (p. 35). Si observamos el contexto de la comunidad de Tixapan y el significado y características de la "alimentación para aguantar" evidenciamos que la "dieta correcta" no es *adecuada*.

---

<sup>27</sup> Este locativo hace referencia a la comunidad de Tixapan.

### Capítulo 3. “Alimentación para aguantar” y “dieta correcta”: encuentros y desencuentros

*“La medida en que estos cambios [del desarrollo] suponen una transformación más profunda en términos de la adopción de una racionalidad capitalista por los campesinos aún es una pregunta abierta que requiere un trabajo de campo etnográfico que no existe todavía...”  
(Escobar, 1998: 286).*

Como bien adelanté en el capítulo anterior y en la cita textual de Arturo Escobar (1998) en este epígrafe, el propósito de este capítulo fue analizar la relación que existe entre la ideología que subyace tras el discurso y las *costumbres alimentarias*<sup>28</sup> que implican la “alimentación para aguantar” y la “dieta correcta”.

El concepto de “dieta correcta” que analicé fue el publicado en la Norma Oficial Mexicana 043 del año 2005 (página 44 y 45 del capítulo anterior) porque fue el que “enseñamos” en las actividades de orientación alimentaria del programa *Construyendo mi alimentación*. Este tipo de normas y documentos son característicos de las prácticas institucionales del desarrollo y representan lo que Dorothy Smith llama *realidad documental* (citada por Escobar, 1998: 281) y los que Escobar (1998) sugiere analizar en la etnografía de las instituciones.

Las características de la “dieta correcta” y el estado de nutrición de la población son las variables que las intervenciones de nutrición comunitaria evalúan para conocer la calidad de la dieta que consume una población determinada y en las que se fundamentan para diseñar y ejecutar las políticas y programas sociales

---

<sup>28</sup> Las *costumbres* son los hábitos alimentarios generalizados de una comunidad. Éstos se refieren “...al conjunto de conductas adquiridas por un individuo, por la repetición de actos en cuanto a la selección, la preparación y el consumo de alimentos. Los hábitos alimentarios se relacionan principalmente con las características sociales, económicas y culturales de una población o región determinada” (Secretaría de Salud, 2013: 5).

de alimentación; por lo tanto, los significados y la(s) ideología(s) que les subyacen son los que se transmiten a través de los discursos de orientación alimentaria y que se relacionan con los de las personas de culturas diferentes a la del grupo médico-occidental-mexicano.

Van Dijk (2005) plantea que la ideología está manifiesta en los discursos y éstos a su vez modelan y proponen prácticas, entonces la ideología también se manifiesta en las costumbres alimentarias; por lo tanto, para analizar la ideología de la "alimentación correcta" y de la "alimentación para aguantar" clasifiqué ambos elementos<sup>29</sup> en cinco categorías empíricas: ahorro – que se manifiesta en la abundancia y previsión-, practicidad, inocuidad, salud y corporeidad; las cuales desarrollo en la primera parte de este capítulo llamada *El consenso y el conflicto entre las ideologías alimentarias*.

En la segunda parte denominada *La alimentación ¿Para aguantar o para permanecer?* Aludiendo a la teoría de control cultural en el estudio de procesos étnicos de Guillermo Bonfil (1987), analicé las manifestaciones en los discursos y costumbres de las tres estrategias cotidianas de permanencia indígena: resistencia, apropiación e innovación.

---

<sup>29</sup> En palabras coloquiales Contreras y Arnaiz (2006) consideran que "del dicho al hecho, hay un trecho" con esta frase inician el artículo en el que mencionan los problemas a los que se enfrentaron cuando preguntaban a la población española sobre los alimentos que consumía. Ellos distinguen entre las *prácticas reales u objetivadas* y las *prácticas declaradas o interiorizadas* y resaltan la importancia de analizar ambas.

## El consenso y el conflicto entre las ideologías alimentarias

En este apartado analicé la ideología manifiesta en los discursos y las costumbres alimentarias, que clasifiqué en cinco categorías según sus características: ahorro – que se manifiesta en la abundancia y previsión-, practicidad, inocuidad, salud y corporeidad.

### *Ahorro*

La Real Academia Española (2014) define *ahorro* de diversas formas, una de ellas es “guardar dinero como previsión para necesidades futuras” y otra es “reservar alguna parte del gasto ordinario”. Por la distinta naturaleza de las “necesidades” en este análisis dividí esta categoría en dos subcategorías que son: la abundancia y la previsión, la primera se refiere a “gran cantidad” (Real Academia Española, 2014) y la vinculé con la primera definición de ahorro –*guardar*- y la segunda es la “acción de disponer lo conveniente para atender a contingencias o necesidades previsibles” (Real Academia Española, 2014), la cual relacioné con la segunda definición de ahorro –*reservar*.

La abundancia se manifiesta en la necesidad de la “dieta correcta” de tener alimentos en abundancia para ahorrar tiempo, lo que implica el uso de diversas técnicas de conservación. En otro sentido, la necesidad en la “alimentación para aguantar” refiere a tener alimentos en abundancia para que rindan y llenen en ese momento.

La previsión se manifiesta en la “dieta correcta” en el momento de organizar las actividades de compra/venta de alimentos y cuando se planea lo que se va a

comer en un periodo de tiempo determinado, lo que permite cumplir con dos de las características de este concepto que son *equilibrada* y *suficiente*. En la "alimentación para aguantar" la previsión se manifiesta en el momento de abastecimiento de alimentos porque las personas siempre prevén tener para compartir con su red social, debido a que las relaciones sociales son uno de los determinantes que garantizan la seguridad alimentaria de la población.

### *Abundancia*

En la "dieta correcta" la abundancia se manifiesta en dos situaciones, la primera es cuando las personas almacenan en una despensa, refrigerador o congelador un excedente de comida para utilizar en días posteriores y ahorrar tiempo. Esto precisa de diversas técnicas para que los alimentos conserven la calidad microbiológica, nutricional y sensorial el mayor tiempo posible, entre esas técnicas están las prácticas de higiene para la preparación de alimentos en el hogar. La segunda manifestación es el almacenamiento en el hogar de alimentos conservados industrialmente a través de diversas técnicas como: la modificación de temperatura (refrigeración o congelación), de atmósfera (al vacío, atmósferas modificadas, entre otras), de humedad (secado, liofilizado), de concentración de solutos (salmuera y mermelada), de calor (esterilizado, pasteurizado) y/o la adición de conservadores (benzoato de sodio y/o sorbato de potasio), entre otras. En la descripción de la categoría inocuidad se ampliará más detalladamente esta información, lo que ahora interesa resaltar es la necesidad de tener alimentos almacenados en abundancia para ahorrar tiempo y ser "más prácticos", esta categoría también la analizo en un apartado posterior.

En el concepto de "alimentación para aguantar" sucede lo contrario porque los hogares no cuentan con un espacio definido para almacenar los alimentos; es decir, con una despensa. El maíz es el único alimento que después de cosecharlo, seleccionan lo que almacenarán para consumo humano y lo que será para alimentar a los pollos y animales, que cuenta con un lugar específico para conservarlo en el hogar (una despensa) y del que siempre hay en abundancia (imagen 27). También la leña, que no es un alimento pero es un material indispensable para la cocina, es otro elemento que siempre hay en cantidad adecuada y que cuenta con un lugar específico para su almacenamiento en el hogar y como lo mencionó una de las participantes "...también tengo mi metate arriba [refiriéndose a la casa de su hija en Cuetzalan] porque uno nunca sabe, siempre es bueno tener un metate porque siempre sale algo que hay que moler..." (Mujer 1 entrevistada el 21 de abril de 2015); aunque el metate no es un utensilio que tienen en abundancia sí prevén que éste es indispensable y no debe faltar.

En caso de que las personas en Tixapan consuman los platillos y éstos no se terminen, se dejan en las ollas donde se cocinaron encima de una mesa o en el espacio donde está el fogón y se consumen sin recalentar en el siguiente tiempo de comida, cuando generalmente se acaban (imagen 28); pero en caso de que abunden y no se acaben en el siguiente tiempo de comida, ni el siguiente, se hierven sucesivamente cada día para que se conserven.



Imagen 27. Almacenamiento de maíz en una vivienda.



Imagen 28. Almacenamiento de la comida en ollas.

Si bien la refrigeración y congelación son métodos de conservación, en Tixapan se utilizan principalmente para enfriar los alimentos que prefieren consumir fríos (valga la redundancia). Como se observa en la imagen 29, en el refrigerador (tanto de las misceláneas como de los hogares) se almacenan los jugos Boeing, los refrescos, las cervezas, las aguas frescas, el mole en pasta y la masa de nixtamal, esta última en el transcurso entre que se molió en el molino y se va a pasar por el metate para posteriormente echar las tortillas, y en el congelador se guardan los bolis que se preparan en temporada de calor. Las excepciones son la masa y el mole en pasta que refrigeran para conservar, la primera no más de dos o tres horas y el segundo no más de una semana. De todos los hogares que visité únicamente tres tenían refrigerador y en varias ocasiones no estaba funcionando porque la corriente eléctrica falla con mucha frecuencia durante la temporada de lluvias.



Imagen 29. Refrigerador de una miscelánea particular.

En la "alimentación para aguantar" la abundancia se manifiesta en hacer rendir la comida preparada; es decir, hacer rendir el trabajo necesario para prepararla, hacer rendir la cantidad de ingredientes utilizados y finalmente hacer rendir el dinero necesario para su elaboración de manera que la mayor cantidad de gente posible coma y se "llene" en ese momento.

