



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE YUCATÁN

**CONDUCTAS ALIMENTARIAS Y
MODERNIDAD: CAMBIO Y RESISTENCIA**

TESIS

**PRESENTADA COMO REQUISITO PARA OBTENER EL
GRADO DE**

**DOCTORA EN CIENCIAS SOCIALES
POR**

MPA Giselle Ayuso Peraza

**Directora de Tesis: María Teresita del Niño Jesús
Castillo León, PhD**

Mérida, Yucatán, México, enero 2018

CAMPUS DE CIENCIAS SOCIALES ECONOMICO ADMINISTRATIVAS Y
HUMANIDADES

DOCTORADO EN CIENCIAS SOCIALES

GISELLE AYUSO PERAZA

CONDUCTAS ALIMENTARIAS Y MODERNIDAD: CAMBIO Y RESISTENCIA

VOTOS APROBATORIOS
SÍNODO DEL EXAMEN DE TESIS

Dra. María Teresita del Niño Jesús Castillo León _____

UADY. Facultad de Psicología

Dr. Pedro Sánchez Escobedo _____

UADY. Facultad de Educación

Dr. Manuel Jesús Pinkus Rendón _____

UADY. Centro Regional de Investigaciones. Unidad Sociales

Dra. Alina Dioné Marín Cárdenas _____

UADY. Facultad de Medicina

Dra. Yolanda Oliva Peña _____

UADY. Centro Regional de Investigaciones. Unidad Biomédicas

Resumen

El presente estudio describe y analiza los significados y creencias que envuelven las conductas alimentarias de las participantes, así como los cambios en el modo de alimentarse y de las opciones que, dependiendo del estrato económico, se ponen a su disposición. El paradigma desde donde se realizó esta tesis fue el cualitativo, el cual considera primordial recuperar las experiencias directamente de voz de los principales actores. Se partió desde la visión epistemológica de Montero (2004) que considera la construcción de la realidad social como un proceso dinámico, en constante evolución. El trabajo de campo se llevó a cabo con nueve mujeres representantes de sus familias para términos del estudio, a través de la realización de entrevistas en profundidad y observación participante. Se consideró el tipo de familia y el estrato socioeconómico al que pertenecían las participantes. El análisis de los resultados se dio a través de una descripción etnográfica desde la perspectiva de Geertz (1973); se llevó a cabo un análisis de contenido para determinar las categorías de análisis de acuerdo con el discurso de las participantes y se analizaron los resultados a la luz de la Teoría del control cultural y cultura apropiada de Bonfil Batalla (1988). Los resultados indican que las familias de estrato socioeconómico bajo guardan mayor contacto con la cultura autónoma que las de los estratos medio y alto. Se observa el incipiente cuestionamiento de los roles femeninos asignados culturalmente, ya que las mujeres comienzan a perder interés en la preparación de los alimentos. Asimismo, la noción de lo saludable para alimentarse comienza a ser confuso, lo cual genera un sentimiento de incertidumbre. Las personas también experimentan nostalgia por los alimentos tradicionales que ya no suelen consumir con regularidad.

Palabras clave: conductas alimentarias, familias, significados de la comida, control cultural, mujer y cocina, concepto de comida saludable

Abstract

The present study describes and analyzes the meanings and beliefs that involve the alimentary behaviors of the participants, as well as the changes in the way of feeding and of the options that, depending on the economic stratum, are made available to them. The paradigm from which this thesis was carried out was the qualitative one, from which it is considered essential to recover the experiences directly from the voice of the main actors. It started from the epistemological vision of Montero that considers the construction of social reality as a dynamic process, in constant evolution. The fieldwork was carried out with nine women representing their families for study terms, through in-depth interviews and participant observations. The type of families and socioeconomic strata to which the participants belonged were taken into consideration. The analysis of the results was given through an ethnographic description, from Geertz's perspective, a content analysis was carried out to determine the categories of analysis according to the discourse of the participants and the results were analyzed considering the theory of cultural control and appropriate culture of Bonfil Batalla. The results indicate that families of low socio-economic status have greater contact with the autonomous culture than those of the middle and high strata. The incipient questioning of the culturally assigned female roles is observed, women begin to lose interest in the preparation of food. Also, the notion of what is healthy to feed begins to be confusing, which generates a feeling of uncertainty. People also experience nostalgia for traditional foods that they no longer consume regularly.

Key words: eating behaviors, families, meanings of food, cultural control, woman and cooking, healthy food concept.

Declaración de autoría

Declaro que esta tesis es mi propio trabajo, con excepción de las citas en las que he dado crédito a sus autores; asimismo afirmo que este trabajo no ha sido presentado previamente para la obtención de algún otro título profesional o equivalente. La autora otorga el consentimiento a la UADY para la reproducción del documento con el fin del intercambio bibliotecario siempre y cuando se indique la fuente.

Giselle Ayuso Peraza

Agradecimiento al CONACYT

Agradezco el apoyo brindado por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT) por haberme otorgado la beca No. 389039 durante el período de agosto 2014 a julio 2017, para la realización de mis estudios de Doctorado en Ciencias Sociales, de la Universidad Autónoma de Yucatán, que concluye con esta tesis.

Giselle Ayuso Peraza

Agradecimientos

Quiero comenzar agradeciendo, por sobre todas las cosas a Dios, porque la veracidad de su existencia radica en mi corazón y en la fortaleza que me da para afrontar todos los miedos y obstáculos de mi humana vida.

En segunda instancia, la Dra. Teté fue quien a lo largo de este tiempo proceso, brindó su tiempo y esfuerzo para que este producto final fuera lo que es, gracias a su guía constante, el profundo respeto hacia mis tiempos y dudas, siempre fue quien puso luz en los momentos de mayor confusión. Gracias infinitas por su acompañamiento, por los espacios de humor y pláticas casuales -especialmente sobre comida-, tan necesarios cuando el estrés se encuentra al tope; ha sido un placer desarrollar mi tesis doctoral de la mano de usted, gracias Teté.

Asimismo, a mis queridos doctores Manuel Pinkus y Pedro Sánchez, quienes con paciencia y humildad fueron las personas perfectas para complementar mis conocimientos teóricos desde sus propias perspectivas, gracias por permitirme trabajar de manera multidisciplinar de forma eficaz, gracias por el respeto y por todas las aportaciones que hicieron a lo largo de estos (poco más de) tres años. De igual forma agradezco a la Dra. Alina Marín, quien jugó un papel esencial al permitirme ampliar la visión del trabajo que los profesionales de la nutrición, pueden brindar al comprender los aspectos socioculturales de la alimentación, gracias además por tus palabras de aliento cuando así fue necesario, un “plus” invaluable que siempre llevaré conmigo. Por último, aunque no menos importante, a la Dra. Yolanda Piña, que, con gracia y amabilidad, brindó a mi trabajo excelentes observaciones que fueron importantes para finalizar este esfuerzo cognitivo.

Y por supuesto, agradezco a mis queridos compañeros Mauricio, Vladimir y Antonio, con quienes compartí horas en el aula y fuera de ella, personas maravillosas, con perspectivas de vida diferentes, que enriquecieron, quizás sin saberlo mi propia experiencia. Gracias especiales a Gardenia y Nelly, en palabras de Garde: “mi saldo a favor en este proceso”, las quiero muchísimo.

A mi amado esposo Daniel, que con entrega y amor me ha acompañado durante mucho tiempo, y el doctorado no fue la excepción. Gracias por las largas horas de cuidado vigilante, por asegurarte de que no hiciera falta café en mi taza. Por desvelarte junto conmigo sólo por acompañarme. Gracias por los masajes de espalda y por disculpar mis continuas ausencias, sin ti, hubiera sido mucho más difícil... gracias. Y finalmente, a mi increíble familia, mi hermana y mis padres que siempre me escuchan y apoyan; que lograron arrancarme risas incluso en las situaciones más serias, los amo más allá de las palabras.

Dedicatorias

A Daniel

A mis padres y hermana

*A cada una de las mujeres que me abrieron las puertas de sus cocinas y de sus
memorias. Sin ellas no existiría este trabajo.*

Índice

Capítulo 1	1
1.1. Introducción	1
1.2. Planteamiento del problema.....	5
1.2.1. Objetivos.....	9
1.3. Justificación.....	10
1.4. Antecedentes	12
Capítulo 2. Marco Teórico	19
2.1. Conductas alimentarias	19
2.1.1. Influencia familiar en las conductas alimentarias.....	20
2.1.2. Evolución de la vida familiar y el impacto en las conductas alimentarias.....	21
2.1.3. Influencia del nivel socioeconómico.....	24
2.1.4. Creencias y significados de las conductas alimentarias.....	24
2.1.5. Conductas alimentarias en culturas colonizadas.....	28
2.1.6. Conductas alimentarias y poder estructural.....	30
2.2. Globalización y sus efectos en las conductas alimentarias	32
2.2.1. Clasificación de los alimentos.....	35
2.2.1.1. Por el proceso de elaboración.	36
2.2.1.1.1. Industrializados.	36
2.2.1.1.2. Locales.	36
2.2.1.2. Por la época de incorporación a la dieta de los mexicanos.....	36
2.2.1.2.1. Modernos.	36
2.2.1.2.2. Tradicionales.	37
2.3. La teoría del control cultural y cultura apropiada de Bonfil Batalla (1988)	37
Capítulo 3. Metodología	43
3.1. Paradigma del estudio	43
3.2. Fases del estudio	44
3.2.1. Fase 1: Revisión de la literatura.....	44
3.2.2. Fase 2: Selección y descripción del método y las técnicas utilizadas.....	45
3.2.2.1. Entrevista en profundidad.	47
3.2.2.2. Observación directa.....	48
3.2.3. Fase 3: Selección intencionada de los participantes.....	49
3.2.3.1. Criterios de inclusión.	49
3.2.3.2. Descripción de los participantes.....	52
3.2.3.2.1. Mujer participante de familia uniparental de estrato socioeconómico bajo.....	53
3.2.3.2.2. Mujer participante de familia nuclear de estrato socioeconómico bajo.	54
3.2.3.2.3. Mujer participante de familia extensa de estrato socioeconómico bajo.	55
3.2.3.2.4. Mujer de familia uniparental de estrato socioeconómico medio.	56
3.2.3.2.5. Mujer participante de familia nuclear de estrato socioeconómico medio.	57

3.2.3.2.6. Mujer participante de familia extensa de estrato socioeconómico medio.	58
3.2.3.2.7. Mujer participante de familia uniparental de estrato socioeconómico alto.	59
3.2.3.2.8. Mujer participante de familia nuclear de estrato socioeconómico alto.	59
3.2.3.2.9. Mujer participante de familia extensa de estrato socioeconómico alto.	60
3.2.4. Fase 4: Trabajo de campo.	61
3.2.4.1. Consideraciones éticas del estudio.	62
3.2.5. Fase 5: Análisis del contenido cualitativo.	63
3.2.5.1. Categorías de análisis.	64
Capítulo 4. La experiencia etnográfica en el estudio de las conductas alimentarias.	67
4.1. Descripción del contexto de las viviendas visitadas	67
4.2. Descripción de las viviendas	78
4.3. Descripción de las cocinas	83
4.4. Descripción del proceso de cocinar.	93
4.5. Las primeras experiencias en la cocina.	99
4.6. Las familias descritas a través de la tarea de cocinar	101
4.7. El espacio relacional en torno a los alimentos	102
Capítulo 5. Diálogos en torno a la alimentación.	106
5.1. Expresiones prácticas de las funciones sociales del alimento.	106
5.2. Actores de transmisión de conocimiento	111
5.3. El papel de la mujer en la alimentación familiar.	112
5.4. Cambios percibidos en la alimentación.	115
5.5. Consumo de alimentos industrializados	120
5.5.1. Factores sociales que promueven el consumo de alimentos industrializados.	123
5.5.1.1. Disponibilidad.	123
5.5.1.2. Crisis económica.	124
5.5.1.3. Transformación constante de la organización económica familiar.	124
5.6. Implicaciones sociales de la nueva alimentación.	125
5.6.1. Alimentación y salud.	126
5.6.2. Incertidumbre sobre lo saludable.	129
5.6.3. Nostalgia.	131
Capítulo 6. Conductas alimentarias actuales: autónomas, apropiadas, impuestas o enajenadas.	133
6.1. El control cultural y ámbitos de la cultura	134
6.2. Los elementos culturales en la alimentación.	135
6.3. Los ámbitos de la cultura y el control cultural en las conductas alimentarias	139
6.3.1. Estrato socioeconómico bajo.	140
6.3.2. Estrato socioeconómico medio.	145
6.3.3. Estrato socioeconómico alto.	149
6.4. Conclusiones	152
Capítulo 7. Discusión	154
7.1. Reflexiones finales	154

7.1.1. Otros aspectos sociales de las conductas alimentarias.....	160
7.1.2. Entre el discurso y la acción.....	164
7.2. Alcances y limitaciones.....	166
7.3. Prospectiva.....	170
Referencias.....	175