La mayoría los participantes manifestó desconfianza a los alimentos industrializados y conservados por un tiempo, a pesar de reconocer que son prácticos y que les ahorran tiempo. Esto puede deberse al conflicto que éstos generan con la segunda característica de la "alimentación para aguantar" y a lo que Oseguera (2004) estudia como *(in)seguridad alimentaria*<sup>30</sup>. En términos de las participantes esto se refiere a:

...hay un atún que::: [...] Como le digo aquí a mi esposo ¿Qué tiempo tendrá eso? Está enlatado y luego en agua, en aceite [...] lo apoya uno, pero ¡Pero en agua!... (Mujer 3 entrevistada el 18 de julio de 2014)

...un ejemplo, aquí por ejemplo quiero una leche, abro la bolsa me, me sirvo un::: un vaso de leche [...] No sabemos de, de dónde proviene, de qué proviene [...] Ya no tener que ordeñar... (Hombre 2 entrevistado el 18 de julio de 2014)

Por esto me atrevo a decir que el concepto de *despensa* no existe en las familias de Tixapan que participaron en la investigación, se visualiza que dentro de los hogares no hay un espacio destinado a la despensa porque ésta está afuera de la casa; lo que responde a otra lógica de abastecimiento, organización y administración de los alimentos disponibles, la cual se manifiesta en todas las características de la "alimentación para aguantar".

---

<sup>30</sup> Oseguera (2004) clasifica los alimentos en seguros y riesgosos según la percepción social. Los alimentos percibidos como seguros son aquellos que por su escaso o nulo grado de transformación, durante la compra no se tienen dudas sobre su contenido y cuya preparación para la mesa depende casi totalmente del ama de casa. Por el contrario, los percibidos como riesgosos son aquellos que por su mayor grado de transformación industrial, generan desconfianza en relación a su contenido, a la forma en la que se elaboraron y al tiempo que llevan almacenados en el envase.

## *Previsión*

La "dieta correcta" plantea que la población debe prever en el momento de organizar las actividades de compra/venta y cuando planea la dieta (fundamentada en el aporte nutrimental) que consumirá en un periodo de tiempo, que generalmente es semanal aunque en algunas ocasiones es quincenal o mensual dependiendo de las fechas de pago del salario y la distribución del presupuesto familiar. Esto permite cumplir con dos de las características de la dieta correcta que son *equilibrada* y *suficiente* porque las actividades que implica satisfacer ambas características son complementarias a las de previsión, éstas comprenden el diseño de menús y la selección cuidadosa de los alimentos por su contenido nutrimental, la cualidad sensorial, pluses que ofrece el mercado (por ejemplo orgánicos, de comercio justo, con antioxidantes, entre otros), estatus social, el presupuesto y tiempo disponible para la preparación.

En la segunda característica del concepto de "alimentación para aguantar" si bien hay una selección cuidadosa de los alimentos que se van a consumir ésta se fundamenta en la recolección de los alimentos que están disponibles y en el momento adecuado de maduración para ser recolectados y con base a sus cualidades sensoriales seleccionan la manera en la que se van a preparar.

También en la "alimentación para aguantar", como lo menciona la tercera característica, las personas prevén para compartir con su red social lo que garantiza la seguridad alimentaria de la población. Así me lo aclaró una de las participantes el día que comí *chilpozontle* de tripa de cerdo, al salir de la casa me encontré con la persona que le *convidó* la tripa, me preguntó si me había gustado, le respondí que sí y le agradecí el *regalo* y en ese momento me aclaró que ella no *regalaba* nada porque no le sobraban las cosas pero que sí *convidada* con mucho gusto.

La importancia que tiene la construcción de las relaciones sociales para garantizar la seguridad alimentaria se manifiesta también en el momento de comprar los alimentos, tanto en las tiendas de la comunidad como con las personas a las que les compran cuando suben al mercado de Cuetzalan. Asimismo cuando venden leche o carne "*rancheando*"<sup>31</sup> y en una especie de compra/venta de tortillas a domicilio con el concepto de *fast food*. Lo que más me llamó la atención de esta última práctica es que son las tortillas el alimento que reparten, a continuación describo los contextos de su compra:

Un día caminé con algunas de las personas participantes y de las niñas al manantial de Tixapan, en el camino las mujeres iban comentando su preocupación sobre lo que íbamos a comer al regreso, ya que no habían molido porque desde el día anterior se había ido la corriente eléctrica o *la luz* como le llaman ahí, por la lluvia y volvió en el momento que iniciamos la caminata, entonces no habían podido llevar el *nixcome* al molino, el regreso iba a ser tarde e íbamos a tener mucha hambre. Cuando íbamos a dejar la carretera para bajar al manantial pasó el joven repartidor de tortillas en la moto y consideraron comprar de esas tortillas pero lo dudaron mucho y el joven siguió, después pasó otro repartidor y fue cuando una de las personas se volteó a ver a otra y le preguntó "...¿Llevamos de esas hija?..." (Hombre 1 entrevistado el 24 de julio de 2014), después de varias miradas y gestos decidieron comprarlas (imagen 30); la cara de la persona cuando preguntó a la otra fue de incertidumbre y al mismo tiempo de gusto y la de la otra persona fue también de incertidumbre y de tranquilidad por resolver esta preocupación.

---

<sup>31</sup> Este término se utiliza para describir la acción de vender un alimento o platillo moviéndose de un lugar a otro, en este caso, ofreciendo el alimento de un rancho a otro; es decir, si una familia mata un cerdo u ordeña sus vacas (las que tienen) apartan lo que consumirá la familia y lo que convidarán a las personas de su red social. Posteriormente salen a vender a sus conocidos y personas que forman parte de su red social de un rancho a otro.



Imagen 30. Servicio a la comunidad de "tortillas rápidas".

Otra ocasión fue días antes cuando entrevisté a dos de las personas con las que fui al manantial y mencionaron que "...la tortilla yo consumo de Cuetzalan de máquina sólo por necesidad, porque a mí no me gusta, no me gusta, no, no, no..." (Hombre 1 entrevistado el 20 de julio de 2014) y la otra persona respondió que ella compra las tortillas de máquina por lástima "...porque bajan los chavos echando suerte y yo pienso en mis nietos que andan por ahí echando suerte y pues que alguien les haga el paro, aunque la verdad esas no nos gustan porque no llenan, están delgadas..." (Mujer 4 entrevistada el 20 de julio de 2014).

Este argumento deja claro que esta actividad respalda la relación social recíproca que hay detrás de la necesidad de tener tortillas listas para comer cuando no tienen tiempo de moler. Finalmente otro contexto fue cuando lo oportuno de la modernidad se manifestó, ese día comí las tortillas de máquina en una casa porque

las personas no habían tenido tiempo de moler y como el día anterior una de ellas había ido a Zacapoaxtla llevó esas tortillas, mencionaron que no les gustaban pero que cuando había las comían sobre todo si no habían tenido tiempo de moler.

### *Practicidad*

Es importante profundizar en lo que la “dieta correcta” y la “alimentación para aguantar” entienden como *variada* y *completa*. La primera, considerando los aportes de Rivera y colaboradores (2012), describe la dieta del momento y no a largo plazo; es decir, es *completa* en cada tiempo de comida y *variada* cada día pero monótona a lo largo del año, esto se expresa en el esquema del Plato del Bien Comer y se fundamenta según Aguirre (2014) principalmente en el consumo de nutrimentos; en otras palabras, no importa que se consuman alimentos aislados siempre y cuando cumplan con la proporción de energía y nutrimentos requeridos, lo que en algunas ocasiones deriva en la preparación de alimentos aislados y no de platillos. Por ejemplo, que se cocine un poco de arroz, un poco de ensalada, un poco de frijoles, un poco de guisado, un poco de puré, etc. Asimismo y aunado a lo que se mencionó en el apartado sobre abundancia (página 88) es mayor la aceptación del consumo de productos pre-cocidos, enlatados, industrializados, conservados, las comidas fuera de casa, entre otras y se percibe como más cómoda, fácil, eficiente, práctica y nutritiva.

La “alimentación para aguantar” es *variada* en dos concepciones distintas, según los aportes de Rivera y colaboradores (2012), la primera porque se consume mayor variedad de alimentos a lo largo de todo el año aunque parezca monótona en el día a día. La segunda porque se consume un alimento, por ejemplo plátano, en las diversas variedades como plátano manzano, macho, tabasco, de cera, etc. y

en los distintos momentos de maduración, por lo que su preparación y momento de consumo también es muy variado.

Para que la "alimentación para aguantar" se considere *completa* debe contener maíz en alguna de sus diversas preparaciones, generalmente es la tortilla, aunque también puede ser atole, tamales, entre otros; esto lo describí en la primera característica del concepto y aunado a los contextos que ahí señalo mencionaré otras tres situaciones diferentes.

La primera de ellas se observa en la importancia, el tiempo y el trabajo dedicado a *moler* y al lugar que ocupa el maíz en cada etapa del sistema alimentario, como ya lo mencioné es el único alimento que se almacena y para el cual el hogar tiene destinado un espacio particular equivalente a una *despensa*, asimismo el metate es el único instrumento del que prevén su ausencia. También en el momento del consumo, las tortillas siempre van en el centro de la mesa y son con las que se consumen los platillos -no se utilizan cubiertos- y en proporción con el platillo al que acompañan su consumo es mucho mayor. Finalmente el acto de *moler* que es análogo al de *cocinar* en las sociedades occidentales y es la actividad de preparación de alimentos que requiere mayor tiempo, la elaboración del platillo con el que se acompañan las tortillas es práctica "...lo que está de paso..." (Mujer 2 entrevistada el 22 de abril de 2015) tanto en el momento de la obtención, como en el de la preparación.

A continuación menciono dos momentos que ejemplifican la última idea del párrafo anterior, el primero fue un día que acompañé a una de las participantes al monte para recolectar leña, "al paso" encontramos unas hojas de mafafa que ya estaban listas para consumirse, las cortamos y regresando fue el platillo que preparamos para acompañar las tortillas. El segundo, fue otro día que con otra

participante preparamos salsa de jitomate asado con chiltepín, ajo y sal, en la imagen 22 se observa claramente como la cocción principal era la de las tortillas, la del jitomate fue “al paso”.

La segunda situación la observé en el acto de *comer* el cual se refiere al consumo de tortillas acompañadas de algo más (aunque sea sal) como lo manifestó uno de los participantes cuando le comenté que iba a cenar y nos sentamos a platicar, mientras platicábamos comí un mango y un vaso de leche y al terminar le dije que me iba a dormir porque estaba muy cansada, en ese momento puso cara de extrañeza y me preguntó “...¿Cómo? ¿No que ibas a cenar? [Le respondí que sí, que ya había cenado mango y leche, a lo que respondió] ¿Sin tortilla? [...] ¡No, no! ¡Comes muy poquitito! ¡Sales muy barata! ¡No’mbre, ya te quiero yo de nuera!...” (Hombre 1 entrevistado el 17 de julio de 2014).

Después hizo la aclaración de que comiendo así no iba a aguantar las “*chingas*” ni a tener “*fuerzas*”; situaciones similares a esa me pasaron en múltiples y diversas ocasiones, como en los convivios en los que ofrecían de comer mole y como no soy hábil para consumir el pollo, el mole y el arroz utilizando las tortillas, comía el pollo con las manos y posteriormente el mole con el arroz utilizando las tortillas y cada vez que me veían comiendo únicamente el pollo me decían “*come Carmelita, come*”, al inicio no entendía por qué me lo decían si para mí estaba comiendo.

La tercera situación la observé en la *estructura de las comidas* y lo corroboró una de las participantes cuando me contó una de las primeras experiencias que tuvo con la comida cuando vivió en la Ciudad de México; dijo que un día ella y su marido comieron en una cocina económica y ambos consumieron “*hartas*” tortillas junto con el caldo de pollo y verduras, pensando que como en la comunidad era el

único platillo. Cuando ya se sentían muy satisfechos les llevaron a la mesa el arroz/pasta, carne con puré y ensalada y postre "...no podía creer todo lo que nos faltaba..." (Mujer 4 entrevistada el 19 de julio de 2014). La estructura de las comidas en Tixapan consiste en tortillas y el mismo platillo para el desayuno/almuerzo/comida y cena o merienda (imagen 31); es decir, desayunan muy temprano o meriendan café con pan y/o galletas, cuando almuerzan comen y cenan no tienen platillos específicos para cada tiempo, echan tortillas y cocinan un guiso y es lo que consumen (según sobre) en el siguiente tiempo hasta que se termine. Lo único que muelen y "*echan*" cada vez que van a comer son las tortillas, preparan el nixtamal en las tardes, al otro día en la mañana temprano (antes del almuerzo) lo muelen en el molino y guardan la masa durante todo el día, ésta la van pasando por el metate y echando las tortillas al comal en el momento en el que se sientan a la mesa los comensales, de modo que estén bien calientes y recién salidas del comal cuando las consumen.

Finalmente la "alimentación para aguantar" es digna de personas que han trabajado y que la tienen "bien ganada"; en otras palabras, que no se las regalaron, no la obtuvieron gratis ni valiéndose del trabajo de alguien más. Al contrario, refleja que tomó tiempo obtener el platillo final y no está desvinculada de su proceso de producción y preparación. Esto genera choque con los significados asociados a lo cómodo, fácil, eficiente, práctico y nutritivo de la "dieta correcta".



Imagen 31. Estructura de las comidas. En esta imagen hay diversos platillos porque fue un día de convivo, en un día normal, se coloca en el centro de la mesa un *tecomate* con las tortillas envueltas en una servilleta y cada persona se sienta a la mesa con un plato servido. Todos los comensales consumen el mismo platillo, que puede ser uno de los que aquí se presentan: pollo con nopales y frijoles, huevo en salsa, frijoles con malva, frijoles con col de hoja, huevo con papas, frijoles con espinoso y frijoles con *xocoyolli*.

### *Inocuidad*

La *inocuidad* se manifiesta en la "dieta correcta" como higiénica; es decir, que no causa ningún daño a la salud y en la "alimentación para aguantar" como limpia; es decir, que está libre de suciedad. A continuación analizo lo que cada concepto implica según el contexto en el que se utiliza.

En el análisis de las categorías anteriores menciono que los platillos de la “alimentación para aguantar” no se almacenan, esto quiere decir que en caso de que no se terminen en el tiempo de comida para el que se prepararon, se hierven y se consumen en el siguiente tiempo hasta que se terminan, entonces la presencia de cierta cantidad de microorganismos puede no representar un riesgo para la salud. En cambio en la “dieta correcta” generalmente se guardan en el refrigerador, en la despensa o en el congelador durante una semana, un mes o más tiempo; por lo tanto, es necesario tener un mayor cuidado en la cantidad de microorganismos presentes en el alimento que puedan deteriorar sus características sensoriales, nutrimentales y microbiológicas.

En la “alimentación para aguantar” las frutas y verduras se lavan sin jabón, sólo con agua porque las recolectan del medio natural y por tanto sólo deben enjuagarlas para quitarles la tierra y alguna otra suciedad que tengan de la naturaleza. A diferencia de la “dieta correcta” en donde es necesario lavarlas con agua, jabón y en algunos casos también desinfectarlas porque las frutas y verduras se almacenan en grandes bodegas, se venden en los mercados y se transportan de un lugar a otro junto con otros alimentos y en condiciones desconocidas.

Algunas de las técnicas y prácticas de la “alimentación para aguantar” para garantizar la inocuidad de los alimentos según las condiciones del entorno son: el uso de cloro diluido en agua y jabón para lavar la loza, el uso de ceniza durante la cocción de determinados alimentos y como técnica de saneamiento para limpiar la ropa, dientes, heces fecales, entre otros. También el acto de cubrir las superficies donde manipulan los alimentos con hojas de plátano o *patamal*, el de lavar las frutas y verduras con agua, el de hervir el agua para consumo humano, entre otros. Asimismo que la preparación de los alimentos sea generalmente cocidos, a través de las técnicas mencionadas en la descripción del *sistema alimentario* del capítulo

anterior, se debe a la percepción de que los alimentos crudos transmiten enfermedades; así lo mencionó una de las participantes cuando explicó que padeció *salmonella* a causa de haber consumido una ensalada de lechuga cruda en la casa de Cuetzalan donde trabaja. Esta percepción choca con las recomendaciones de la "dieta correcta" porque ésta argumenta que con la cocción se pierden algunas vitaminas como la "C" y por eso promueve el consumo de verduras crudas.

La clínica de salud de Ayotzinapan es la que da servicio a las personas de Tixapan, ahí entrevisté al médico pasante y él relaciona las principales enfermedades y las causas de muerte con la falta de higiene y con la dieta de las comunidades porque en su opinión es muy mala debido a que "...comen mucha tortilla y mucho maíz y siempre guisan con manteca, comen muy poca carne y pocas verduras..." (Médico, 25 de julio de 2014). También comentó que esa región es endémica de *salmonella* y consideró que un alto porcentaje de las enfermedades gastrointestinales tan frecuentemente diagnosticadas se debe a dicha bacteria; sin embargo, no pudo confirmarlo porque en la clínica no realizan análisis clínicos. Mencionó las principales tasas de mortalidad en niños y niñas menores de 5 años que fueron: rinofaringitis (43%), faringitis y faringoamigdalitis (28%), desnutrición (22%), gastroenteritis (5%) y ascariasis (2%); si bien todas son enfermedades que están relacionadas con la higiene y la alimentación, no deben reducirse sólo a ambas causas.

## *Salud*

La "dieta correcta" concibe la relación entre la alimentación y la salud de una manera reduccionista, lineal y fundamentada en el *riesgo*<sup>32</sup> con la justificación de conseguir la salud a largo plazo; es decir, si una persona se "alimenta correctamente" durante toda o la mayor parte de su vida puede prevenir enfermedades propias de la vejez y de la vida adulta y garantizar una vida con mayor bienestar. Esto se logra a costa de una constante disciplina y sacrificio en el presente para supuestamente garantizar un futuro incierto y cuando llegue ese futuro se deben seguir cuidando para el posterior futuro y así sucesivamente.

Lo contrario sucede con el concepto de la "alimentación para aguantar" porque en éste la alimentación no está medicalizada. Su significado central es que una persona sana es la que tiene la fuerza necesaria para estar correoso y aguantar la "chinga" que implica el trabajo y la vida en el campo, está enfocada a garantizar la salud para el presente y el constante presente garantiza la fuerza y el bienestar para el futuro; así lo explicaron las participantes de Tixapan cuando hablábamos sobre la importancia de almorzar antes de ir a trabajar en el campo "...ya dilata, porque ya comió [...] Aunque sea una botanita [refiriéndose a los ejotes hervidos con sal] pero que con eso ya aguantaba bien..." (Mujer 2 entrevistada el 20 de abril de 2015).

En la "alimentación para aguantar" la génesis de las enfermedades crónico degenerativas como "*el azúcar*" y la presión alta es por el susto, el enojo y la preocupación "...porque te hacen enojar y te calientas y ahí te sube la presión [...] O porque tienes un susto y después tomas café con azúcar y es ahí cuando te sube el azúcar o por el refresco..." (Mujer 4 entrevistada el 24 de abril de 2015). Aunado a

---

<sup>32</sup> Revisar el proceso de *medicalización de la alimentación* citado en el primer capítulo, en la página 17.

que reconocen dos tipos de enfermedades las “*de Dios*” y las “*de maldad*”, las primeras se refieren a las fisiopatológicas o naturales y para curarlas asisten al médico. En cambio para las segundas, consideradas enfermedades sociales “...que alguien te desea como el mal de ojo, el mal aire, el susto [...] la envidia...” (Hombre 1 entrevistado el 23 de julio de 2014) para curarlas visitan a los curanderos, graniceros, brujos y pedreros; quienes generalmente son personas mayores, con mucha experiencia y que se han ganado un profundo reconocimiento y respeto. Así lo manifestó una de las participantes cuando me contó por qué recurre a su tía cuando sus hijos se enferman “...porque como tuvo muchos hijos [...] Ella sabe cómo curar...” (Mujer 1 entrevistada el 21 de julio de 2014).

Uno de los aspectos de la “alimentación para aguantar” relacionado a otros contextos, principalmente de enfermedad, es el equilibrio entre las dualidades frío-caliente<sup>33</sup>. A continuación describo únicamente dos situaciones en las que las participantes de la comunidad manifestaron la búsqueda de este equilibrio, la primera desde otra lógica coincide con la recomendación de la “dieta correcta” y la segunda está ausente en ésta.