Índice de figuras

Figura 1. Denominación de las categorías de análisis.....	65
Figura 2. Croquis de cocina. Familia nuclear, estrato alto.....	84
Figura 3. Croquis de cocina. Familia extensa, estrato alto.....	85
Figura 4. Croquis de cocina. Familia uniparental, estrato alto.....	86
Figura 5. Croquis de cocina. Familia nuclear, estrato medio.....	87
Figura 6. Croquis de cocina. Familia extensa, estrato medio.....	88
Figura 7. Croquis de cocina. Familia uniparental, estrato medio.....	90
Figura 8. Croquis de cocina. Familia nuclear, estrato bajo.....	91
Figura 9. Croquis de cocina. Familia extensa, estrato bajo.....	92
Figura 10. Croquis de cocina. Familia uniparental, estrato bajo.....	93
Figura 11. Ingredientes para elaborar chilmore. Doña María.....	95
Figura 12. Mezcla para agregar al mole poblano. Doña Ana.....	95
Figura 13. Salpimentado en proceso. Doña Elsa.....	95
Figura 14. Ensalada rusa, lista para servir. Doña Tita.....	96
Figura 15. Selección de ollas favoritas de doña Bety.....	96
Figura 16. Fogón de doña Bella.....	96
Figura 17. Gaveta de cocina de doña Linda.....	97
Figura 18. Mesa de servicio y estufa de doña Laura.....	97
Figura 19. Olla en leña, preparando pollo en pebre. Doña Laura.....	97
Figura 20. Frijol colado con cebolla frita y manteca de cerdo, calentado a la leña. Doña Paty.....	98
Figura 21. Características del grupo estudiado.....	135

Índice de tablas

Tabla 1. Ámbitos de la cultura en función del control cultural (Bonfil, 1988, p. 7)	38
Tabla 2. Descripción de los estratos socioeconómicos de las familias incluidas en el estudio.....	50
Tabla 3. Familias seleccionadas para el trabajo de campo.....	52
Tabla 4. Resumen de los participantes.....	61
Tabla 5. Descripción de las categorías de análisis.....	66
Tabla 6. Uso de los principales espacios familiares.....	78
Tabla 7. Elementos culturales.....	136
Tabla 8. Ámbitos y elementos de la cultura y alimentación en el estrato socioeconómico bajo.....	142

Tabla 9. Ámbitos y elementos de la cultura y alimentación en el estrato socioeconómico medio.....	146
Tabla 10. Ámbitos y elementos de la cultura y alimentación en el estrato socioeconómico alto.....	150

“La alimentación es un universo de conocimientos, de leyes y de reglas, al mismo tiempo natural y sociocultural; un lugar de encuentro y de síntesis de lo biológico, lo económico, lo social y lo cultural. Mucho más allá de los tópicos, la alimentación queda situada, sin duda, dentro del marco de las relaciones sociales de los individuos y los grupos”

Ars Alimentaria

“Uno aprende mucho sobre el carácter de un ser humano con sólo ver lo que come y cómo lo come, *comer es un movimiento del alma*, refleja un modo de ser”

Guadalupe Loeza. “Lo que comen los escritores”

Capítulo 1

1.1. Introducción

Los alimentos ocupan uno de los lugares más importantes en el espacio social; muchas de las actividades humanas cotidianas tienen como fin la consecución de comida. Desde tiempos inmemorables, los alimentos han tenido un lugar privilegiado en el espacio social de las personas, no únicamente por su valor nutricional o para la supervivencia, sino como son elementos sociales cargados de significados, que regulan el comportamiento de las sociedades en función de los alimentos. La presente tesis busca abordar las conductas alimentarias desde un punto de vista que integre los aspectos socioculturales relacionados con ellas, como son los significados y las creencias de las familias en la ciudad de Mérida, Yucatán; para analizar el modo en que las conductas alimentarias se ven influidas por el contexto social de las personas que integran este grupo en particular. Se pueden definir las conductas alimentarias como todas aquellas aproximaciones conductuales relacionadas con los hábitos de alimentación; es decir, el modo en que las personas tienden a relacionarse con la comida. Dentro de las conductas alimentarias se encuentra la selección de alimentos para la ingesta, el modo de realizar las preparaciones y las cantidades ingeridas (Osorio, Weisstaub, & Castillo, 2002).

El interés en los aspectos socioculturales de las conductas alimentarias, nace de la evidencia de que no han sido estudiados a fondo en dicha población, ni desde la perspectiva teórica que se aborda en este documento; mas su relevancia es importante ya que a partir de las conductas alimentarias inadecuadas pueden generarse complicaciones en la salud física y psicosocial de los individuos, debido a las consecuencias que generan (Organización Mundial de la Salud, 2014) que, aunque no son el foco de esta tesis, son importantes porque obstaculizan el desarrollo de una sociedad más sana y generan fuertes gastos económicos en el sector salud.

Relacionado con esto último, es relevante comentar que los programas instaurados para combatir la obesidad no han alcanzado los resultados esperados ya que las estadísticas continúan en aumento; es decir, se están llevando a cabo acciones oficiales para dirigir las conductas alimentarias hacia la generación de una sociedad

que prevenga las enfermedades a las que puede conducir una alimentación inadecuada, más no están surtiendo efecto. Esto puede deberse a que dichos programas no toman en cuenta los aspectos socioculturales que determinan el modo de alimentarse de una población en particular, por lo que no han sido lo suficientemente adecuados para cumplir con sus objetivos. Es decir, no se encuentran adaptados adecuadamente para el tipo de realidad social dentro de la cual se planean llevar a cabo, sino que pretenden aplicar acciones que responden a una visión homogeneizadora de la alimentación, sin tomar en cuenta el contexto lo cual, aumenta las probabilidades de que no tengan éxito.

Por lo anterior, tiene sentido considerar que la obesidad y todas aquellas problemáticas derivadas de las conductas alimentarias inadecuadas, no son únicamente un problema de alimentación o nutrición. Las conductas alimentarias, alineadas a una cultura, pueden generar que se acepten o rechacen ciertos alimentos, por lo tanto, se entiende como un problema de origen sociocultural. Comprender el contexto en el que se desarrollan las conductas alimentarias, es tan importante como entender la función de los alimentos. En temas de alimentación, se puede considerar que el mundo entero se encuentra atravesando amplios cambios en la forma de alimentarse. Diferentes culturas del mundo han integrado a sus tradiciones culinarias diversos alimentos que no solían consumir; este proceso se ha dado gracias a la creciente facilidad de acceder a muchas y variadas posibilidades alimenticias que con anterioridad no estaban disponibles en las localidades o su acceso era limitado.

Todos los cambios que se pueden observar en las conductas alimentarias corresponden a una globalización socioeconómica que ha impactado en el modo de consumir los alimentos y ha generado un fenómeno denominado *transición alimentaria* que consiste en integrar a la alimentación nuevas maneras de interacción con los alimentos. Esto implica también el abandono de antiguas costumbres alimentarias tradicionalmente arraigadas a las culturas, este concepto será ampliado en el capítulo correspondiente al marco teórico. El proceso anteriormente mencionado ha traído consigo muchos beneficios, como el hecho de que ha permitido a las personas con poder adquisitivo, la posibilidad de llevar una alimentación más equilibrada llena de diferentes ingredientes que tienen la capacidad de potenciar la salud. Sin embargo,

existen dos caras en esta moneda: la industria alimentaria encargada de la distribución de alimentos ha concentrado sus esfuerzos en generar productos que permitan mayores ganancias, por lo que los gastos de producción han sido reducidos a costa de la disminución de la calidad misma de los alimentos, lo cual genera problemas de salud en las personas.

Así como las personas con mayor poder adquisitivo logran elegir sus alimentos de acuerdo con sus preferencias, las personas con menores posibilidades económicas no siempre pueden asegurarse de que sus alimentos sean los más saludables, por lo tanto, son más vulnerables a los productos procesados de menor precio y calidad nutricional, que ofrece la industria alimentaria. Lo anterior expone en parte, la complejidad de la problemática que se ha generado en torno a las conductas alimentarias y es en este sentido que se resalta la importancia de comprender los aspectos relacionados con la alimentación que no necesariamente tienen que ver con lo que se ingiere sino más bien con aquellos aspectos que responden a un ¿por qué?

Asimismo, se puede observar un abandono cada vez mayor de aquellas costumbres y tradiciones relacionadas con la alimentación. Diferentes fenómenos sociales han impulsado cambios significativos en las conductas alimentarias de las personas, dando pie al abandono de las costumbres alimentarias locales ya que el consumo alimentario ha dejado de estar mayormente limitado a cultivos propios de cada país o territorio local (Entrena, 2008). La globalización socioeconómica ha conllevado a una paulatina deslocalización y des-estacionalización de las dietas, a la vez, la extensión de hábitos de consumo cada vez más parecidos a nivel mundial. Se ha generado una tendencia global hacia la estandarización alimentaria que limita y en algunos casos revoluciona la oferta alimenticia disponible, lo cual muchas veces imposibilita una alimentación saludable y adecuada (Solís-Becerra, 2014)

Los procesos de globalización neoliberal implementados en Latinoamérica desde principios de la década de los años ochenta, han contribuido a que los países concentren sus esfuerzos en la exportación de alimentos y no en la producción local para auto abastecerse; por tanto, cada vez más se crea una relación de dependencia de empresas y organismos transnacionales, lo cual representa una grave pérdida en la

soberanía alimentaria (Entrena, 2008). Esta pérdida de la soberanía no implica únicamente consecuencias económicas, sino que al perder la tradición de la producción local de alimentos, las personas tienden a consumir los productos comerciales que están a su disposición: platos precocinados, potencializadores del sabor, productos que contienen conservantes químicos, así como alimentos altamente procesados con el fin de mejorar su conservación, facilitar el cocinado o simplemente por motivos estéticos de presentación (Altieri & Nicholls, 2002).

Lo anterior conlleva a su vez, a la pérdida de poder del consumidor sobre la elección de los alimentos a consumir y la determinación de sus hábitos alimentarios, ya que se vincula a la tendencia que marcan las grandes empresas transnacionales sobre los productos ofertados, utilizando la mercadotecnia y/o el monopolio de los mercados alimentarios de acuerdo a sus intereses particulares (Entrena, 2008). Por lo tanto, el consumidor se ve forzado a confiar en que los alimentos que le son ofrecidos son adecuados para su salud y sus necesidades alimentarias, aunque en realidad muchos de los procesos a los que son sometidos los alimentos pueden disminuir su capacidad nutricional al convertirlos en productos altamente procesados, propiciando malnutrición, sobrepeso y obesidad en los consumidores, cuando son consumidos en exceso.

A todo lo anterior, es necesario sumar los cambios que el proceso de globalización ha generado en la vida cotidiana de las personas. No necesariamente como un fenómeno aislado de los cambios en la alimentación, sino más bien como una tela entretejida de necesidades y soluciones que implican una profunda evolución en el estilo de vida. Por lo que, comprender integralmente el fenómeno alimenticio y sus cambios, desde una perspectiva sociocultural, profundizar en los significados y creencias en torno a los alimentos, podría brindar luz sobre el modo en que las personas implicadas han vivido el proceso y las formas en las que han logrado adaptarse al mismo, para resolver sus necesidades y sobrevivir en un mundo cada vez más complejo.

1.2. Planteamiento del problema

Los individuos forman parte de una sociedad, comprendiendo ese concepto como un grupo de personas que conviven dentro de un espacio determinado geográficamente, con características en común y ciertos elementos que los identifican como miembros de un mismo grupo. Esos individuos además de formar parte de una sociedad específica se encuentran inmersos también en un contexto social aún más amplio, pero muy amplio; como una Matrioshka, donde sus núcleos familiares básicos corresponden tan sólo a una parte microscópica de la muñeca más pequeña. Representando así a la sociedad global, es posible visualizar la cantidad de capas que se encuentran por fuera de los individuos, su familia e incluso de su sociedad. Esta contextualización es necesaria para abordar el punto que corresponde al problema que se explicará en este apartado, ya que es necesario mantener en la consciencia del lector la facilidad con la que los individuos pueden perder la percepción de que su breve contexto, se encuentra influenciado por muchos factores externos y lejanos, sobre los cuales tiene poco control o poder.

Partiendo del hecho de que entender la alimentación y más concretamente, las conductas alimentarias, implica comprender la trama social del individuo, es decir, comprender quién es en un momento y espacio determinados. Volviendo a la Matrioshka, se hablará a continuación, de aquellas capas más externas, las muñecas más grandes, que tendrían que ver con las estructuras de poder social y económico que rigen en la sociedad a la cual pertenecen los individuos, ya que dichas estructuras promueven modos de actuar a la vez que censuran otros modos, incluyendo las conductas alimentarias. Por tanto, se discutirán los modos en que las estructuras de poder -de cierta manera- oculto, pueden influir en la alimentación de los seres humanos. El poder y el significado siempre están conectados. El poder habita en el significado y es su herramienta para la estabilización y la defensa (Mintz, 1996). Es, por tanto, necesario, comprender al individuo desde su espacio social, para poder analizar las circunstancias de su entorno que contribuyen a moldear sus conductas alimentarias. El poder simbólico de los alimentos, igual que el poder simbólico de los vestidos o los peinados, es diferente (aunque se relaciona de alguna manera) del poder táctico y

estructural que plantea los límites máximos de la creación de significado, dado que la construcción de los significados alrededor de los alimentos es un proceso que se adapta, evoluciona y se construye con la cultura misma (Mintz, 1996). Por lo tanto, se debe estudiar en un tiempo y espacio determinados y buscar comprender el efecto que el tiempo y sus exigencias, producen sobre esos significados.

La información que los alimentos y la conducta alimentaria expresan demuestra aspectos culturales que entretienen estructuras de poder simbólico, de estatus, de significados emocionales y psicológicos, de forma tal que pocos elementos culturales son capaces de expresar y definir en una cultura. En esto reside la importancia de comprender a fondo los significados y creencias relacionadas con los alimentos, de forma histórica. Es entonces evidente la necesidad de comprender las prácticas alimentarias desde su dimensión simbólica, contemplando los alimentos como portadores de significados (Blanco, Bonvecchio, Carreto, & Théodore, 2011) ya que de esta manera es posible reconocer la presencia de estereotipos, opiniones, creencias, valores y normas que suelen tener una orientación actitudinal positiva o negativa (Flores, Hayes, & Wagner, 2011).

Fischler (1995) por su parte, considera que las personas comen según lo que son, pero también son lo que comen ya que la alimentación participa en la construcción individual y nacional de un pueblo; es decir, a través de los alimentos las personas reafirman su identidad, relacionándola con su lugar en el espacio social y se determinan de acuerdo con el ámbito sociocultural al que pertenece, especialmente, el estrato socioeconómico. En el entendimiento de que lo que se ingiere se encuentra ampliamente relacionado con los significados construidos socialmente, comprender la alimentación implica analizar de qué manera está condicionada por procesos sociales y culturales. Según Bourdieu (1979), las prácticas y las preferencias alimentarias no constituyen elecciones individuales, sino que están definidas y construidas según la posición que una persona ocupa en el espacio social.

Dado que el estrato socioeconómico implica un lugar definido dentro de ese espacio social, resulta particularmente interesante observar si existen diferencias en las conductas alimentarias de individuos de distintos estratos socioeconómicos, que

desarrollan sus vida en el mismo espacio geográfico; observando la expresión práctica del actuar social de los individuos, exponiendo el entretelado simbólico del espacio complejo que las familias representan, dentro del cual, el universo de actores sociales es modelado y reproducido dentro y fuera de su núcleo.

Retomando nuevamente la Matrioshka, todo lo que se expuesto de significados, creencias dentro de una cultura y su influencia en el actuar social correspondería a una misma muñeca completa. Es decir, cada cultura tiene su correspondiente carga de elementos culturales propios y diferenciados, que de una forma u otra han sido introyectados en la psique de los individuos que pertenecen a ella. El lector debe ahora imaginar muchas muñecas Matrioshka, abrirlas en su imaginación, revolverlas y volver a armar las piezas de manera azarosa. Si cada muñeca fuera una cultura, se tendría una mezcla importante de culturas unidas una a la otra, más cada pequeña muñeca dentro de las mezclas, mantendría sus características propias, a pesar de estar inmersa en capas y capas de diferencias culturales. Algo así (quizás menos dramático) es lo que ocurre con el mundo globalizado; las familias se encuentran formando parte de una sociedad cambiante, con elementos de culturas lejanas, en gran parte desconocidas, y a pesar de que no necesariamente se consideren parte de esas otras culturas, pueden tener bastante influencia en sus vidas, como si la pintura de las diferentes capas de muñecas traspasara hasta la más pequeña.

Toda esa complejidad social se expresa también a través de los alimentos, el proceso de globalización en el que se encuentra inmerso el mundo contemporáneo ha llevado a la homogenización de la alimentación, impulsada por fines mayormente económicos. Dicha homogenización ha implicado que la disponibilidad de los alimentos se incremente prácticamente en todo el mundo, es decir, se han introducido alimentos que no formaban parte de la cultura y en la actualidad se encuentran disponibles para introducirse también en el entretelado cultural alimenticio, como nuevos elementos culturales. Es posible visualizar, por tanto, el choque de culturas a nivel global, una expansión e intercambio de tradiciones y símbolos, que muy posiblemente exijan a cada cultura hacer algo con ellos. Lo que cada pueblo decide hacer en términos de rechazar o aceptar, se rige por los significantes y creencias

culturales. Por otro lado, al ser el alimento un elemento biológico y social, es necesario comprender ambos aspectos. Cuando es el interés económico lo que impulsa el intercambio de alimentos, hay que entender al alimento como un producto comercial, el cual se integra a la amplísima gama de tecnología disponible para pasar a ser modificado y accesible a las exigencias que implica su movilización, almacenaje y posterior venta. Y es en ese proceso en el cual el individuo se convierte en consumidor y se ve forzado a confiar en el producto alimenticio sin poseer, muchas veces, información detallada del mismo e incluso casi siempre, sin cuestionársela.

Es importante aclarar que no se considera al consumidor como un elemento pasivo ante las circunstancias que lo envuelven, más bien se le observa como un individuo que utiliza sus características personales, culturales y sus experiencias para elegir cómo alimentarse. Por lo tanto, resulta importante conocer de qué manera se categorizan ciertos elementos de la alimentación dentro de la cultura a estudiar, para determinar los patrones de control que se configuran en orientaciones actitudinales con respecto a las conductas alimentarias, sin olvidar que se enmarcan en el contexto de los significados y creencias de la cultura. El aspecto primordial sobre el cual se elaboró esta tesis es comprender aquellos aspectos que guardan relación con los modos en que las personas se relacionan con la alimentación, comprendida como un elemento cultural, dentro de ese macro contextual tan amplio e influenciado por culturas externas, como se da en el caso de los grupos étnicos, que aunque la población estudiada no se define así, comparte varias características a nivel de análisis, como es la influencia de otras culturas, el proceso de homogeneización y la simbólica jerarquía entre los grupos. Sobre ese aspecto, se considera que una herramienta adecuada para comprender la información es la teoría del control cultural y cultura apropiada (Bonfil, 1988) sobre la cual se extenderá más adelante la información.

Y sobre ese tema surgen las siguientes interrogantes: ¿cómo ha sido el efecto del entretejido contemporáneo de culturas, en aquellas civilizaciones que anteriormente vivieron un proceso de colonización, como es el caso de México? ¿existe semejanza entre los efectos sociales de la globalización y aquellas cicatrices sociales que dejaron los procesos colonizadores? ¿puede entenderse la presión social de las economías

dominantes sobre los países tercermundistas como una presión “colonizadora”? ¿son las exigencias del sistema económico una forma de abuso hacia los países menos desarrollados? ¿son conscientes los actores sociales de la influencia que la globalización ejerce sobre sus vidas cotidianas?

A través de esta tesis, se busca entender cómo los individuos son capaces de manejar un elemento cultural que no es ajeno a los cambios macrosociales, por lo tanto, es cambiante y evolutivo. Se busca saber el modo en que las personas se acercan a sus alimentos a pesar de las circunstancias sociales; también se busca entender si las personas son capaces de dilucidar el grado de influencia que las circunstancias externas realmente tienen en sus vidas. Asimismo, el modo en que se van acomodando a ellas, de manera gentil o no, dentro de un marco cultural cargado de significados y creencias propias de la cultura a la que pertenecen, sin olvidar el lugar que ocupan en su espacio social. Expuesto de esta manera, la pregunta central de la investigación gira en torno a conocer ¿cuáles son los significados y creencias que determinan las conductas alimentarias de las familias en la ciudad de Mérida y cuál es su relación con la aceptación autónoma, apropiación, enajenación y/o imposición en el consumo de alimentos globalizados y tradicionales?

1.2.1. Objetivos.

El objetivo general de este estudio consiste en comprender las conductas alimentarias de las personas participantes, así como las dinámicas con los alimentos industrializados y los tradicionales en la cotidianidad de sus vidas, que llevan a una apropiación, imposición, enajenación o expresión de autonomía en el modo de alimentarse.

Los objetivos específicos son enunciados a continuación:

- Identificar los principales significados y creencias respecto a las conductas alimentarias, que expresan las representantes de las familias participantes.
- Analizar el modo en que esos significados y creencias influyen en la forma en que las familias se alimentan.

- Analizar la dialéctica entre el consumo de alimentos industrializados y los tradicionales para determinar la apropiación, imposición, enajenación o expresión de autonomía en sus conductas alimentarias.

1.3. Justificación

Existen numerosos estudios que abordan las conductas alimentarias y la alimentación desde diversas perspectivas. Por ejemplo, la antropología de la alimentación cuenta con extensos estudios que se han enfocado en comprender la evolución compleja y conjunta del hombre en torno a su alimentación dentro de su sistema cultural. De igual modo, existen estudios desde la psicología de la alimentación, que buscan comprender el modo en que los individuos adaptan su modo de alimentarse de acuerdo sus cogniciones, percepciones y contexto personal y social. Asimismo, la sociología ha aportado numerosos estudios para la comprensión del proceso alimentario. Por consiguiente, queda claro que esta tesis se suma al esfuerzo que se ha realizado desde las ciencias sociales para dar luz a un tema intrínsecamente humano (en todas sus esferas) que va más allá de lo biológico y dentro del cual se puede visualizar la compleja trama social a modo de representación de aquellos significantes y las creencias que envuelven las prácticas alimentarias.

Se considera que la relevancia de este estudio no se encuentra únicamente en función del tema estudiado sino en el abordaje desde el cual se desarrolla, ya que no se encontraron estudios que analicen las conductas alimentarias desde la Teoría del Control Cultural y Cultura Apropiaada (TCCCA) de Bonfil Batalla (1988). La relevancia que este abordaje puede suponer para la comprensión del problema expuesto consiste en que una de las principales bondades de la TCCCA, es que permite conocer los modos de interacción entre culturas donde existe una relación asimétrica de sujeción/dominación, ya sea porque fueron colonizadas y/o porque dependen de manera desventajosa de la economía de los países desarrollados.

Sería difícil negar que estos son modos de interacción presentes en nuestro país y nuestro estado, y tenemos presente su influencia, pero más en aspectos políticos y económicos y no tanto en aspectos de salud. Sin embargo, tal como se mencionó con anterioridad, el proceso de globalización ha generado la adopción de nuevas conductas

alimentarias, y el paulatino abandono de antiguas. De ahí la importancia de comprender dichas prácticas desde un punto de vista en el que se consideren los elementos propios de una cultura autónoma, sin dejar a un lado la importante influencia que pueden tener una o varias culturas externas en las mismas; todo ello puede generar datos valiosos propios, de la cultura estudiada.

Es decir, a través de esta teoría es posible conocer la forma como, en materia de prácticas alimentarias, una cultura determinada hace uso de sus elementos culturales propios o los forma en que adopta los de otras culturas y el modo en que los integra por decisión propia o ajena, a su cotidianeidad. De igual modo, la teoría permite comprender la manera en que se abandonan o dejan a un lado ciertos elementos que por tradición le pertenecen a cierta cultura. Todos estos aspectos quizá en parte ya identificados, pero no analizados desde un eje teórico integrador. Es así que, la TCCCA ayuda a visualizar y comprender cabalmente la capacidad que tiene un grupo para decidir sobre sus elementos culturales, brindando un marco teórico-metodológico para el estudio de esos procesos. Es decir, esta teoría es capaz de esclarecer el modo en que las personas mantienen elementos propios, pero también las formas en que han integrado a sus vidas aquellas exigencias del medio, que han sido introducidas por la globalización; comprendiendo además el modo en que las han acogido, es decir, si han sido apropiadas (de hacerlas propias) o impuestas. Así también, como se leerá en el apartado siguiente, los estudios en materia alimentaria evidencian el papel de la mujer, la familia y el estrato socioeconómico como variables de influencia y es por ellos que este estudio los consideró para su análisis.

Por otro lado, y dada la escasa existencia de estudios que analicen los elementos intrínsecos acerca de las conductas alimentarias desde la teoría ya mencionada, el presente estudio resulta una nueva óptica para comprender la problemática actual pudiendo desarrollar nuevas investigaciones y estudios a partir de éste. El estudio está planteado para centrarse en los aspectos teóricos y explicativos, y se espera que la información que resulte de éste pueda ayudar a otros investigadores a ampliar líneas de investigación nuevas. Sin embargo, también se da por comprendido que el conocer profundamente las conductas o prácticas alimentarias que se dan en un lugar

determinado, serviría como base bien fundamentada en la realidad para desarrollar programas de intervención que favorezcan conductas alimentarias saludables y de ese modo contribuir a la prevención de problemas como la obesidad y de enfermedades relacionadas con ella. Sin una explicación detallada de los elementos y significantes culturales asignados a los alimentos no es posible explicar los cambios culturales ni proponer medidas de intervención que prevengan conductas de riesgo (Arroyo & Bertrán, 2006) y posibiliten conductas saludables.

1.4. Antecedentes

El fenómeno alimenticio ha sido ampliamente estudiado desde diferentes enfoques científicos. El principal a través del cual se ha analizado ha sido el enfoque nutricional, es decir, aquel que se encarga de comprender los procesos bioquímicos que se producen en el cuerpo humano a partir de la ingesta de alimentos. Sin embargo, por un tiempo existió cierta laguna científica en cuanto a los aspectos sociales que implica la alimentación. Fue por ello que desde la sociología se comenzó a estudiar, tratando de comprender principalmente los significados que envuelven los actos alimenticios, no la nutrición o los efectos que la comida genera en el cuerpo, sino aquello que permite entender las razones que motivan a los individuos en su cotidianidad alimenticia.