Un día que visité a una de las participantes que tenía un bebé de tres meses y estaba lactando, en el momento de preparar el *chiltamol* no le agregamos chile porque “...como estoy lactando y tomando el medicamento, me voy a calentar...” (Mujer 3 entrevistada el 23 de abril de 2015). La segunda fue en un contexto de enfermedad, un día el hijo de una de las personas que visité estaba enfermo del estómago (enfermedad que consideran caliente), me dijo que las abuelitas le habían recomendado ponerle en el estómago los “tamalitos” hechos con las hojas

---

<sup>33</sup> Para un acercamiento general a la cosmovisión mesoamericana frío-caliente ha abundado Alfredo López Austin (1989). Sobre los aspectos particulares de la cosmovisión de los nahuas de la Sierra Norte de Puebla han trabajado Beaucage (2012) y Signorini y Lupo (1989).

llamadas *tsonteposisuat*, *coumozot* y/u *hoja santa* (que son frías), aunado a las recomendaciones alimentarias que consisten en el consumo de tortillas tostadas para que no se le “pegue” en el estómago y té o atole de arroz o de avena. En palabras de ella la enfermedad se cura al otro día

...así en la mañana, cuando desenvuelvo al niño, las plantas algunas cambian de color como a un verde más oscuro y la mayoría están secas, secas::: como si hubieran estado a las brasas toda la noche [...] De que lo caliente de la enfermedad, las quemó [...] Y así se va curando... (Mujer 1 entrevistada el 21 de julio de 2014)

### *Corporeidad*

En esta categoría no fue mi intención profundizar debido a que el tema de la construcción del cuerpo sale de los propósitos de esta tesis, no obstante, lo encontré presente tanto en el discurso de “dieta correcta” como en el de “alimentación para aguantar”; por lo tanto, al igual que en el tema de la dualidad frío-caliente hago menciones puntuales.

En el discurso de la “dieta correcta” se entiende que si una persona lleva a cabo todas las recomendaciones “alcanza” un cuerpo estético, saludable y exitoso, cuyo referente son los cuerpos occidentales delgados, de mayor estatura, blancos, jóvenes y rubios<sup>34</sup>. Los cuales son contrarios a los cuerpos característicos de la cultura nahua de la comunidad de Tixapan, que son fuertes, macizos, correosos y aguantadores<sup>35</sup>, como lo describe una de las participantes “...las mujeres macizas [...] Bien fuerte [...] Que sí aguanta la chinga [...] Debes estar correoso [...] El gordo como el gringo está todo bofo [...] Y el flaco no aguantan las chingas...” (Mujer 4

---

<sup>34</sup> El tema de la construcción del cuerpo lo han estudiado Giacomani Hernández (2010) y Contreras y Arnaiz (2005).

<sup>35</sup> Para profundizar en el tema de la construcción del cuerpo de los nahuas de la Sierra Norte de Puebla se pueden consultar los trabajos de Beaucage (2012) y Signorini y Lupo (1989).

entrevistada el 21 de abril de 2015); estos cuerpos se construyen siguiendo las recomendaciones del discurso de la "alimentación para aguantar".

El choque entre ambas construcciones del cuerpo se manifiesta en los diagnósticos y las evaluaciones del estado de nutrición, los cuales se hacen siguiendo los referentes de la "dieta correcta"; por lo tanto, diagnostican a los cuerpos de los nahuas de Tixapan con sobrepeso y/u obesidad y todos los riesgos asociados. Lo mismo pero al contrario sucede con las personas nahuas de Tixapan, quienes califican los cuerpos occidentales como débiles y que no aguantan el trabajo y la "chinga", ni si quiera aguantan caminar en el monte, así me lo dijo una de las participantes cuando me ofrecí acompañarla y ayudarla a recolectar leña.

Para sintetizar este apartado después de analizar los contextos en los que se manifiestan los consensos y los conflictos entre la ideología que subyace al discurso de la "alimentación para aguantar" y al de la "dieta correcta" concluyo que el conflicto por la manera de percibir y experimentar el tiempo es el que está presente en las cinco categorías.

En todas las categorías la "alimentación correcta" dota de significado las prácticas y los hábitos alimentarios del presente para que garanticen un futuro con bienestar a través de diversas acciones como planear, diseñar y prevenir; todas ellas responsabilidad del individuo. Contrario a lo que sucede en el concepto de "alimentación para aguantar" en el que las prácticas y los hábitos alimentarios del presente significan la garantía de dicho presente y los constantes presentes forman el futuro y en caso de presentarse imprevistos confían en la reciprocidad de las relaciones sociales para garantizar su bienestar. Esta manera de percibir y experimentar el tiempo es en cada concepción una base ideológica que no sólo

fundamenta los actos alimentarios sino de cualquier otra índole y de la que emerge mayor conflicto.

### **La alimentación ¿Para aguantar o para permanecer?**

En el título de este apartado aludo a la teoría de control cultural en el estudio de procesos étnicos de Guillermo Bonfil (1987) en la que plantea la permanencia de las culturas del *México profundo* a través de los siglos de dominación (Bonfil Batalla, 2005).

Para este autor las culturas indígenas "...permanecen como unidades sociales diferenciadas, con una identidad propia que se sustenta en una cultura particular de la que participan exclusivamente los miembros de cada grupo" (Bonfil Batalla, 2005: 191). Al decir esto Bonfil Batalla (2005) no se refiere a que son inmóviles, sino todo lo contrario, que adoptan selectivamente cambios con la finalidad de permanecer y lo hacen a través de tres estrategias cotidianas que son: la resistencia, innovación y apropiación, las cuales utilizan en un amplio espacio de la cultura. A continuación analizo la manera en que estas estrategias se manifestaron en las costumbres y el discurso de la "alimentación para aguantar".

#### *Resistencia*

Se refiere a la conservación del discurso y las costumbres alimentarias del grupo de personas nahuas de Tixapan ante la presión del discurso de la "dieta correcta". Una de las formas en las que Bonfil Batalla (2005) menciona que se manifiesta la resistencia es en el apego a la *costumbre* y así lo expresó una de las personas que

participaron en la investigación cuando respondí a su pregunta sobre los alimentos que acostumbro comer en el desayuno y en la comida en mi vida cotidiana en la Ciudad de México:

...yo creo que desde, desde ahí que me pare me voy a morir de hambre [...] De que a nosotros acá nos acostumbramos a que comer y::: comer tortilla [...] No ps lo que estoy escuchando es otro. Yo como te digo que, que si lo llevan allá te juro que no voy a comer en una semana y me voy a morir [...] No ps la mera verdad bueno de que ya se acostumbró uno de acá y si va uno a algún lado [...] Te dan de eso y comas yo creo que no se va a hallar uno pero como aquí comes allá y es bien diferente y acá comes diferente [...] Entons no sé si también te hallas de comas, de que comas también como nosotros comemos... (Mujer 5 entrevistada el 18 de julio de 2014)

Según Bonfil Batalla (2005) la decisión de realizar la *costumbre* puede ser consciente o inconsciente pero es propia y muestra la autonomía de las personas nahuas para tomar esa decisión y preservar ese espacio de actividad cotidiana, en la cual los elementos culturales (que en este ejemplo son los alimentos que se consumen en el desayuno y la comida) son recursos propios. La intención es cumplir con los propósitos definidos por el grupo y simboliza una afirmación periódica de la existencia de éste y una manifestación colectiva de su permanencia.

Otra forma en la que se manifiesta la *resistencia* es en el rechazo a las recomendaciones que la "dieta correcta" transmite a través del discurso de orientación alimentaria, esto puede deberse a la incompatibilidad de dichas recomendaciones con el discurso de la "alimentación para aguantar". A continuación describo los tres contextos en los que encontré manifestaciones de *resistencia*.

En el siguiente testimonio hablaba con una de las participantes sobre las causas de la diabetes mellitus y se puede observar claramente la primera manifestación de *resistencia*, la cual es que alimentación no está medicalizada:

...y a veces he escuchado hablar de los, los que, de los que de por sí hablan que, les he escuchado decir que si come uno algo se enferman, dice mi papá no, dice si yo como dice, y no tengo algo de enfermedad [...] Yo como dice, carne, como lo que quiero, como huevo, como papa, como lo que sea dice, y no me agarra ninguna enfermedad [...] Sí ps nada más dice, de susto sí, no digo que no dice, pero del susto pero de la comida dice, no nada tiene dice de malo [risas] Sí, así le dice mi papá. No le creas nada dice, que te digan dice, tú coma dice y más dice te va, ni siquiera vas a sentir dice, ninguna enfermedad [risas] Dice, si más tienes miedo dice, más, más te va a agarrar [...] Si no dice, si nada te preocupa y comes bien y todo lo haces de comida, todo comes lo que quiera dice, no te va a pasar nada porque más porque, porque más te estás alimentando dice, bien [...] Porque ps la mera verdad sí da dice, la enfermedad dice, del susto [...] Este::: la mera verdad [...] Hacen algo que te espantas y que luego, luego sientes de que, de que te asustaste [...] Sientes algo, ahí está, la enfermedad... (Mujer 2 entrevistada el 22 de abril de 2015)

La segunda manifestación es la incompatibilidad de las recomendaciones de la "dieta correcta" debido a que están fuera de contexto; es decir, las personas nahuas de Tixapan identifican su conveniencia para las personas que viven en las ciudades pero no para ellos; como se observa en los siguientes testimonios, esto se debe a que consideran que las características de la alimentación y actividad física en la ciudad provocan sobrepeso y obesidad

...quién sabe por qué pero si te das cuenta este::: por ejemplo yo si voy a Puebla o México, yo si como::: así todo engordo, subo de peso y aquí pues::: yo creo que por el ejercicio que hacemos también, andamos pa'allá y pa'cá, ponte a lavar, ponte a barrer y todo eso y si lo hace uno también allá pero no::: no es igual [...] No es tan pesado... (Mujer 2 entrevistada el 23 de abril de 2015)