Así como la sociología buscaba comprender la alimentación, otras ciencias sociales lo intentaron, tal fue el caso de la economía, que centró sus esfuerzos en el análisis de los ingresos económicos en relación con el tipo de alimentación al que las familias tenían acceso. Posteriormente, el análisis de la alimentación se dio en función de las hambrunas que aquejaban a ciertas partes del mundo, y la responsabilidad que se atribuía a los gobiernos de esos países. Fue así como nació el término seguridad alimentaria, enfoque desde el cual se buscaba comprender los procesos de producción de los alimentos y las acciones gubernamentales.

Por su parte, la antropología de la alimentación en la actualidad, avanza: “identificando diversas concepciones del fenómeno en el propio seno de la sociedad occidental contemporánea. Todas las concepciones tienen en común el estar definidas por un componente político expresado a través de la manera en que se identifican los problemas, se discuten sus posibles soluciones y se

implementan las acciones para su tratamiento. Para este análisis antropológico de las políticas alimentarias, el 'presente etnográfico' no es sólo la multiplicidad de 'conocimientos locales', sino su interrelación expresada en las actuales formas de intervención alimentaria” (Carrasco, 2007, p. 93)

Existen algunos estudios que han pretendido comprender el fenómeno de la alimentación, en este apartado se realizará una breve exposición y análisis de los más relevantes para términos de esta tesis. Los aspectos socioculturales de la conducta alimentaria son complejos y no se limitan únicamente a los fenómenos sociales, sino que de manera individual existen factores psicológicos importantes relacionados con la alimentación; en un estudio los autores, Losada, Leonardelli y Magliola (2015), señalan que los agentes y situaciones sociales, influyen de manera directa en la percepción estético corporal y las conductas de riesgo que tienen las adolescentes escolarizadas de una zona metropolitana de Gran Buenos Aires, describen que a mayor sensibilidad a la influencia de estímulos de agentes y situaciones sociales, mayor será riesgo de padecer trastornos de la conducta alimentaria, concluyen que aquellos sujetos que son susceptibles a la influencia de factores socioculturales se abstienen o presentan irregularidades al ingerir alimentos. Por lo tanto, se puede inferir que la influencia de los aspectos socioculturales abarca también la esfera emocional y por ende la salud mental y física.

Uno de los factores más relevantes relacionados con la alimentación y específicamente con los alimentos, es que brindan un significado de identidad y pertenencia a una cultura; en culturas colonizadas que en algún momento histórico tuvieron que adaptarse a un nuevo modelo social impuesto, la trama en la construcción de la identidad como sociedad o grupo necesariamente es más enmarañada, y se requiere de un esfuerzo social para generar un equilibrio entre lo tradicional y lo impuesto. En este sentido, Ayora (2014) hace una reflexión acerca del caso de Yucatán y su proceso de re significación como grupo social a través de la independencia mexicana, y el modo en que éste se ve reflejado en el espacio alimentario y las preparaciones que se realizan, muchas de las cuales siguen siendo elementos tradicionales que representan al estado y lo distinguen de los demás. En sus palabras,

la identidad regional está constituida por distintos discursos y prácticas culturales, unas de ellas son la forma de cocinar y de consumir comida, la cultura y la cocina yucateca han sido producidas como parte del proceso de construcción de la región, se presenta como un producto diferente al mexicano, lo yucateco afirma la identidad político-cultural de quien lo elabora y consume, marcando así las diferencias culturales y permite una mayor comprensión de las complejidades sociales.

En cuanto a los significados sociales, Franco y Milena (2010), hablan acerca de los que se encuentran contenidos en las prácticas de alimentación de las familias, marcando una importancia en la comprensión de los aspectos culturales y sociales del proceso alimentario familiar, reflexionan sobre las prácticas cotidianas de alimentación que forman parte de relaciones sociales más amplias, marcando la influencia de los sistemas agroalimentarios en la introducción y modificación de los patrones de alimentación, mencionando la producción, el abastecimiento, el acceso a los alimentos y el papel de la sociedad representada como amigos, familia y otro tipo de redes sociales en la estructura de las prácticas de alimentación de las familias. Además, señalan que desde la perspectiva sociológica se busca reconocer a la alimentación como un proceso social que contiene simbolismos que representan a los distintos grupos sociales que el individuo pertenece, también contribuye a revelar y destacar los contenidos subjetivos y simbólicos de la misma. Para estos autores, cuando se analizan las prácticas alimentarias que se realizan en el ámbito familiar, sabemos que también se hace mención a las relaciones sociales más complejas, como el papel del Estado, la influencia de los sistemas agroalimentarios en la modificación de los patrones de alimentación, la comunidad, amigos y demás factores que influyen en la práctica de alimentación de las familias:

las necesidades nutricionales de los miembros de la familia según diferencias de género, generación, ciclo de vida familiar; la naturaleza del trabajo implicado en esta labor, los aprendizajes y las creencias socioculturales respecto a lo que significa alimentarse, los gustos alimenticios, las relaciones de poder que se producen en la distribución de tareas y responsabilidades en la provisión, compra, preparación, distribución y disposición de los recursos alimentarios,

dan cuenta de las formas de organización y distribución del poder entre los sexos, entre generaciones y entre grupos o clases sociales; de las características de producción y consumo de alimentos en una sociedad, y de las formas como se ordenan estos procesos en determinadas sociedades (Franco & Milena, 2010, p.13)

Por su parte, Andreatta y Martínez (2017) mencionan que históricamente las tareas del hogar se han dividido de acuerdo con normas ya establecidas que se han ido heredando de generación en generación, asignando categorías opuestas y complementarias a hombres y mujeres, por esta razón existe una relación entre “alimentación cotidiana y mujeres, así como entre prácticas y representaciones alimentarias e identidades de género... son las mujeres quienes históricamente han estado a cargo de alimentar a su familia, a excepción de las pertenecientes a las clases privilegiadas” (Gracia- Arnaiz, 2009, en Andreatta y Martínez, 2017, p.12) es decir, queda de manifiesto el papel que tanto hombres y mujeres han tomado a lo largo del tiempo, a través del aprendizaje dentro de las familias, el cual ha hecho claramente responsable principal a las mujeres.

Por tanto, está claro que las familias son quienes educan, moldean y transmiten aquellas tareas asignadas por género, lo cual invita a pensar que, de haber cambios en las enseñanzas familiares, se pueden producir también en la aceptación o rechazo de aquellos roles considerados tradicionales. Si esas enseñanzas se analizan a través de los cambios sociales y las transformaciones políticas y económicas que influyen de manera directa en la vida familiar, muy probablemente se haga posible observar cambios en aquellos roles o papeles que juegan tanto hombres como mujeres en la tarea de la alimentación.

En este mismo sentido, Pérez y Diez-Urdanivia (2007) reflexionan:

desde el punto de vista antropológico el uso de esta categoría (nutrición con perspectiva de género) implica, entre otras cosas, introducirse al conocimiento sobre cómo el acto de comer dentro de las familias, y el proceso alimentario – decisión, provisión o adquisición, preparación y distribución de alimentos–

adquieren relevancia desde un punto de vista social y si estos, además de marcar diferencias sexuales, tienen una significación genérica (p.451)

Esto es, tradicionalmente las mujeres han sido y seguirán siendo las encargadas de la salud familiar, además de que al estar involucradas en las labores domésticas son la principal fuente de información para conocer lo que ocurre dentro de las familias. Marín (2013) agrega que las mujeres, además de ser consideradas las responsables de la salud familiar, existe la tendencia de culpabilizarlas a modo de consecuencia, de las enfermedades como el sobrepeso infantil.

Los cambios sociales son un tema importante que se relaciona con la alimentación y existen diversos autores que han estudiado la influencia de ellos en la alimentación familiar. Por ejemplo, Pérez *et al* (2011) indican que se han registrado cambios en la alimentación de prácticamente todas las regiones del mundo, ya sea por la modernización de los alimentos, por el crecimiento urbano o el proceso de migración rural-urbana, se ha modificado la dieta de muchos continentes y regiones, ya sea aumentando el consumo de productos que originalmente no se consumían tanto o introduciendo a la dieta productos que normalmente no se consumían, afectando no solo la dieta si no que la salud de las regiones involucradas en estos cambios, es por ello que los procesos alimentarios se han complejizado, es posible advertir que los países en desarrollo han experimentado un cambio significativo en las condiciones socioeconómicas y en la urbanización, teniendo un impacto directo en la dieta (Drewnoski y Popkin, 2007 en Pérez *et al*, 2011); la gente de escasos recursos está desnutrida porque no tiene acceso a los productos para poder alimentarse bien, o de lo contrario presentan obesidad por que se alimentan mal, consumen alimentos que satisfacen su apetito pero no les permiten acceso a una nutrición adecuada. A medida que se tiene más recursos económicos, la población prefiere alimentos industrializados y modernos que reflejen el estatus con el que se cuenta. La modernización de la dieta en México se relaciona con el abandono de costumbres y tradiciones y con la incursión de un modelo occidental el cual es rico en alimentos industrializados que afectan a la salud, economía y medio ambiente (Pérez *et al*, 2011) por lo que este autor considera que la globalización, la disponibilidad de acceso a los alimentos, la difusión del

conocimiento, la migración, etc., son elementos que sirven para analizar el impacto que se está teniendo la alimentación en la salud de la población mexicana.

Belalcázar y Tovar (2013) afirman que con los cambios en la alimentación es importante conocer los determinantes sociales que influyen en la selección y el consumo de los alimentos, tomando a la familia como el pilar para educar estilos de vida y hábitos alimenticios, donde se generan y se reafirman las costumbres, normas, patrones, reglas, etc. Esta se vuelve una institución donde se ve reflejada la educación nutricional y las preferencias alimentarias y el consumo de cierto tipo de alimentos. De acuerdo a las características educativas, culturales y sociales de la población se determinan sus opciones de educación, salud, vivienda y recreación y dan la pauta de las condiciones de seguridad alimentaria nutricional diferentes de acuerdo con el estrato socioeconómico en el que se encuentren. Hay, además, una completa accesibilidad por parte del núcleo familiar a los productos, gracias a la cercanía de las tiendas y supermercados.

Estos autores mencionan que, en cuanto al acceso y selección de alimentos, el costo es un factor determinante en la elección de los mismos, pero depende totalmente del ingreso de la persona, el nivel socioeconómico, la preferencia de la familia. Los grupos de personas de bajos ingresos tienden a consumir una dieta más desequilibrada, carente de frutas y verduras, el acceso a los alimentos se condiciona por la capacidad adquisitiva, aunque mayores ingresos no equivalen automáticamente a una dieta de mayor calidad, solo indica el nivel de seguridad alimentaria con el que se cuenta, las personas que tienen mayor grado de estudios son las que adoptan mayores medidas de cuidado y manipulación de los alimentos, también se menciona que el nivel educativo puede influir en el comportamiento alimenticio durante la edad adulta.

Bertrán (2015) coincide con Belalcázar y Tovar en cuanto a la influencia del estrato socioeconómico y comenta que una sociedad homogénea es únicamente aparente, las distintas clases sociales tienen productos en apariencia destinados a ellas de manera deliberada, ya sea por el porcentaje de grasa de la carne o por la cantidad de azúcar que tenga un cereal, existiendo una variación significativa que incita a la segmentación, inclusive para un mismo supermercado. Bertrán, añade que

independiente de las clases sociales, son las mujeres las encargadas de decidir qué comprar y cómo comprarlo, ya sea con una planeación semanal que es más habitual entre personas de clase social alta o una planeación diaria, que es lo que se esperaría en familias de clase social baja, ya sea por su capacidad de almacenamiento y planeación. El hecho es que para tomar la decisión de qué comprar depende de los factores económicos, tiempo para cocinar y preparar los alimentos.

Se puede observar que en los estudios existe un interés importante por los procesos que ocurren hacia adentro de las familias y que, muchas veces, estos estudios concluyen mencionando algún aspecto relacionado con el género y los aprendizajes y roles que las familias y la sociedad empujan a los sujetos a reproducir en sus vidas cotidianas. Es por ello que en esta tesis se han considerado estos tres aspectos básicos: las mujeres, la familia y el estrato socioeconómico; y se resaltan también los cambios que las personas perciben en sus modos, opciones y posibilidades para alimentarse.

Capítulo 2. Marco Teórico

2.1. Conductas alimentarias

Las conductas alimentarias se definen como los comportamientos relacionados con los hábitos de alimentación, la selección de alimentos que se ingieren, las preparaciones culinarias y las cantidades ingeridas con ellos (Castillo, Osorio, & Weisstaub, 2002). Pueden ser comprendidas como el conjunto de acciones que lleva a cabo un individuo, en respuesta a una motivación biológica, psicológica y sociocultural vinculada con la ingestión de alimentos. Son conductas que se aprenden desde la transición de la alimentación láctea hasta que se adquiere el esquema propio del hogar y reflejan la amplitud de alimentos a disposición para el consumo humano y sus modos de preparación. Están determinadas por el contexto cultural al que pertenece el individuo y el grupo familiar (Saucedo- Molina, 2003), lo cual implica que su estudio debe ser comprendido en función de ese contexto, y su comprensión se enmarca en un grado de profundidad, más que de generalización, dado que los grupos familiares constituyen universos que interconectan a individuos con experiencias y aprendizajes compartidos entre ellos, pero la individualidad también juega un papel importante y se relaciona con las experiencias familiares.

Los niños son alimentados de acuerdo con los valores, creencias, costumbres, símbolos, representaciones sobre los alimentos, con los que la familia cuenta. Así, el niño aprende a comer principalmente a través de la figura materna, dado que generalmente es quien se encarga de la preparación de los alimentos y es quien, a su vez ha adquirido con anterioridad, en forma oral o práctica conceptos de alimentación. A estas interacciones se suman, posteriormente, la influencia de la educación formal cuando el niño accede a ella (Castillo, Busdiecker, & Salas, 2000); es decir, aquella información que viene de las instituciones sociales como la escuela, el discurso social y político que se genera en el contexto donde se desarrolla una persona. Esta información no necesariamente es igual a aquellos patrones que se aprenden en casa, sino que presenta una nueva variedad de perspectivas, dentro de las cuales, una persona puede elegir, aunque es más probable que elija aquellas que se encuadran de una u otra manera, dentro del esquema alimenticio aprendido en el hogar.

Existen diferentes perspectivas desde las cuales han sido estudiadas las conductas alimentarias, sin embargo, en concordancia con el objetivo de la tesis, se centrará la atención en los estudios de naturaleza social que se configuran como un marco referencial en la temática aquí abordada. Es por ello que, en los siguientes apartados se presentará la información que distintos autores han elaborado sobre el fenómeno alimenticio, visto fuera del ámbito nutricional y enfocado en aquellos aspectos sutiles, casi imperceptibles, que permiten a una persona expresar su individualidad y a la vez, su pertenencia a cierto grupo, a través de los alimentos.

2.1.1. Influencia familiar en las conductas alimentarias.

La influencia de la familia en la configuración de las conductas alimentarias de un individuo tiene que ver (no como único elemento, pero sí como uno de los más notorios) con la elección de los alimentos por aprendizaje social. En este tipo de aprendizaje el elemento clave es la observación de las conductas de otras personas, y la reproducción de las mismas en las conductas propias, es decir, las personas aprenden desde muy pequeños directamente de sus padres o personas significativas en su desarrollo, y reproducen posteriormente dichos aprendizajes, expresados en preferencias que estructuran sus conductas alimentarias (Ogden, 2005). Las actitudes de los padres y sus propias conductas alimentarias son una influencia fundamental en el desarrollo de las conductas alimentarias de los hijos, ya que a través de la observación de lo qué, y cómo, sus padres comen, los niños comienzan a elaborar una historia propia que tiene que ver con la aceptación o rechazo de determinados alimentos, es decir, los hijos se hacen más propensos a elegir aquellos alimentos que sus padres consumían.

Es por lo anterior que se puede deducir la fuerte influencia que la familia tiene como gestor de las conductas alimentarias; la probabilidad de que la alimentación que se aprendió en casa, especialmente durante los primeros años de la vida de una persona, se repita fuera de ella, y que, a su vez, los hijos de esa persona comiencen a repetir las mismas conductas alimentarias, es muy alta. Además, al hablar de este tema, se entiende que los hijos no únicamente tenderán a ingerir los mismos alimentos que sus padres, sino que, además, tendrán similares estilos de preparación, técnicas de

cocinado, maneras de servir esos alimentos, incluyendo también los significados y creencias intrínsecos que existían en el ambiente familiar. Todo esto se da a través de un aprendizaje por observación, y la expresión de esos aprendizajes funciona como una manera de declarar la pertenencia al grupo familiar, o por el contrario, la individualidad de cada persona, cuando sus preferencias no son similares a las de su familia. Es por lo anterior que se pone de manifiesto la importancia de conocer las conductas alimentarias familiares cuando se busca comprender la aproximación que un individuo tiene hacia los alimentos. Asimismo, conocer los modos en que las familias se configuran, de acuerdo con el lugar que ocupan en el espacio social, resulta crucial para entender las conductas alimentarias que manifiestan.

El núcleo familiar es, por ende, un nicho básico en la comprensión del modo en que las personas se relacionan con la comida. Sin embargo, es una estructura social que evoluciona y cambia a la par con la sociedad dentro de la cual se encuentra inmersa. La familia, incluso como concepto ha cambiado intensamente en las últimas décadas, en las que la apertura social para considerar a un grupo de personas como una familia, es mayor y, por tanto, más compleja su definición. A continuación, se analizan los principales cambios que se han producido en la vida familiar, a partir de los fenómenos sociales y la relación que estos cambios tienen con el modo en que las personas se alimentan.

2.1.2. Evolución de la vida familiar y el impacto en las conductas alimentarias.

Como resultado de los diferentes movimientos y cambios macro-sociales y macroeconómicos, prácticamente todas las esferas de la vida social se han modificado en las últimas tres décadas, a partir de la globalización neoliberal, y esa evolución es visible en muchos ámbitos. Siendo la familia, el núcleo básico de la sociedad, no es de extrañar que también se encuentre en constante cambio, tanto en sus vidas cotidianas y el desarrollo de sus actividades básicas, como en su estructura y configuración. Es decir, el modo en que las familias se encuentran conformadas en la actualidad muestra una profunda evolución y reajuste de los valores sociales, ya que son cada vez más frecuentes las familias reconstituidas, de padres separados, o con una sola cabeza de

familia (madre o padre). Asimismo, el papel de los abuelos es cada vez más relevante en el desarrollo de las actividades familiares, como figuras de apoyo en el cuidado de los hijos, dadas las exigencias socioeconómicas que los adultos jóvenes deben cubrir para subsistir en su contexto social.

Es por eso que, en la actualidad se pueden encontrar familias cada vez más diversas, en las que los papeles tradicionales del hombre y la mujer han cambiado, y su organización familiar dista mucho de lo que se podía esperar de una familia considerada tradicional. Uno de los elementos clave en el desarrollo de nuevas formas de integración familiar, ha sido el papel que la mujer ha comenzado a ejercer en la familia. Dado que las necesidades económicas son cada vez más apremiantes, en los países en vías de desarrollo, se ha generado la necesidad de que ambos cónyuges laboren en actividades remuneradas, casi siempre fuera del hogar. Lo anterior, ha generado que la distribución de las tareas de casa, y específicamente la alimentación se vea profundamente impactada, por lo que las familias requieren tomar acciones de adaptación ante esas exigencias (Guiddens, 2007). Al salir las mujeres de su hogar, en busca de un ingreso que mejore la economía familiar, sus roles tradicionales han de ser redistribuidos o repensados, incluyendo la tarea de la cocina que, por mucho tiempo, fue prácticamente exclusiva de las mujeres, sin embargo, en la actualidad es todavía común que las mujeres desarrollen otras actividades fuera del hogar y aun así, sean las principales encargadas de la comida, expresando la realidad social de que es una actividad asignada a su género.

Existen estudios que buscan comprender y analizar el fenómeno alimenticio con una perspectiva de género; es decir, visibilizan las diferencias de consumo, pero al mismo tiempo, las situaciones de inequidad y desigualdad a las que mayormente las mujeres han sido sometidas, incluso en las prácticas culturales que envuelven el consumo de alimentos. Se ha observado que, en la práctica, es cada vez más frecuente escuchar que algunos hombres se van acercando al terreno de la preparación de los alimentos, aunque eso no libera de la asignación simbólica que las mujeres reciben sobre la tarea de encargarse de alimentar a su familia. Las distinciones entre los roles se siguen aceptando de manera incuestionable y, aún con la evolución de la sociedad,

las mujeres continúan cargando el peso y la responsabilidad de criar, alimentar, cuidar de los otros, además de reproducirse. A los varones por su parte, se les ha ubicado como los proveedores, aquellos que se encargan de que los recursos familiares sean suficientes para que la familia tenga acceso a los diferentes bienes necesarios para llevar una vida digna (Andreatta & Martínez, 2017)

Lo anterior demuestra que los cambios que han introducido la globalización y la evolución social no han sido igualitarios en el sentido que las mujeres no han sido eximidas de las tareas del hogar y la expectativa social de ser las encargadas del alimento; sin embargo, se han sumado a la obligación culturalmente asignada al hombre, de proveer para la supervivencia económica de la familia, aunque con sus respectivas desventajas, fruto del pensamiento mayoritariamente machista de la sociedad actual y tradicionalista que le lleva a la mujer a tener una doble jornada. Al comprender la evolución familiar en el contexto de la globalización socioeconómica, desde la cual se ha generado la industria alimentaria, es fácil poner en perspectiva el modo en que se unen ambos fenómenos (la necesidad de adaptación de las familias y el desarrollo de la industria alimentaria) y la consecuente generación de cambios en la alimentación, introduciendo nuevos elementos alimenticios y dejando a un lado ciertas comidas tradicionales.

Esto es, ante la menor cantidad de tiempo disponible para la preparación de los alimentos, y la amplia variedad de productos alimenticios que requieren poco o nulo esfuerzo y tiempo, y que además muchas veces tienen un precio muy accesible, es muy fácil visualizar la amplia difusión y aceptación de los productos alimenticios. Además, los cambios socioeconómicos no se limitan a las prácticas alimenticias, sino que convergen incluso, en los tipos de familia que configuran la sociedad actual, así como las tareas que se distribuyen entre sus integrantes, por ejemplo, se otorga mayor responsabilidad a los abuelos en el cuidado de sus nietos, ejerciendo muchas veces tareas que tradicionalmente corresponderían a los padres, o por el contrario, se observan cada vez más familias en las que recaen sobre uno solo de los progenitores, todas las responsabilidades de crianza, debido a la ausencia del otro.

En resumen, las transformaciones socioeconómicas experimentadas iniciaron un movimiento de engranajes que también transformó la vida familiar y las estructuras anteriormente establecidas se convirtieron, hasta cierto punto, en obsoletas, dado que ya no pueden ser reproducidas en la actualidad con la misma eficiencia, sobre todo en términos de los ingresos económicos que son necesarios para desarrollarse la vida familiar.

2.1.3. Influencia del nivel socioeconómico

Por otro lado, el aumento de los ingresos económicos ha permitido que las familias conozcan nuevos alimentos y los integren a su repertorio cotidiano: pizzas, hamburguesas, comida china, sushi, etc. todos integrados y reproducidos dentro de la cultura, pero que no fueron generados dentro de ella, sino adoptados por los miembros de la misma. Tal como expresan Belálzacar y Tovar (2013):

el nivel socioeconómico que corresponde al estrato, influye en la disponibilidad y acceso a los alimentos; el nivel educativo condiciona los ingresos de las familias; la cultura, el entorno social (familia y amigos) y la intervención de los medios masivos de comunicación para promocionar productos alimenticios, afectan el consumo y reforman los hábitos alimentarios, preferencias y gustos de los miembros del hogar (pág. 46)

Lo anterior permite comprender que la gama de oportunidades de acceso a alimentos que una persona tiene, e incluso sus preferencias, están vinculados a un historial de experiencias que le brinda, nuevamente, su espacio social y que por ende, el estrato socioeconómico, es un determinante clave para entender por qué un individuo se alimenta del modo como lo hace, dando por sentado, que un mayor nivel socioeconómico permite mayor interacción con alimentos diferentes a los tradicionales y, por el contrario, un menor nivel socioeconómico, implica que se mantengan por más tiempo, aquellas conductas alimentarias propias de la cultura.

2.1.4. Creencias y significados de las conductas alimentarias.

La vida social de un grupo en particular está influida por una serie de aspectos sociales que trascienden a los individuos. Estos son los significados y las creencias que una cultura en específico guarda. El primer concepto hace referencia a aquellos

elementos propios de cada cultura, que se subyacen a las conductas del individuo, muchas veces de manera inconsciente, y el segundo se refiere a aquellas ideas que se comparten de manera social y que también tienen influencia en el modo en que se comporta un individuo, es decir, se expresan en la manera en que los miembros pertenecientes a esa cultura se comportan, dado que son estructuras que estabilizan y guían los modos de actuar ante las diferentes circunstancias a las que las personas se pueden enfrentar en su contexto.

En cuanto a la alimentación Plath (1962 en Romo, López, López, Morales y Alonso, 2005) comenta lo siguiente:

cada grupo tiende a considerar sus costumbres de alimentación como normales y naturales, y en realidad esas costumbres están profundamente arraigadas en la cultura regional o nacional. Se puede afirmar que ninguna acción que se afronte en relación con la alimentación del pueblo va a lograr su comunicación sin haber tomado en cuenta esa urdiembre que son las creencias y los hábitos. No se puede rectificar sin conocer esas concepciones que se creen erradas y que vienen siendo sostenidas por siglos. El estudio de ciertos fenómenos culturales, como las creencias y tabúes relacionados con los alimentos es tan importante como perseguir aspectos en el habla, en el decir referente a comidas. (Pag, 1).

Lo que expresa Plath en el párrafo anterior resume de manera puntual la importancia de entender las creencias y significados de un grupo, especialmente si se quiere comprender la forma en que se toman las decisiones con respecto a las conductas alimentarias dado que, sin la comprensión cabal de ellos, se tendría un entendimiento meramente superficial de cómo se alimenta una cultura o un grupo particular. Es importante resaltar que a pesar de que los significados y las creencias se comparten dentro de una misma cultura o subcultura, no necesariamente predicen las conductas, dado que los elementos individuales, las experiencias y preferencias de las personas entran en la ecuación de cómo se explica una conducta en particular. Sin embargo, es conveniente conocerlos porque son un marco referencial para entender de manera más profunda las interacciones entre la cultura propia de un individuo y los elementos

externos a ella, interacción que se hace más clara en el mundo actual, cuya principal característica es la globalización.