...en la ciudad es lo que, es lo que comen ps un poquito mal ¿No? Porque pura comida rápida [...] Sí ps ahí en la ciudad, te digo, ahí pura pizza, pura torta es lo que::: por eso engordan, yo digo... (Mujer 4 entrevistada el 25 de abril de 2015)

...pero::: ps yo digo no les hace daño [...] No porque::: ps en la mañana come, desayunan y desayunan comida, les ponen sus tortillitas calientes y dejan desayunado, tons ya si comen chatarra ps::: yo digo que no les hace daño; sí porque no, no::: no engordan ni se enferman y::: pues igual no comen mucho... (Mujer 1 entrevistada el 17 de julio de 2014)

Y la última manifestación de *resistencia* se observa según Bonfil Batalla (2005) en la desconfianza, que en este caso está fundamentada en las experiencias previas con los programas sociales de alimentación realizados principalmente por

las instancias de gobierno. El grupo de personas nahuas de Tixapan manifestó desconfianza en una reiterada percepción de corrupción e informalidad para cumplir los acuerdos prometidos, una de las participantes que en algún momento formó parte del comité de salud comunitario lo expresó de la siguiente manera:

...nosotras nos dijeron que nos iban a enseñar [el Plato del Bien Comer] pero no, pero en la escuela les dieron este::: libros [...] En la clínica nunca, nunca nos dieron [...] Nos dijeron que nos iban a dar este::: talleres todo esto, pero nada más así nos dejaron... (Mujer 3 entrevistada el 22 de julio de 2014)

### *Apropiación*

De acuerdo a Bonfil Batalla (2005) se refiere al momento en el que el grupo de personas de una cultura selectivamente hace suyos discursos, símbolos, signos, prácticas, etc. de la(s) otra(s) cultura(s). Para que esto suceda es necesario que el grupo obtenga el control sobre los elementos culturales de los que se apropia, de modo que éstos cumplan con su propia finalidad; es decir, que por necesidades de la situación los aceptan pero los reorganizan y reinterpretan en el seno de su propia cultura. Esta estrategia de permanencia se manifiesta en el discurso y las costumbres alimentarias del grupo de personas nahuas de la comunidad de Tixapan en tres situaciones que describo a continuación.

La primera está relacionada con la categoría de *inocuidad*, la cual por referirme a los discursos y prácticas de la comunidad denomino en esta parte del análisis *limpieza* y la observé en el uso de cloro para lavar los trastes en todos los hogares que visité, afuera de las casas donde está el lavadero de cemento siempre está el jabón en polvo (marcas Foca o Roma) para lavar tanto la ropa como los trastes, un estropajo hecho por las mujeres con el plástico de los costales deshilado y anudado, la botella de cloro y un recipiente para disolver el jabón y diluir el cloro.

En todas las ocasiones que ayudé a las mujeres a lavar los trastes después de comer observé la adición de cloro al recipiente en el que disolvían el jabón y en caso de haber comido huevo, el cloro lo agregaban directamente al plato sin diluirlo “*para que no se huela*”.

Observé otra manifestación de *apropiación* dentro de la categoría de *limpieza* en la aceptación de la desparasitación infantil (mensual o trimestral) en la escuela o la clínica de salud, la razón la explicó una de las participantes “...acá hay más parásitos [en comparación con la ciudad] por la tierra, de repente salen bichitos que ni conoces [...] Y los niños les gusta jugar siempre en la tierra...” (Mujer 1 entrevistada el 21 de julio de 2014).

La segunda situación en la que observé manifestaciones de *apropiación* fue en la aceptación diversa del consumo de los suplementos vitamínicos que les reparte la clínica de salud y el programa PROSPERA, digo diversa porque como se lee en el siguiente testimonio hubo participantes que lo aceptaron ante un diagnóstico de enfermedad:

...las vitaminas también les ayudan mucho [...] Más que la tortilla [...] Sí principalmente porque éste [señala a su hijo] estaba entrando en::: ¿Cómo se llama? Anemia, porque no comía y ahorita que le estoy dando vitaminas aunque no coma pero tiene fuerza... (Mujer 6 entrevistada el 23 de abril de 2015)

Pero también hubo participantes -madres de niños menores de 5 años- que rechazaron el consumo preventivo, manifestando entonces *resistencia*.

[Cuando estaba embarazada] ...te dan ácido fólico y hierro [...] No, no porque no podía tomármela [risas] porque se me regresaba y más el hierro [...] Son pastillitas [...] Pero no, no me lo tomaba, no'más como treinta porque traen noventa...

[Respecto a su hijo] ...a veces me dan en la clínica cuando lo llevo a::: consulta, pero no se los doy [...] Es que le sabe feo y vomita [...] Gotas [...] Tiene que ser directo, entonces vomita ¡No para qué!...

...ps quien sabe, luego de repente me dicen mi abuelita no::: no cree en eso, en las medicinas y todo eso [...] Sí, esa no cree mucho, me dice que te dan dice un pedazo de cal [risas] dice, dice y no, no son medicinas dice si quieres estar bien dice tomate un licuado dice todos los días [...] De huevo con leche y plátano dice y es lo que te va a dar más vitaminas dice que todo [...] El huevo crudo [...] No sé yo nunca me lo tomo [risas] Y el jugo de betabel [...] No se da por acá pero lo venden en Cuetzalan [...] La otra vez compré un pedacito pero no, no me gustó... (Mujer 3 entrevistada el 21 de abril de 2015)

En este último párrafo se puede observar la *resistencia* que manifiesta la abuelita y la participante, ya que ella se *apropió* del discurso pero no de la práctica “yo nunca me lo tomo” refiriéndose al licuado o “pero no, no me gustó” cuando habló del betabel. Esto puede deberse a que ni los ingredientes (huevo crudo y betabel) ni las técnicas de preparación (licuado y jugo) son propias de la cultura alimentaria de Tixapan.

Asimismo me parece importante puntualizar que dentro de las recomendaciones de la “dieta correcta” no está el consumo de licuados y jugos; es decir, no los prohíben pero tampoco los promueven. Esta persona vivió en dos grandes ciudades del país donde escuchó y se *apropió* de este discurso y se lo adjudicó a su abuelita por querer hacerme notar que sabía sobre recomendaciones urbanas de nutrición.

Este último testimonio abre preguntas y espacios de investigación porque manifiesta de manera muy clara la complejidad de la alimentación actual; es decir, en esta investigación planté analizar la relación entre el significado de dos conceptos el de “dieta correcta” del grupo médico-occidental-mexicano y el de “alimentación para aguantar” del grupo de personas nahuas de la comunidad de Tixapan; no obstante, al ver la interacción y configuración entre distintos discursos, ideologías y actores me surgen más preguntas ¿Hay diferencia entre el discurso de la “alimentación para aguantar” y el discurso de otros grupos culturales con características distintas? Por ejemplo con alta tasa de migración a Estados Unidos

de América o con las estaciones del año más marcadas y que tengan épocas de escases de alimentos, en caso de haber diferencia ¿Cómo se manifiesta? ¿Qué ideología subyace tras ese discurso? ¿Cómo es su relación con el discurso y la ideología de la “dieta correcta”? ¿Hay relaciones de poder y cómo se manifiestan? Y en los contextos urbanos donde las diferencias no son sólo culturales sino también de clase social e *identificación*<sup>36</sup> ¿Cómo se relacionan los discursos de los alimentos orgánicos, de comercio justo, vivos (*raw food*), funcionales, naturistas, sustentables, transgénicos, nutracéuticos y los de las dietas vegetarianas, frutarianas, alcalinas, de yoga, entre otras? ¿Qué ideologías subyacen tras estos discursos y qué legitiman? ¿Cómo es su relación con el discurso y la ideología de la “dieta correcta”? ¿Hay relaciones de poder y cómo se manifiestan?

Y finalmente la tercera situación en la que observé manifestaciones de *apropiación* fue cuando las personas nahuas de Tixapan re-significaron las recomendaciones de la “dieta correcta”, específicamente el consumo de agua y la realización de actividad física, con la finalidad de prevenir enfermedades propias de la cultura. A continuación dos participantes explican cómo prevenir el empacho y el coraje:

...pero yo creo que les hace mucho daño es el:: la torta y todo eso [...] Por el pan [...] Es que está como masudo y todo eso, sí y, y:: no estamos muy acostumbrados a comer este:: pan [...] Porque:: po:: por la masa, la harina y todo eso, está bien blandita y:: es lo que me dice mi mamá que me hace daño [...] Pues luego me:: me inflo [...] Por la masa [...] Las pizzas sí me gusta mucho [...] Pero la que venden en San Miguel [...] Las prepara bien bonitas porque las hace bien doraditas, sí entons sí, sí están ricas [...] Sí:: sí están bien cocidas y las que hacen allá en Cuetzalan están bien:: masudas [una vez que comió pizza en la ciudad] No porque después de que me:: me comí la pizza, dos rebanaditas, me tomé un vasote de agua [risas] ¡Digo pa'que se pasen! [risas] tomé mucha agua para que no, luego porque luego se te

---

<sup>36</sup> Este es un concepto que Díaz Polanco (2009) toma de Bauman (2001) y ambos autores utilizan para diferenciar la *identidad* que es auténtica, anterior a la globalización y responde a la lógica propia de las culturas comunitarias, de la *identificación* que es cambiante, incompleta, insatisfecha, efímera, líquida y responde a la lógica del capital porque es un subproducto de la globalización.

queda pegado el pan, sí se te pega [...] Ps pa'que no se me pegue, digo, voy a tomar mucha agua [...] Me dijo el doctor no, dice, tienes que tomar mucha, mucha agua, tres litros al día... (Mujer 6 entrevistada el 21 de julio de 2014)

...allá en:: la ciudad yo no sudo para nada, así esté yo jugando fuerte y no, por aquí tantito camino, tantito salgo [...] Aquí me gusta más [...] De repente me pongo a jugar allá con los chavos y sudo co:: completito y allá na'mas como que el sol que, como que te quema verdá y no, no sudas [...] Pues se siente más agradable el cuerpo, se, se relaja más uno [...] Se refresca y como que sacas el::, cómo te diré, el:: coraje o no sé [...] Te relajas más [...] Y allá como que en vez de que sudas que:: que te:: pongas tu cuerpo más flexible, como que no, no sudas y no:: [...] No:: como te diré, no:: el cuerpo no lo, no lo mantienes activo... (Hombre 2 entrevistado el 23 de abril de 2015)

### *Innovación*

Para Bonfil Batalla (2005) las *innovaciones* son modificaciones casi imperceptibles en los conocimientos, las costumbres, las prácticas, los discursos, las creencias, etc. Estos cambios son internos en la cultura con la intención de acoplarse a las nuevas formas de ejercicio del poder o con la finalidad de ampliar los espacios de la propia cultura, y se manifiestan en el uso de los elementos de la cultura externa aunado a la invención de nuevos elementos del propio grupo; por ejemplo la venta en Tixapan de las "tortillas rápidas" (imagen 30 de la página 95).