La necesidad de entender los factores no nutricionales que guardan relación con las conductas alimentarias, requiere tomar en cuenta a las ciencias sociales, especialmente a la antropología, que puede dar luz en los significados y creencias respecto a las conductas alimentarias, dado que brinda herramientas teóricas que permiten indagar sobre ellos. La antropología, al estudiar la alimentación, ha centrado sus esfuerzos principalmente en comprender la influencia cultural de la alimentación y su relación con las estructuras sociales (Patiño & Milena, 2010) y considera la alimentación como un comportamiento íntimamente ligado al ser humano, no sólo como un acto fisiológico, sino también asociado a la cultura. Considera que por medio de los alimentos es posible transmitir sentimientos, pensamientos y actitudes como una manera de comunicación. Al visualizar la alimentación como un fenómeno social y cultural, el acto alimentario se complejiza ya que se involucran cuestiones diversas de tipo biológico, ecológico, psicológico, cultural, económico, político y religioso (Cruz, 1991) que se entrelazan para generar una red de significados que, a su vez, sustentan las conductas que expresan.

Asimismo, desde la antropología de la alimentación, se ve al acto alimentario como un hecho social, ya que deja de ser un puro comportamiento para concebirse también como un valor y un hecho de conciencia y de poder. La comida y la alimentación surgen como elementos de construcción de la identidad cultural alrededor de la comida, “comemos lo que somos”, “comemos según somos”, de manera que se expresa el estatus social a través de las prácticas alimentarias, según cada cultura; existe estrecha relación entre la conducta alimenticia y orden social (Carrasco, 2007). El modo en que tomamos los alimentos es, ante todo, una práctica cultural, fundada en nuestra capacidad de comprender y transformar el entorno a partir de conocimientos compartidos y adquiridos desde el conjunto social, es decir, desde la cultura de procedencia. La comida y las prácticas alimentarias constituyen elementos de inclusión y de diferenciación entre distintas personas, de inclusión y de exclusión (Fonte, 2008)

La comida funge como un elemento no únicamente nutricional sino que cumple con tareas más elaboradas, se convierte en un vehículo social permitiendo a las personas realizar distinciones sociales y para establecer vínculos al compartir la comida, por ejemplo; también puede asumir significados morales y religiosos, asimismo, la comida se convierte en un medio de expresión al dar pie a platillos elaborados y estéticos para los cuales el valor nutricional no es el elemento más importante (Cardoso, 2006). A través de las conductas alimentarias los individuos pueden declararse pertenecientes al grupo en el que viven, de manera que la comida sirve para identificarse y para diferenciarse de otros. Las ideas que una población tiene sobre la comida proporcionan sólo un elemento al momento de la elección de los alimentos, ya que otros aspectos como el económico, la disponibilidad o accesibilidad de esos alimentos determinan la amplitud de las opciones alimentarias (Arroyo & Bertrán, 2006). Así como a través de la alimentación es posible generar un sentido propio de identidad, a la par que se pueden desarrollar estereotipos sobre otras culturas y sus modos de alimentación, por lo que se entiende que su poder clasificatorio trasciende a cómo percibimos a los demás y cómo ellos nos perciben; la comida representa espacios y gente (Fonte, 2008)

Por otro lado, se puede denotar la influencia que la sociedad puede tener en la alimentación: la presión social para mantener una figura socialmente atractiva se hace presente en la elección de los alimentos, y dependiendo del estrato socioeconómico al que se pertenezca, las exigencias sobre este punto serán diferentes (Mullie, Guelinckx, Degrave, Hulens, & Vasant, 2009). Toda la información a la que las personas tienen acceso se inserta en las ideas previas que han guardado sobre la alimentación, lo cual reviste de significados a los alimentos y guía la orientación actitudinal.

En conclusión, las creencias y los significados involucrados en todo lo anterior esconden en sí la probabilidad de aceptación o rechazo de los alimentos y aportan mucho a la estructuración de las conductas alimentarias, dado que las revisten de trasfondo, mismo que se transforma y evoluciona con las culturas mismas; de esta manera, únicamente tiene sentido estudiarlas en un momento determinado de la vida de una sociedad, en un espacio específico. Tomando en consideración que todas las

culturas y sociedades encarnan diferentes significados y creencias, se hace necesario analizar los casos particulares de aquellas culturas que han sido sujeto de una dominación externa, como las colonizadas, dado que en esas relaciones se da una estructura social asimétrica, donde lo local o propio de una cultura, puede verse sometido ante lo que impone la cultura colonizadora, o dominante.

2.1.5. Conductas alimentarias en culturas colonizadas.

Como ya se ha comentado, el acto de comer implica mucho más que una serie de procesos biológicos necesarios para la subsistencia, comer implica un lado humano tan arraigado como la existencia misma; al comer las personas evocan un sistema complejo de relaciones socioculturales, cargando el acto de expresiones sociales que implican desde cohesión hasta conflictos sociales. Dichas relaciones socioculturales son tan antiguas como la propia cultura; en los casos de países que sufrieron colonización, como México, que fue colonia de España, el proceso sociocultural adquiere matices y significados aún más complejos ya que implicó en su momento un choque de culturas que llevó a una adaptación entre ellas, de la cual nació la cultura como se conoce ahora. Durante la conquista, estos procesos culinarios se vieron afectados debido al fenómeno denominado por el autor como “colonialidad culinaria”, expresado en la forma en que los europeos intentaron a toda costa imponer sus patrones gastronómicos y sus prácticas culinarias en el Nuevo Mundo. En este sentido, se construyó una geopolítica gastronómica, que determina un orden de jerarquías que hace de las prácticas culinarias escenarios de poder y de confrontación entre culturas diferentes (Fernández- Armesto, 2004), incluso a través de la comida, se obligó a las personas nativas a abandonar sus identidades.

Por lo tanto, la diferenciación social no sólo se convirtió en una cuestión de qué alimentos se consumen, sino también de cómo se preparan. La interiorización o aceptación del colonialismo se fue dando en lo gastronómico en la medida en que los criollos fueron adoptando los gustos, modales, recetas y preparaciones traídos de Europa, y que fueron impuestos a fuerza de lo que Albán (2010) denomina “deculturación gastronómica”. Lo anterior refleja las “pulsiones y refriegas” entre unas tradiciones que fueron apropiadas por algunos criollos, y las maneras y costumbres

adquiridas por otros del legado colonial europeo, negando o minorizando recetas, prácticas, procedimientos, viandas y formas de preparación de alimentos venidas del mundo indígena (Albán, 2010). Como en el caso de los misioneros europeos que mendigaban tortillas de maíz en las chozas de los indígenas, la escena cambió a los indígenas que mendigaban pan de trigo a la entrada de los monasterios; los logros alcanzados por los habitantes originales del Nuevo Mundo se volvieron invisibles (Dobzhansky, 2004). En este sentido, el autor hace particular énfasis en el detrimento que las costumbres propias de la cultura, sufrieron al ser impuestas costumbres externas.

Ese universalismo impuesto por el mundo moderno-colonial de estandarización y jerarquización de costumbres, se reflejó también en lo gastronómico, ya que las prácticas culinarias europeas y sus recetas fueron consideradas como la verdadera cocina o la “alta cocina”, y se apropiaron incluso de los productos americanos o sus formas de preparación como la del chocolate, mientras que también fueron rechazados de modo paulatino otros sabores y saberes locales (Albán, 2010). Todo lo anterior, es relevante para el estudio de las conductas alimentarias, dado que muchas creencias y significados actuales sobre los alimentos, tienen su origen en el choque de las culturas, en el que lo local se considera inferior y lo externo es considerado lo verdadero.

Parte de lo que se pretende comprender mejor con esta tesis es que este proceso no es finito. Esto es, como se dio en su momento en la colonia, se sigue dando de modo que las actuales tradiciones culinarias, manifestadas en las prácticas y conductas alimentarias de la población, siguen siendo influidas por propuestas externas provenientes del mundo globalizado por lo que se analiza, precisamente, el modo en que se aceptan o rechazan los alimentos tradicionales versus los globalizados, así como los cambios en las prácticas, y también en las creencias y significados relacionados. Es decir, el trabajo se centra en analizar como las propuestas que vienen de fuera y no pertenecen a la propia cultura influyen, como en su momento influyeron las de los españoles.

Ciertamente el proceso no es del todo igual, pues está claro que el proceso de globalización no impone de manera violenta sus principios, sino que se filtra de forma

sutil hasta los más íntimos rescoldos de la vida de las personas, a través de nuevos principios morales, nuevos modelos de desarrollo y percepciones diferentes de lo que significa el éxito. Y dado que las circunstancias macro-sociales dentro de las cuales debe desarrollarse los grupos y las personas parten de esferas sociales sobre las cuales el individuo no tiene injerencia alguna, se puede decir que se habla de un poder determinado por la estructura social.

2.1.6. Conductas alimentarias y poder estructural.

Cocinar y comer son actos que tienen altos contenidos simbólicos dentro de una cultura, por lo cual estas actividades significan, representan y se convierten en constructoras de sentido en el interior de una comunidad. Las personas definen su identidad desde las conductas alimentarias, no en un proceso consciente, sino a través de esos significados que conlleva el acto alimentario. Desde esta perspectiva se puede considerar que la variabilidad de las elecciones alimentarias humanas procede en gran medida de la variabilidad de los sistemas culturales. Esto es, si no se consume todo lo que es biológicamente comestible, se debe a que todo lo que es biológicamente comible no es culturalmente comestible (Fischler, 1995) lo cual denota la relevancia de la cultura como un aspecto que define y enmarca las conductas alimentarias. De ahí los constantes contrastes entre culturas, como el consumo de la carne de res en prácticamente todo el mundo y la profunda falta de respeto que implicaría en India, o el consumo de carne de perro en China y otras regiones, y el problema moral que eso sería en muchos países de occidente donde los perros son mascotas muy apreciadas.

Asimismo, un individuo come lo que su cultura dice que debe y puede comerse, en el lugar y la hora socialmente prescritos y con las maneras de mesa que sus normas culturales le indican. De hecho, en tanto que parte de un grupo social, el hombre está conformado por su cultura, incluso en algunos aspectos de su realidad biológica, como es la alimentación. Además, hay que considerar que ese proceso es cambiante y evolutivo a través del tiempo, de modo que poco a poco se van integrando nuevas formas de relación con la comida. En los tiempos actuales, los cambios integrados han sido sustancialmente mayores y más abruptos que en otras décadas. Es posible mencionar que en varias partes del mundo las dietas han sufrido cambios profundos al

integrar nuevos patrones de alimentación, que no corresponden a las evoluciones hasta cierto punto naturales de sus propias tradiciones, sino que son cambios en mucho causados por elementos tomados de otras culturas, de forma que se naturalizan a través de nuevos usos y costumbres.

Mintz (1996) es un autor que busca analizar y explicar las relaciones de poder que se ejercen sobre la sociedad, y las influencias que pueden tener en el modo en que las personas consumen sus alimentos, desde la cantidad, el modo de preparar, el contexto mismo donde se preparan esos alimentos y el objetivo con el que se hacen. Asimismo, el autor pretende esclarecer la manera en que los “nuevos alimentos” son aceptados socialmente, haciendo principal énfasis en las percepciones y los significados que se asignan a esos alimentos, dentro de una sociedad y que, a su vez, pueden explicar los cambios que las personas muestran en el comportamiento con respecto a esos alimentos nuevos.

Mintz, organiza los niveles de cambio social en categorías, la primera, denominada “significados externos”, la cual hace referencia al conjunto de cambios que se dan a nivel macrosocial y macroeconómico, es decir aquellas situaciones sociales que las familias no pueden controlar, como son los estilos de vida y los cambios en la organización familiar. Los significados externos que propone el autor, son los que delimitan el modo en que las personas pueden organizar su vida cotidiana como los horarios y lugar de trabajo, horarios de comida, poder adquisitivo, espacios de ocio, y la organización del tiempo en relación con el gasto de energía humana. Los cambios que son necesarios adoptar, llevan a las personas y a las familias a incorporarlos a su vida diaria, integrándolos a su cotidianidad, y generando, por ende, significados sobre esos cambios. Esos significados pueden dar sentido o explicar resistencias a dichos cambios.

Por otro lado, se encuentra la categoría que Mintz denomina, “significados internos”, que son las condiciones que cada persona o familia opta, en sus modos de consumo, en sus conductas alimentarias, dependiendo de su espacio social. Los cambios que se dan en esta categoría, determinan el estilo de vida de la persona o la familia. Para que ocurran cambios en el significado interno, es necesario que primero,

hayan ocurrido los cambios en el significado externo. Sin embargo, el control sobre ellos no está en las personas, sino en las estructuras de poder dominantes; se percibe de manera directa su influencia en las vidas, de las personas ya que sus respuestas conductuales son adaptativas, a la par que se construyen significados. En conclusión, los significados internos cambian de acuerdo a como se vayan modificando los significados externos, los cuales cambian en función de las estructuras de poder.

Este autor pretende explicar los efectos paulatinos que la cotidianidad recibe debido a las transformaciones sociales, las cuales ocurren muy lejos de la gente y sobre ellas no se tiene ningún control, sino que más bien responden a las decisiones de las personas más poderosas y tienen un trasfondo económico. Es por esas decisiones de poder, que poco a poco se filtran nuevas necesidades y exigencias a las sociedades; por ejemplo: un país requiere mayor productividad en algún área para poder competir a nivel global, ese requerimiento exige a las empresas generar más producto y ganancias, las empresas a su vez exigen a sus empleados más tiempo y esfuerzo con el fin de alcanzar las metas. El empleado que requiere pasar más horas en su lugar de trabajo no tendrá tiempo de ir a casa a almorzar con su familia, sino que tendrá que acoplar sus necesidades a las exigencias de su empresa, o puede optar por llevar su almuerzo en un contenedor y guardarlo, o comprar comida en la calle. Es de esa manera como la vida de las personas ha cambiado, respondiendo a necesidades que no son precisamente propias, pero que sí forjan su vida y la de su familia hacia estilos de vida nuevos.

2.2. Globalización y sus efectos en las conductas alimentarias

Entender la alimentación como un elemento cultural implica entenderla como un proceso cambiante, que evoluciona. Los motivos de la evolución de la alimentación son íntimamente sociales y para comprenderlos se debe llevar la mirada hacia el contexto macrosocial dentro del cual están inmersos los grupos y los individuos. Como se ha mencionado con anterioridad, el mundo se encuentra atravesando innumerables cambios sociales debido a la globalización. Existen diferentes autores que se han enfocado en entender cómo este fenómeno ha influido en las prácticas alimentarias alrededor del mundo a pesar de que las diferentes culturas han creado sus propias formas de alimentación, basadas en la disponibilidad, valores, gustos e incluso en la

religión. El proceso de globalización ha permitido la distribución de esos productos prácticamente a cualquier parte del mundo, por lo que esos productos como otros, han dejado de pertenecer a un solo grupo poblacional o región específicos y se encuentran a disposición de todos los consumidores que cuenten con el poder adquisitivo necesario para adquirirlos.

Lo anterior ha llevado a la inminente diversificación, desestacionalización y deslocalización de los productos alimenticios en todo el planeta (Campbell, Murcott, & MacKanzie, 2011), lo cual implica que una persona en Mérida, Yucatán no tendrá que esperar a la primavera para poder consumir un jugo de naranja en el desayuno o que una persona japonesa muy probablemente podría disfrutar de un poco de Sake de buena calidad mientras pasea por Brasil. Pero, del mismo modo, como respuesta a los propios principios económicos de la globalización, las empresas alimentarias más influyentes han ejercido su poder para generar una clara estandarización de los productos disponibles, lo cual quiere decir que, a pesar de que existe mayor diversidad, también se muestra una homogenización del modo en que las personas se alimentan. Además, Ulijaszek (2006) expone la idea de que una reciente pandemia de obesidad ha surgido junto con el creciente desarrollo de los países industrializados, vinculando teóricamente la globalización y obesidad, lo cual invita a pensar que la calidad de los alimentos que se ofrecen gracias a la globalización, no necesariamente promueve una mejora en la calidad de vida de las personas, a pesar de las ventajas que puedan suponer en términos de la disponibilidad, practicidad y ahorro de tiempo (y quizás hasta de dinero).

Así, un aspecto íntimamente ligado a la globalización ha sido el desarrollo exponencial de la industria alimentaria. Este tipo de industria es la encargada de transformar los productos alimenticios procedentes de la agricultura y la ganadería. Son diversas las empresas que forman parte de la industria alimentaria; como es el caso de McDonald's, cuyo proceso de éxito, visto desde el modelo de industria, se vale de cuatro principios o elementos centrales: homogeneización, predictibilidad, eficiencia y capacidad de cálculo, factores que corresponden a los pilares de los cuales el capitalismo se sustenta (Ritzer, 2008).

De este modo, la alimentación deja de ser únicamente un asunto meramente sociocultural para convertirse también en una industria económica de importante influencia en las conductas alimentarias, a través del proceso de aceptación que las sociedades hacen sobre ciertos productos alimenticios. Las personas dejan de comer para alimentarse y subsistir, y comienzan a hacerlo para experimentar las promesas que la publicidad, principal herramienta de la industria alimentaria, promete en sus diferentes niveles. A pesar de que el análisis de los efectos de la publicidad en la percepción de necesidad o preferencia de algún producto alimenticio brinda infinidad de datos, este no es objeto de la presente tesis, la cual pretende analizar el modo en que diferentes factores interactúan para dictar a las personas cómo alimentarse. Por ello, las bases teóricas han de estar fundamentadas principalmente en los aspectos macrosociales, como los efectos de la globalización, hablando en términos generales.

En la actualidad se han comenzado a observar nuevos movimientos como respuesta a la estandarización de los alimentos. Esos movimientos resaltan la importancia de la comida local y hacen hincapié en el consumo de alimentos en su estado natural y cada vez menos procesados, aunque todavía es mucho más evidente la influencia de los patrones impuestos por la industria alimentaria que responde al modelo económico neoliberal (Mullie et al, 2009). Además, la evidencia indica que el consumo de ciertos alimentos de alta densidad energética ha aumentado; muchas de las explicaciones al respecto hablan acerca de fenómenos macroeconómicos, como la disponibilidad, accesibilidad y economía de la comida chatarra, así como la amplia difusión en los medios de comunicación masivos o los cambios de estructura laboral que afectan la organización familiar para la adquisición y preparación de los alimentos. Sin embargo, esos factores no explican la aceptación e incorporación cultural de esos productos, ni de las nuevas formas de prepararlos o consumirlos (Arroyo y Bertrán, 2006).

El término “transición nutricional” engloba y revela todos esos cambios ocurridos en los estilos de vida y los hábitos de alimentación que tienen que ver con el crecimiento económico y con sus repercusiones en la salud de hombres y mujeres. Surge del desarrollo del “Modelo de Transición Nutricional” (Popkin, 1993) que se

desarrolló en la segunda mitad del siglo XX, y que buscaba comprender aquellos cambios que se estaban observando en la composición de las dietas y la disponibilidad de los alimentos, en las fases del crecimiento económico, con el fin de elaborar predicciones a futuro (Nicolau- Nos y Pujol-Andreu, 2011). Popkin (1993) en su modelo, explica la relación existente entre el desarrollo de la industria alimentaria y los cambios intrínsecos en las dinámicas sociales, y el aumento de las enfermedades relacionadas con la alimentación.

Este autor argumentó que la llegada de esas nuevas condiciones, con todo el repertorio de posibilidades que traían consigo, generaron cambios negativos en los hábitos alimentarios de las personas, de modo que la obesidad aumentó de forma muy rápida en ciertos países en vías de desarrollo, como es el caso de México. Este es un problema contra el cual, se han generado políticas públicas que buscan reducir la obesidad y sus consecuencias; irónicamente también se encuentran en proceso acciones que el Estado ha desarrollado para reducir el hambre y la falta de acceso a una alimentación balanceada. El aumento en los índices de obesidad tiene un vínculo con el crecimiento de la industria alimentaria, dado que existen estudios que correlacionan ambos fenómenos. Es por ello que en el siguiente apartado se discute una clasificación de los alimentos, que será utilizado para el análisis de los resultados que se exponen en capítulos posteriores. Asimismo, esta clasificación permitirá la comprensión del lector en cuanto al tipo de alimentos a los que se hace referencia a lo largo de todo el documento.

2.2.1. Clasificación de los alimentos.

Con el fin de obtener claridad acerca de los tipos de alimentos que se mencionarán a lo largo de esta tesis, especialmente en los resultados, se tomará la clasificación expuesta por González-Castell, González-Cossío, Barquera y Rivera (2007, p. 348), la cual se desarrolló en función de los procesos de elaboración y temporalidad de ingreso a la dieta local. Se retoma este estudio ya que presenta una manera clara y concreta de clasificar a los alimentos, considerando de manera explícita las consecuencias que la industria alimentaria ha generado en el modo de consumir la comida.

2.2.1.1. Por el proceso de elaboración.

En este rubro de clasificación, los autores hacen referencia al modo en que los alimentos han sido preparados para que posteriormente, sean puestos a disposición de un público consumidor; se reconoce a los alimentos como industrializados o locales. A continuación, se exponen las características de los mismos.

2.2.1.1.1. Industrializados.

Alimentos procesados por industrias alimentarias centralizadas, con altos volúmenes de producción y distribución regional o nacional. Por lo general son de fácil acceso y se presentan como congelados, enlatados, listos para procesar, cocinar, calentar o consumirse. Generalmente estos alimentos son los que se consumen para ahorrar tiempo y esfuerzo. Muchas veces, el modo de producción permite que los precios de estos productos bajen y sean más accesibles para las personas, sin embargo, durante el proceso de producción se pueden agregar ingredientes que cambian la composición original del alimento, convirtiéndolos en productos con altos índices de grasas, azúcares, sodio y muy bajo contenido de fibra, lo cual evidentemente genera problemas de salud al ser consumidos regularmente

2.2.1.1.2. Locales.

Incluye aquellos alimentos elaborados en forma artesanal, en pequeña o muy pequeña industria o en el hogar. La producción es de pequeña escala (cantidad) y satisface las necesidades de un grupo social reducido, como tortillerías, panaderías o molinos.

2.2.1.2. Por la época de incorporación a la dieta de los mexicanos.

2.2.1.2.1. Modernos.

Aparecen en las últimas décadas como resultado del avance tecnológico en la industria de los alimentos. Su inclusión en la dieta comenzó a incrementarse a fines de la década de 1920. Algunos de ellos pertenecen a otras culturas y se han adaptado de diferentes maneras a la alimentación del mexicano: preparados y modificados de leche, saborizantes artificiales, refrescos, preparaciones conocidas como refrigerios o comida

rápida, elaboradas de forma local o industrial: sándwich, *hot dogs*, papas a la francesa, pizzas, entre otros.

2.2.1.2.2. *Tradicional*es.

Alimentos y preparaciones que han formado parte de la alimentación del mexicano desde antes del siglo XX, siendo básicos en la dieta a base de maíz, granos y semillas; destaca el uso de técnicas y maquinaria artesanal. Casi siempre se producen por cultivo local o de ganadería de traspatio. En casos extremos, representan un aporte alto o único (en algunas zonas rurales muy pobres) para la localidad, por ejemplo, la leche de cabra. Es preciso aclarar, que los alimentos tradicionales también pueden ser producidos a gran escala a través de la tecnología, por lo que existen alimentos tradicionales industrializados.

2.3. La teoría del control cultural y cultura apropiada de Bonfil Batalla (1988)

Además de todo lo expuesto existen ciertos elementos culturales que pueden permitir o no la introducción de nuevas costumbres, de acuerdo con las prácticas de apropiación o rechazo de una cultura; sobre este tema estudia Guillermo Bonfil Batalla, en su teoría del control cultural y la cultura apropiada (1988). Todo lo que se expone a continuación ha sido basado en el artículo donde el autor mencionado, expone y desarrolla su teoría, describiéndola desde los elementos más esenciales, y para términos de esta tesis se realizó el ejercicio cognitivo de analizar y adaptar esos elementos de su teoría para utilizarlos como marco de referencia en el análisis de las conductas alimentarias.

Esta propuesta teórica surgió como un marco teórico y metodológico que buscaba entender y estudiar los procesos étnicos, definiendo al grupo étnico encuadrado dentro de una relación específica y significativa entre sociedad y cultura propia, teniendo por características la identidad colectiva, el territorio, la unidad en la organización política, el lenguaje y otros rasgos comunes. Dicha relación significativa es el control cultural, es decir: es el “sistema según el cual se ejerce la capacidad social de decisión sobre los elementos culturales” (Pag. 5). Para comprender los diferentes elementos que se manejan dentro de la teoría, se hace necesario tomar en consideración que una de las ideas principales de las que parte el autor, es el hecho de que cuando

existen relaciones asimétricas de poder entre dos culturas, se dan procesos que afectan a ambas. Bonfil Batalla menciona que cuando se han dado procesos interétnicos de dominación/ sujeción, la cultura etnográfica incluirá elementos propios y ajenos. En cuanto a las decisiones que el grupo étnico puede tomar sobre esos elementos se encuentran cuatro dimensiones o ámbitos de la cultura en función del control cultural.

Dentro de este marco teórico se explica que, las decisiones que se toman dentro de un grupo sobre sus elementos culturales pueden ser propias y ajenas, por lo tanto, se comprende la dialéctica que existe entre los elementos culturales, en un momento y un espacio determinados. A continuación, se abordan los ámbitos de la cultura, organizados gráficamente en la tabla 3, donde se pone de manifiesto la clasificación de esos ámbitos, en función del origen de los elementos culturales y de las decisiones que se toman sobre ellos.

Tabla 1.

Ámbitos de la cultura en función del control cultural (Bonfil, 1988, p. 7)

Elementos culturales	Decisiones	
	<i>Propias</i>	<i>Ajenas</i>
<i>Propios</i>	Cultura AUTÓNOMA	Cultura ENAJENADA
<i>Ajenos</i>	Cultura APROPIADA	Cultura IMPUESTA

La cultura autónoma es considerada así por el autor, dado que los elementos culturales son propios de la cultura, es decir, tienen su origen y se reproducen dentro de ella, y las decisiones que se toman sobre los mismos son propias también pues no se depende de influencias desde fuera de esa cultura. Dentro del ámbito de la cultura autónoma, el grupo toma las decisiones concernientes a sus elementos que le son propios porque los produce o los conserva como patrimonio preexistente. No existe dependencia externa entre los elementos culturales en lo relativo al control sobre ellos. Cuando los elementos son propios, pero existe una relación de dependencia externa a la cultura, se considera que la cultura es enajenada; es decir, que los elementos han pasado a estar bajo el control de una cultura externa, pero siguen formando parte de la cultura que los generó.