En este apartado concluyo que la lógica del grupo de personas nahua de Tixapan es la de permanecer a través de las tres estrategias cotidianas, resiste cotidianamente al apegarse a la costumbre, al no aceptar la medicalización de la alimentación, al evidenciar la inconveniencia de la "dieta correcta" y al manifestar desconfianza en los programas sociales de alimentación. También se apropia cotidianamente de algunos discursos y prácticas de limpieza, desparasitación, suplementación y re-significando las recomendaciones del discurso de la "dieta correcta" para prevenir enfermedades -como el susto y el empacho- propias de la cultura de la comunidad. Finalmente innova aumentando el repertorio cultural

sobre el cual el grupo tiene control y lo ejerce en la práctica cotidiana, lo que a su vez aumenta su autonomía.

La ideología que subyace al discurso de la "alimentación para aguantar" es la propia de la sociedad y la cultura nahua de las personas de Tixapan, que si bien tiene un origen mesoamericano también ha ido adoptando cambios en una continuidad dinámica de permanencia y que en un contexto de globalización, caracterizado por las relaciones interétnicas y de poder, su auténtico reconocimiento y respeto genera conflicto con la ideología que subyace al discurso de la "dieta correcta" característico del Estado mexicano moderno.

## Conclusiones

*"...México cuenta con un vasto arsenal de pueblos, elementos culturales y recursos para ser un país mejor y una sociedad más justa, capaz de ofrecer a sus diferentes integrantes una vida plena y de mejor calidad. Estos son los ladrillos para construir el nuevo hogar de los mexicanos. Son los únicos realmente nuestros, pero son suficientes" (Bonfil Batalla, 2005: 228).*

La respuesta a la pregunta con la inicié esta investigación, siguiendo la línea de Bonfil Batalla (2005), es que cada concepto legitima sus propios intereses; es decir, la "dieta correcta" legitima el proyecto del *México imaginario* y la "alimentación para aguantar" el del *México profundo*, lo que mantiene el *statu quo* de las relaciones socioculturales desiguales.

La significación del concepto "alimentación correcta" es una manifestación ideológica de poder porque en las diferentes etapas históricas de las políticas sociales de alimentación en México se posiciona en un lugar superior, como concepto contenedor de la verdad absoluta que aplica a todas las culturas. Esto se puede observar a través del análisis que realicé del contexto social, político y económico en el que dichas políticas se han diseñado.

En la etapa de *forjando nación* (1930 a 1980) el discurso inicial (hasta 1943) era el de mejorar la alimentación de los trabajadores, futuros trabajadores -mujeres embarazadas y lactando, niños y niñas- e indígenas de modo que mejorara la "raza" y el rendimiento laboral, ambos eran factores indispensables para el incipiente desarrollo nacional e industrial de México. Después de 1943 el discurso era el de mejorar la alimentación de los pobres porque eran ellos quienes comían mal debido a que carecían de alimento y por lo tanto, pasaban hambre y estaban desnutridos.

El concepto de "alimentación correcta" que significó este discurso fue el de "dieta normal" desarrollado por Pedro Escudero en Argentina en 1930 y se refería a la dieta que cubría los requerimientos tanto de micro como de macronutrientes, principalmente proteínas de origen animal provenientes de la carne, el huevo y la leche.

La ideología subyacente al discurso de la "dieta normal" fue la consolidación del Estado Nacional Mexicano, el cual para ajustarse a los distintos parámetros internacionales tenía como principales intereses fortalecer la identidad nacional mestiza, el desarrollo agrícola e industrial y el surgimiento e integración de las políticas sociales de alimentación en el PND.

El discurso característico de la segunda etapa, *el progreso de la nación* (1980 a 2000), era el de focalizar en las comunidades a los individuos más vulnerables - principalmente mujeres embarazadas, en periodo de lactancia, los niños desnutridos y los indígenas- para mejorar su alimentación. En esta etapa no hay un término específico que conceptualice las características de la "alimentación correcta"; sin embargo, su significado prioriza la satisfacción de las necesidades individuales de nutrientes inorgánicos (hierro, calcio, ácido fólico, ácido ascórbico, vitamina a, entre otros), que podían satisfacerse a través del consumo de alimentos enriquecidos, adicionados, complementados y de multivitamínicos elaborados industrialmente y que llegaban a las personas vulnerables por los programas de gobierno, la ayuda alimentaria internacional y las ONG.

La ideología subyacente a este discurso fue la reforma del Estado Mexicano, que se fundamentó en una transformación productiva y una nueva política social más eficaz, asimismo minimizó la acción del Estado y aumentó la del capital internacional.

Finalmente el discurso que caracteriza a la tercera etapa, *la nación soberana y moderna* (2000-), es el de transición del estado de nutrición; es decir, la coexistencia de individuos desnutridos, obesos, malnutridos y todas las enfermedades asociadas a los tres estados de vulnerabilidad. El concepto de "alimentación correcta" que significa este discurso es el de "dieta correcta", normalizado por primera vez en la Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2005 y actualizado en la del 2012, que se refiere al conjunto de alimentos y platillos consumidos diariamente y se caracteriza por ser completa, variada, equilibrada, inocua, adecuada y suficiente; las recomendaciones derivadas de todas estas características se esquematizan en *El Plato del Bien Comer* (anexo 1).

La ideología que subyace a este discurso es la consolidación del Estado Soberano de Derecho Moderno y el rescate y salvaguarda de la comida mexicana como patrimonio inmaterial de la humanidad. La palabra moderno señala las contradicciones que se manifiestan en el discurso de la "dieta correcta" y que responden a la lógica de la globalización.

Por otro lado el dispositivo discursivo que seleccioné para significar el concepto actual de "alimentación correcta" del grupo de personas nahuas de la comunidad de Tixapan fue el de "alimentación para aguantar", el cual dentro del contexto de la comunidad se refiere a la alimentación que contiene y transmite la fuerza necesaria para estar correoso y aguantar el trabajo y la "chinga" porque el flojo sufre y pasa hambre y el "flaco" y el "gordo" no aguantan las "chingas", y tiene tres características:

El alimento básico es el maíz hecho tortilla para que rinda y llene.

Los alimentos y platillos de acá<sup>37</sup> son ricos, naturales, frescos, recolectados y elaborados al momento.

Los alimentos y platillos se ofrecen, convidan y comparten con las personas que forman parte de la red social.

La ideología que subyace a este discurso es la propia de la sociedad y la cultura nahua de las personas de Tixapan, la cual a pesar de tener un origen mesoamericano, también ha ido adoptando cambios para permanecer. La permanencia es a través de la *resistencia* cotidiana manifestada en el apego a la costumbre, en el rechazo a la medicalización de la alimentación, en la inconveniencia de la "dieta correcta" y en la desconfianza manifiesta a los programas sociales de alimentación. Asimismo a través de la *apropiación* cotidiana de algunos discursos y prácticas de limpieza, desparasitación, suplementación y re-significando las recomendaciones del discurso de la "dieta correcta" para prevenir enfermedades propias de la cultura de la comunidad. Finalmente a través de la *innovación* constante que aumenta el repertorio cultural sobre el cual el grupo tiene control y lo ejerce aumentando su autonomía.

En el contexto actual de globalización, caracterizado por las relaciones interétnicas y de poder, el auténtico reconocimiento y respeto de la ideología nahua que subyace al discurso de la "alimentación para aguantar" genera conflicto con la que subyace al discurso de la "dieta correcta" del grupo médico-occidental-mexicano, principalmente por la manera en la que cada cultura experimenta y percibe el tiempo. A esta conclusión llegué por el análisis de las cinco categorías en el que la manera de experimentar y percibir el tiempo fue el elemento que estuvo presente y atravesando todos discursos y costumbres, tanto alimentarios como de

---

<sup>37</sup> Este locativo hace referencia a la comunidad de Tixapan.

diversa índole, lo que antropológicamente es muy relevante pues abre un criterio clave para pensar y ensayar la comunicación entre ambos grupos culturales.

La manera de experimentar y percibir el tiempo es en cada concepción una de las bases ideológicas de la que emerge mayor conflicto, la "alimentación correcta" dota de significado las prácticas y los hábitos alimentarios del presente para que garanticen un futuro con bienestar a través de diversas acciones relacionadas con la planeación, el diseño y la prevención; todas ellas responsabilidad del individuo. Contrario a lo que sucede con el concepto de "alimentación para aguantar" en el que las prácticas y los hábitos alimentarios del presente significan la garantía de dicho presente y los constantes presentes forman el futuro, en caso de que ocurra algún imprevisto, las personas confían en la reciprocidad de las relaciones sociales para garantizar su bienestar.

El conflicto sobre la manera en la que cada cultura percibe y experimenta el tiempo no está en la diferencia misma, está relacionado con la imposición del discurso de la orientación alimentaria, el cual no sólo transmite el concepto de "dieta correcta" y sus recomendaciones, sino que principalmente transmite la ideología que le subyace. Esta ideología se fundamenta en la reproducción del capital, por tanto, las estrategias para intervenir y "mejorar" la alimentación y salud de los mexicanos no están realmente diseñadas para eliminar las causas de fondo de los problemas, están diseñadas para modificar la forma en la que se articulan, manifiestan y caracterizan –la desnutrición y el hambre en el pasado, el sobrepeso, la obesidad y las enfermedades crónico degenerativas en el presente y en el futuro probablemente las intolerancias y alergias alimentarias- de modo que éstos sigan existiendo como problema de salud pública que justifique las propuestas y acciones que llevan a cabo los gobiernos.

La reflexión final es que esta tesis la inicié con una intención multicultural e inconscientemente *etnófaga*<sup>38</sup>; es decir, buscando el diálogo, el consenso y la armonía entre la cultura nahua de Tixapan y la del grupo médico-occidental-mexicano, no obstante, después de mi experiencia en el análisis antropológico el conflicto es lo que más se evidencia. Primero porque al plantear la investigación consideraba el significado de la "alimentación para aguantar" como un complemento del de la "dieta correcta", no lo pensaba con su propia dinámica y procesos. Segundo porque el conflicto va más allá de la diferencia cultural, también es social, económico, ideológico y político y tercero porque sólo estaba considerando las variaciones en las relaciones entre la cultura médica-occidental-mexicana y la cultura nahua de la comunidad de Tixapan, sin pensar que dentro de cada una de éstas hay diversidad *intraétnicas*<sup>39</sup>.

Finalizo la investigación con más preguntas que respuestas, algunas las planteé dentro de los capítulos y la siguiente es porque si la propuesta de diálogo multicultural (que al inicié consideré resolutive) no es auténtica, por el contrario, es interesada y el conflicto es lo que más se manifiesta en las relaciones inter e intraétnicas; parece necesaria la formulación de una propuesta alternativa que replantee ¿Cuál es el papel del Estado y el de las autonomías indígenas? En este caso particular con relación a las políticas sociales de alimentación ¿Quién tiene el control y toma las decisiones? ¿Quién define los problemas, realiza los diagnósticos y diseña las intervenciones y evaluaciones? ¿Qué ideología transmite el discurso de la orientación alimentaria del grupo médico-occidental-mexicano? Con la finalidad

---

<sup>38</sup> Este concepto lo desarrolla Héctor Díaz Polanco (2009) en su crítica a la multiculturalidad. La cual, según este autor, es *etnófaga* porque es un producto de la globalización y su interés por reconocer a las diversas culturas es la reproducción del capital. Es incluyente, por lo que respeta y tolera a la diversidad siempre y cuando existan consenso, diálogo y convivencia armónica. En el momento en el que las relaciones interculturales generan conflicto –como cualquier proyecto de autonomía indígena- son eliminadas.

<sup>39</sup> Concepto de Ramírez Hita (2009) para describir las diferencias entre grupos de personas de la misma cultura.

de legitimizar un proyecto que se defina dentro de cada comunidad y cuya razón de ser sea la construcción de una sociedad más equitativa, para ello encuentro muy enriquecedor el trabajo interdisciplinario entre la Antropología y la Nutriología.

### **Consideraciones finales**

A lo largo de esta investigación encontré enriquecedor el trabajo interdisciplinario entre la Antropología y la Nutriología, principalmente en los siguientes aspectos:

La importancia de analizar el *sistema alimentario* en las evaluaciones iniciales (diagnósticos) y finales (de impacto) de las intervenciones en Nutrición Comunitaria.

La etnografía interpretativa de Geertz (1989) orientada al análisis del discurso de Smart (2012) puede utilizarse para evaluar cualitativamente el impacto de las intervenciones de las políticas y programas sociales de alimentación.

El uso de técnicas como la observación participante y la entrevista abierta dan mucha mayor calidad y cantidad de información que los cuestionarios cerrados característicos de las encuestas nutriológicas.

Y la más importante es la dimensión teórica, histórica y crítica del poder que está ausente en la Nutriología, ésta es fundamental para que el conocimiento antropológico del proceso biocultural de la alimentación no sea utilizado para la dominación sociocultural y la reproducción de la ideología capitalista, por el contrario, que sea utilizado para entender de manera integral tanto la dimensión cultural como la ideológica, la política, la económica y la social que están

articuladas en dicho proceso; y así empezar a construir, en igualdad de condiciones, relaciones de diálogo auténtico y de verdadera equidad.

## Referencias

- Aguilar Piña, Paris (2014). Cultura y alimentación, aspectos fundamentales para una visión comprensiva de la alimentación humana. *Anales de Antropología*, 48 (1): 11 a 31.
- Aguirre, Patricia (2014). La complejidad del evento alimentario. En: L. R. Piaggio y A. M. Solans (Eds.), *Enfoques socioculturales de la alimentación, lecturas para el equipo de salud*. Argentina: editorial Akadia. Páginas 4 a 13.
- Andrien, Michel y Beghin, Ivan (2001). *Nutrición y comunicación, de la educación en nutrición convencional a la comunicación social en nutrición*. México: Universidad Iberoamericana Ciudad de México.
- Arnaiz, Mabel G. (2007). Comer bien, comer mal: la medicalización del comportamiento alimentario. *Salud Pública de México*, 49 (3): 236 a 242.
- Arroyo, Pedro (2006). Estudios sobre antropología y nutrición en México En: P. Arroyo y M. Bertran (Eds.), *Antropología y nutrición*. México: Fundación Mexicana para la Salud, Fondo Nestlé para la Nutrición y Universidad Autónoma Metropolitana Xochimilco. Páginas 13 a 26.
- Ávila Curiel, Abelardo, Flores Sánchez, Jesús y Rangel Faz, Gabriela (2011). Las políticas alimentarias en la historia reciente del país. En: A. Ávila Curiel, J. Flores Sánchez y G. Rangel Faz (Eds.), *La política alimentaria en México*. México: Centro de Estudios para el Desarrollo Rural Sustentable y la Soberanía Alimentaria. Cámara de Diputados, LXI Legislatura. Congreso de la Unión. Páginas 35 a 63.
- Barquera, Simón, Rivera, D. Juan y Gasca, G. Alejandra (2001). Políticas y programas de alimentación y nutrición. *Salud Pública de México*, 43 (5): 464 a 477.

- Bartolomé, Miguel A. (2006). *Gente de costumbre y gente de razón, las identidades étnicas en México*. México: Editorial Siglo XXI.
- Beaucage, Pierre (2012). *Cuerpo, cosmos y medio ambiente entre los nahuas de la Sierra Norte de Puebla. Una aventura en antropología*. México: Instituto de Investigaciones Antropológicas, Universidad Nacional Autónoma de México, Dialog Red de Investigación y de Conocimientos Relativos a los Pueblos Indígenas, Unión de Cooperativas Tosepan Titataniske, Taller de Tradición Oral del CEPEC y editorial Plaza y Valdés S.A. de C.V.
- Bengoa, José María (2014). Nutrición en América Latina: algunos eslabones de su historia. En: R. H. Bourges, J. M. Bengoa y A. M. O'Donnell (Eds.), *Historias de la nutrición en América Latina*. Argentina: Sociedad Latinoamericana de Nutrición, Fundación Cavendes, Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil, Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán y Nutricia-Bagó. Páginas 13 a 33.
- Bertran, Miriam (2005). *Cambio alimentario e identidad de los indígenas mexicanos*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Bohannon, Paul y Glazer, Mark (2007). *Antropología, lecturas*. España: McGrawHill.
- Bonfil Batalla, Guillermo (2005). *México profundo, una civilización negada*. México: Random House Mondadori.
- Bourdieu, Pierre (1979). Los tres estados del capital cultural. *Sociológica*, 5: 11 a 17.
- Carrasco Henríquez, Noelia (2004). *Antropología de los problemas alimentarios contemporáneos. Etnografía de la intervención alimentaria en la región de la Araucanía, Chile*. Tesis Universidad Autónoma de Barcelona, España.
- Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas (2010). Catálogo de Localidades Indígenas. Tomado de [http://www.cdi.gob.mx/index.php?option=com\\_content&view=article&id=](http://www.cdi.gob.mx/index.php?option=com_content&view=article&id=)



- Díaz Polanco, Héctor (2009). Diez tesis sobre identidad, diversidad y globalización. Tomado de <<http://www.flacsoandes.edu.ec/agora/diez-tesis-sobre-identidad-diversidad-y-globalizacion>> Consulta 21 de septiembre de 2015.
- Escobar, V. Arturo (1998). La dispersión del poder: fábulas de hambre y alimento. En: V. A. Escobar (Ed.), *La inversión del tercer mundo, construcción y deconstrucción del desarrollo*. Colombia: Grupo editorial Norma. Páginas 199 a 294.
- Geertz, Clifford (1989). *La interpretación de las culturas*. España: editorial Gedisa.
- Giacoman Hernández, Claudia (2010). La obesidad en Chile en los albores del siglo XXI: una revisión crítica desde las ciencias sociales. En: C. Sciolla (Ed.), *Historia y cultura de la alimentación en Chile. Miradas y saberes sobre nuestra culinaria*. Chile: Catalonia. Páginas 281 a 304.
- Grupo de educación nutricional y de sensibilización del consumidor - división de nutrición (2014). El estado de las guías alimentarias basadas en alimentos en América Latina y El Caribe. Tomado de <<http://www.fao.org/3/a-i3677s.pdf>> Consulta 26 de agosto de 2015.
- Honorable Congreso de la Unión (2015). Aprueba Cámara de Diputados reforma que expide Ley del Derecho a la Alimentación Adecuada; crea una Comisión Intersecretarial y un Consejo Federal. Tomado de <<http://www5.diputados.gob.mx/index.php/esl/Comunicacion/Agencia-de-Noticias/2015/04-Abril/30/10789-Aprueba-Camara-de-Diputados-reforma-que-expide-Ley-del-Derecho-a-la-Alimentacion-Adecuada-crea-una-Comision-Intersecretarial-y-un-Consejo-Federal>> Consulta 10 de septiembre de 2015.
- Illich, Ivan (1975). *Nemesis Médica, la expropiación de la salud*. España: Barral editores.

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2014). Carta topográfica F14D85.

Tomado de

<<http://www3.inegi.org.mx/sistemas/biblioteca/ficha.aspx?upc=7028252779>

18> Consulta 21 de febrero de 2014.

Instituto Nacional de Salud Pública (2012). *Encuesta nacional de salud y nutrición*.

México: Instituto Nacional de Salud Pública.

López Austin, Alfredo (1989). *Cuerpo humano e ideología, las concepciones de los antiguos nahuas*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (sin fecha). Guía metodológica de comunicación social en nutrición. Tomado de

<<http://www.fao.org/docrep/003/x6957s/x6957s00.htm#toc>> Consulta 09

de noviembre de 2013.

Oseguera, David (2004). Comidas peligrosas: la percepción social de la (in)seguridad alimentaria. *Estudios sobre las culturas contemporáneas, época Li, X* (19): 31 a 50.

Pale, M. Luz y Buen Abad, E. Laura Leticia (2012). *Educación en alimentación y nutrición*. México: editorial Intersistemas y Asociación Mexicana de Miembros de Facultades y Escuelas de Nutrición A.C.

Pérez, L. Ana Bertha y Marván, L. Leticia (2006). *Manual de dietas normales y terapéuticas, los alimentos en la salud y la enfermedad*. México: Ediciones Científicas La Prensa Médica Mexicana S.A. de C.V.

Pilcher, Jeffrey M. (2001). *¡Qué vivan los tamales! La comida y la construcción de la identidad mexicana*. México: Ediciones de la Reina Roja, Consejo Nacional para la Cultura y las Artes y Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social.

- Pío Martínez, Juan (2013). La ciencia de la nutrición y el control social en México en la primera mitad del siglo xx. *Relaciones*, 133: 225 a 255.
- Pohl-Valero, Stefan (2014). "La raza entra por la boca": Energy, Diet, and Eugenics in Colombia, 1890–1940. *Hispanic American Historical Review*, 94 (3): 455 a 486.
- Ramírez Hita, Susana (2009). Políticas de salud basadas en el concepto de interculturalidad. Los centros de salud intercultural en el altiplano boliviano. *Avá. Revista de Antropología*, 14: 1 a 28.
- Real Academia Española (2014). Diccionario de la lengua española. 23. Tomado de <<http://www.rae.es/>> Consulta 15 de septiembre de 2015.
- Rivera, F. Marta, Lázaro, Camilo R. y Binimellis, Rosa (2012). Parte II: soberanía alimentaria, una alternativa para reducir el hambre y la pobreza rural. *Módulo 1: introducción a la soberanía alimentaria y a la agroecología emergente*. Curso en línea de especialización en soberanía alimentaria y agroecología emergente: Universidad Internacional de Andalucía y Universidad de Córdoba. Páginas 6 a 53.
- Rubio, Blanca (2003). *Explotados y excluidos*. México: Plaza y Valdés Editores y UACH.
- Secretaría de Salud (2006). Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2005. Servicios básicos de salud, promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación alimentaria. Tomado de <<http://wholegrainscouncil.org/files/MexicoNOM043.pdf>> Consulta 04 de noviembre de 2014.
- Secretaría de Salud (2013). Norma Oficial Mexicana 043 SSA2 2012 servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación. Tomado de

<[http://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5285372&fecha=22/01/2013](http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5285372&fecha=22/01/2013)> Consulta 22 de agosto de 2015.

- Signorini, Italo y Lupo, Alessandro (1989). *Los tres ejes de la vida : almas, cuerpo, enfermedad entre los Nahuas de la Sierra de Puebla*. México: editorial UV.
- Smart, Graham (2012). Discourse-oriented ethnography. En: J. P. Gee y M. Handford (Eds.), *The Routledge Handbook of Discourse Analysis*. Inglaterra: Routledge. Páginas 147 a 159.
- Torres Salcido, Gerardo y Del Roble Pensado, Mario (2002). Las políticas sociales alimentarias y la reforma del estado en América Latina. La discusión vigente. *Espacio Abierto*, 11 (2): 227 a 250.
- Van Dijk, Teun A. (1999). El análisis crítico del discurso. *Anthropos*, 186: 23 a 36.
- Van Dijk, Teun A. (2005). Ideología y análisis del discurso. *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 10 (29): 9 a 36.
- Vargas Guadarrama, Luis Alberto (2013). La alimentación en las Américas: un patrimonio más complejo de lo que se suele pensar. *Sociedad y Ambiente*, 1 (1): 61 a 76.
- Vargas Guadarrama, Luis Alberto y De Garine, Igor (2006). Introducción a las investigaciones antropológicas sobre alimentación y nutrición. En: F. Peña Saint Martin y A. L. Alonzo Padilla (Eds.), *Cambio social, antropología y salud*. México: Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, Instituto Nacional de Antropología e Historia, Escuela Nacional de Antropología e Historia y Programa para el mejoramiento del profesorado. Páginas 103 a 120.
- Wodak, Ruth (2003). De qué trata el análisis crítico del discurso (ACD), resumen de su historia, sus conceptos fundamentales y sus desarrollos. En: R. Wodak (Ed.), *Métodos de análisis crítico del discurso*. España: editorial Gedisa. Páginas 17 a 34.

# Anexo 1. Guía mexicana de orientación alimentaria el Plato del Bien Comer



## Anexo 2. Formato de la carta de consentimiento informado



### **Consentimiento informado de las personas de la comunidad de Tixapan para participar en la investigación *Implementación de proyectos y programas de orientación en alimentación-nutrición con una perspectiva antropológica*<sup>1</sup>**

#### **Información general**

La intención de este documento es que conozca las características del trabajo que la licenciada María del Carmen Suárez Solana está realizando como parte de sus estudios del posgrado en Antropología en la Universidad Nacional Autónoma de México; y los compromisos y beneficios que adquiere usted como participante y ella como investigador al firmarlo.

El propósito de la investigación es conocer qué piensa usted y las demás personas que viven en la comunidad de Tixapan sobre la alimentación. Su participación no lo expone a ningún riesgo, ni lo compromete y es importante porque en la comunidad existen enfermedades relacionadas con la alimentación como: anemia, infecciones, parásitos, sobrepeso, obesidad, diabetes y presión arterial alta; que se pueden prevenir con programas de orientación alimentaria ya sea por parte del gobierno o de organizaciones privadas. La opinión de usted permitirá que en un futuro se promueva la inclusión de las características de la alimentación de la cultura nahua de Tixapan en la implementación de los programas de orientación alimentaria y salud comunitaria. Los resultados que, María del Carmen Suárez Solana, obtenga del estudio los discutiré con usted y los demás participantes y se los devolveré acompañados de las propuestas pertinentes.

Si decide participar libremente, las actividades que realizaría son: participar en las entrevistas personales, si alguna pregunta le parece incómoda, me lo puede hacer saber o tiene el derecho de no responderla. Asistir a las reuniones y participar en los grupos de discusión, aceptar que lo acompañe y participe en las actividades relacionadas con la alimentación que realiza diariamente como: ir al mercado, cocinar, comer, entre otras.

Durante las actividades mencionadas en el párrafo anterior haré –algunas veces– grabaciones de voz, otras veces de video y en otras tomaré fotografías, para posteriormente registrar la información. Si en algún momento se incomoda tiene el derecho de decírmelo para que las detenga.

Toda la información que recopile en este estudio es confidencial, los resultados podrían aparecer en una publicación científica o ser divulgados en una reunión académica. Para que usted no sea identificado utilizaré un sobrenombre, a menos que decida lo contrario. Así mismo, no utilizaré la información para ningún otro fin fuera de los de esta investigación sin su permiso. Me comprometo a proteger sus datos y priorizar sus intereses.

---

<sup>1</sup>Nombre tentativo.

Su participación es estrictamente voluntaria y está en la completa libertad de retirar su consentimiento en cualquier momento y dejar de participar en el estudio sin ser afectado(a), con el compromiso de avisarme esta decisión. Sin importar el tiempo que dure su participación, siempre la voy a reconocer. Así como también siéntase en la libertad de preguntar todas las dudas que tenga en cualquier momento de la investigación y yo me comprometo a responderlas.

Es una investigación sin fines de lucro, por lo que no le ofreceré dinero ni ningún otro tipo de remuneración y en ningún momento es para que respalde y sustente actividades gastronómicas, industriales y mercadológicas lucrativas.

### **Consentimiento**

Tengo conocimiento del propósito de la investigación, de la importancia de mi participación en ella, de los compromisos y beneficios que tanto yo como la LNCA. María del Carmen Suárez Solana adquirimos al firmarla; así como también de las actividades y la manera en la que voy a participar, la forma en la que se registrará la información y el uso que se le dará.

He leído o se me ha leído la carta, cualquier duda que me surgió fue respondida por María del Carmen Suárez Solana adecuadamente, la entiendo en su totalidad y estoy de acuerdo en participar voluntariamente.

Elijo que en la tesis y cualquier otro documento o presentación que se derive de ella donde se utilice la información que yo proporcione aparezca: a) mi nombre b) un sobrenombre ¿Cuál? \_\_\_\_\_

Tengo conocimiento que para cualquier duda, inquietud o aclaración puedo contactar a María del Carmen Suárez Solana en el correo electrónico carmen.suso@yahoo.com y/o comunicarme a la coordinación del posgrado en Antropología de la Universidad Nacional Autónoma de México al teléfono (555) 5623 70 21, en el correo electrónico posantro@unam.mx y/o en el Circuito de posgrados edificio "F", primer piso, oficina "F-101", Ciudad Universitaria, delegación Coyoacán, C.P. 04510, México, D.F.

Comunidad de Tixapan, Cuetzalan del Progreso, Pue. A de julio de 2014

---

Nombre y firma o huella digital del participante      María del Carmen Suárez Solana

Investigador

---

Nombre y firma o huella digital del testigo

Nota: este documento se firmará por duplicado, uno se quedará el participante y otro el investigador.