Por otro lado, cuando un elemento cultural, externo pasa a formar parte de la cotidianidad de una cultura, pero las decisiones sobre ese elemento recaen en una cultura externa, se denomina cultura impuesta. Por último, cuando las decisiones sobre un elemento externo se vuelven propias de la cultura, sin imposiciones, se denomina cultura apropiada.

Al analizar las conductas alimentarias (elección, preparación y forma de servir los alimentos) se retoman las clases de elementos culturales propuestas por el autor en su artículo original y se ubican según las definiciones correspondientes en el marco de las conductas alimentarias:

- Materiales: son todos los ingredientes necesarios para las preparaciones, desde especias hasta carnes, así como los utensilios, recipientes, etc. que se utilizan en el proceso. Entrar también en esta clasificación los medios o artefactos que las personas utilizan para realizar sus preparaciones, por ejemplo, las estufas y los anafres, el carbón vegetal o el gas butano.
- De organización: en esta categoría se encuentran “las formas de relación social sistematizadas, a través de las cuales se hace posible la participación de los miembros del grupo cuya intervención es necesaria para cumplir la acción” (Pag. 5). Estos sistemas de relación social, son visibles en la manera en que las personas y las familias expresan el modo de llevar a cabo la tarea de la alimentación, y la manera implícita de dejar la responsabilidad principalmente sobre la mujer.
- De conocimiento: hace referencia a todos aquellos saberes que expresan a la cultura misma, que han sido asimilados y sistematizados y es dentro de este marco donde se generan e integran nuevos conocimientos. Los conocimientos en alimentación tienen que ver con todo lo que las personas saben para poder alimentarse, ya sean recetas o ingredientes tradicionales, o las recetas que se han ido integrando a la cultura y que forman parte de su cotidianidad, por ejemplo.
- Simbólicos: además del lenguaje, existen otros medios a través de los cuales es posible comunicar de manera simbólica aquello que es necesario para que lleven a cabo las acciones, por ejemplo: el entender que, como buena esposa, es responsabilidad de la mujer encargarse de la comida.

- Emotivos: se conforman por las creencias y valores subjetivos, como los significados asignados a los alimentos. Éstos motivan la participación y aceptación de las acciones. Un ejemplo puede ser la creencia de que el consumo de carne en todos los almuerzos es básico para que un niño crezca bien alimentado, lo cual es debatible desde el punto de vista nutricional, más al considerarse así por la sociedad, es común que las madres se esfuercen por lograr que sus hijos consuman carne.

Cada uno de los elementos culturales descritos, son utilizados por las personas, a través de distintas decisiones, que pueden ser propias o ajenas, tal como se plantea en la teoría. Bonfil Batalla menciona que la intención de clasificar los elementos de la cultura es ordenarlos para armar una herramienta metodológica, no una descripción somera de los rasgos aislados o inconexos incluso menciona que “es posible encontrar inconsistencias y contradicciones entre los elementos, lo que permite, precisamente, entender la dinámica sociocultural” (Pag. 6). Así se entiende que la teoría del control cultural busca dar un marco metodológico desde el cual se pueden comprender aspectos de las culturas que corresponden a un tiempo y un espacio determinados, comprendiendo que no son estáticos, sino que evolucionan con los individuos que las conforman.

El autor señala que todos los elementos culturales son diferentes en las diversas culturas y que, por tanto, es tarea del investigador empírico determinarlos ya que no se encuentran predeterminados teóricamente. Asimismo, en cada grupo y en determinado momento de su trayecto histórico, la configuración del control cultural y, en consecuencia, las acciones específicas que integran cada uno de los cuatro campos puede variar considerablemente. Como se puede comprender, la teoría del control cultural es un modelo analítico que busca determinar relaciones entre elementos culturales y los ámbitos de decisión (propios o ajenos); entendiendo que no son los elementos culturales por sí mismos los que configuran los cuatro ámbitos de la cultura, sino de la relación de control cultural que los define.

Surge entonces la necesidad de comprender cuándo una decisión es propia o ajena a la cultura. Bonfil Batalla (1988) menciona que lo primero que se debe hacer es definir los límites del grupo étnico en la perspectiva del control cultural. Puede establecerse, por tanto, que la dimensión y los límites del grupo se definen en relación a los elementos culturales propios. Los elementos culturales propios están conformados por los que constituyen el patrimonio cultural heredado y por los que el grupo crea, produce y reproduce. El patrimonio cultural heredado es el conjunto de elementos culturales propios que cada nueva generación recibe de las anteriores, no es inmutable, sino que se modifica constantemente, se restringe o se amplía, se transforma. Dentro del patrimonio cultural existen los que únicamente se conservan como propios dentro de la memoria colectiva, por ejemplo: un territorio perdido o una época específica.

El autor comprende el proceso de toma de decisiones como un acto que forma parte de la cultura y, por tanto, considera que se da a través de un proceso en el que los participantes son reconocidos como válidos por los demás integrantes de la cultura; al ser así, las decisiones toman legitimidad y están sustentadas por la cultura propia del grupo, mediante valores, creencias, etc. Debe ser considerado el caso de los grupos étnicos dominados, en los que la libertad de tomar decisiones propias se ve limitada por las restricciones impuestas por la sociedad dominante. Se pueden experimentar limitaciones en número y naturaleza de las opciones que no necesariamente obedecen a la circunstancia interna del grupo.

Una vez explicados los aspectos básicos de la teoría conviene aclarar su pertinencia para el estudio de las conductas alimentarias recordando que, al referirse a éstas, se están considerando todas aquellas aproximaciones que las personas tienen hacia sus alimentos, desde la elección, hasta la preparación y el modo de ingesta. Como ya se abordó anteriormente, a nivel global se está dando una estandarización de los alimentos ingeridos y eso implica la necesaria aceptación de las culturas que se están viendo involucradas en dicha estandarización. Desde la teoría del control cultural, sería posible entender la capacidad de los sujetos sociales por decidir sobre la apropiación cultural del consumo de alimentos globalizados, por encima de sus usos, costumbres y tradiciones. Ya que específicamente en el caso de la cultura yucateca, la comida tiene

un gran peso cultural al definir su identidad y se ha visto influenciada por la globalización en diferentes aspectos. Ayora (2017) argumenta que el concepto mismo de comida yucateca ha sufrido adaptaciones que se relacionan con un contexto social mexicano, que por un lado la obliga a formar parte de la cocina tradicional mexicana y, por otro, desea mostrarla al mundo como un elemento maya, a manera de producto turístico cultural, a pesar de que los orígenes de la cocina yucateca tienen influencia indígena maya, también recibieron elementos de la cocina europea y caribeña.

Capítulo 3. Metodología

3.1. Paradigma del estudio

En la presente investigación se llevó a cabo un estudio con enfoque cualitativo, desde el cual, se considera primordial recuperar las experiencias directamente de voz de los principales actores. Los actores se ven como las personas que, a través de sus diálogos y acciones, construyen la realidad social, a la vez que son influidos por ella. Por lo tanto, se parte desde la visión epistemológica de Montero (2004) que considera la construcción de la realidad social como un proceso dinámico, en constante evolución, “el sujeto construye una realidad, que a su vez lo transforma, lo limita y lo impulsa” (p. 44). Por este motivo resulta primordial escuchar y validar las vivencias de los actores, reconociéndolas desde su naturaleza histórica, es decir, como parte de un tiempo y lugar determinados.

Dentro de este paradigma se considera que la realidad habita dentro del sujeto (actor) y viceversa; es decir, no es posible separarlos con el fin de comprenderlos. Los actores tienen parte de la realidad dentro de sí mismos y, a la vez, forman parte de esa realidad. Esto se comprende dentro de un proceso cíclico donde los actores y la realidad se transforman y complejizan mutuamente. Además, se considera al investigador parte de la misma dimensión (de forma lineal) que los actores, esto es, que no existe distancia entre ellos, sosteniendo una relación sujeto-sujeto/objeto, donde ambos sujetos se influyen y construyen la comprensión del objeto estudiado, siendo ambos sujetos cognoscentes. Esa construcción se da, desde las propias experiencias, saberes cotidianos, sentido común y su disciplina. Dado el planteamiento anterior, se consideró necesaria la aproximación directa al contexto de los actores, con el fin de observar y conocer el objeto de estudio.

Por lo tanto, se eligieron técnicas metodológicas que permitieran la observación y el contacto con los actores y el objeto. Para recolectar la información se llevaron a cabo visitas domiciliarias, las cuales propician la exploración de un tema particular a partir de la interacción con los actores, en la vivienda familiar. Resulta particularmente útil para explorar conocimientos, prácticas y opiniones, no sólo en el sentido de entender lo que la gente piensa, sino también cómo y por qué piensa como piensa. El

énfasis está puesto en la observación y posterior análisis de la información que las personas brinden (Pettracci, 2007). La técnica previamente descrita, además, es una buena herramienta para contrastar aquello que las personas describen en su discurso, y la manera como se lleva a la práctica lo expresado en él, buscando identificar el grado de consistencia entre lo expresado verbalmente y las acciones concretas.

Posteriormente se organizó la información para darle sentido e integrarla en esquemas teóricos, desde el punto de vista postmoderno de Clifford Geertz (1973), quien considera que hacer etnografía es un esfuerzo intelectual para generar una especulación elaborada en término de una descripción densa. Este autor trabaja desde una antropología simbólica, buscando entender las estructuras de lo simbólico, que constituyen hechos tangibles. Propuso escapar del extremo del “investigador camaleónico” que se funde en la realidad a la que estudia, y entrar a esa realidad captando el vaivén dialéctico, comprendiendo aquellos detalles locales en sus significados, pero comprendiendo su constitución dentro de una estructura global. Por lo tanto, la descripción densa, busca elaborar teoría; sin embargo, esa teoría no trata de ser predictiva ni generalizadora, sino interpretativa, buscando comprender o leer la cultura en un espacio y tiempo determinados.

3.2. Fases del estudio

Como su nombre lo indica, en este apartado se describen las tareas realizadas dentro de cada momento del desarrollo de esta tesis. Es importante mencionar que a pesar de que han sido enumeradas y descritas por separado, los tiempos de la investigación se vieron traslapados en algunos momentos, por lo que las fases no fueron tiempos secuenciales, delimitados, exclusivos y lineales, sino que el trabajo fue complementándose durante el mismo, nutriéndose de las distintas tareas en todo momento.

3.2.1. Fase 1: Revisión de la literatura.

La fase uno correspondió, como su nombre lo indica, al acercamiento a la literatura que pudiera servir para sustentar de modo adecuado el trabajo de tesis, tanto los conceptos teóricos como la planeación de la estructura general. Antes de proceder a la toma de decisiones sobre el modo en que se realizaría la etapa de campo, fue

necesario comprender la forma más adecuada para alcanzar los objetivos planteados y responder a la pregunta de investigación. Las lecturas fungieron principalmente como guía para comprender e indagar con mayor precisión los modos de abordar el tema de estudio, desde el paradigma desde el cual se enmarcó este trabajo de tesis.

A pesar de que, en realidad, la revisión de la literatura se encuentra presente a lo largo de todo desarrollo del estudio, en una primera instancia se centraron los esfuerzos en engrosar la comprensión del tema, recabando información sobre los estudios que se han realizado recientemente sobre conducta alimentaria, así como los aspectos socioculturales de la alimentación. Para esto, se recuperaron principalmente trabajos desde la antropología de la alimentación, definiciones holísticas sobre las conductas alimentarias y sus expresiones prácticas, situación del contexto donde se llevaría a cabo el trabajo y, por último, las aplicaciones en otros estudios de la teoría del control cultural y cultura apropiada de Bonfil Batalla (1988).

Asimismo, se realizó una exhaustiva revisión teórica que buscaba definir el método más adecuado para obtener la información necesaria, de acuerdo con los objetivos de la tesis. Esta revisión indicó que el enfoque cualitativo de investigación brindaría la posibilidad de recabar los datos directamente de los actores más relevantes para la investigación. Durante esta fase se revisaron los textos necesarios para poder desarrollar la pregunta de investigación y los objetivos a alcanzar a través del trabajo ya que, al finalizar la revisión bibliográfica del tema, fue viable generar nuevas interrogantes y un modo de abordar el objeto de estudio. Esta revisión fue particularmente útil dado que, al existir gran diversidad de trabajos relacionados con el área de la alimentación, era necesario esclarecer la dirección que tomaría el trabajo, con el fin de desarrollar un aporte innovador a la teoría ya existente. Asimismo, la revisión literaria fue necesaria para complementar y sustentar aquellos resultados que surgieron a partir de esta investigación, para analizarlos en función de información previa, ya sea para confirmarlo o discutirlo.

3.2.2. Fase 2: Selección y descripción del método y las técnicas utilizadas.

Una vez definido el paradigma que direccionaría la investigación hacia la obtención de los objetivos planteados, se procedió a la selección de un método que

fuera congruente con la perspectiva adoptada, y se concluyó que lo más beneficioso sería desarrollar una etnografía desde la propuesta de Geertz (1973). Este autor considera que “la experiencia humana se da a través de una conciencia significativa, interpretada y aprendida, la lógica de sus formas simbólicas no está en sí misma sino en su uso” (Nivón y Rosas, 1991, p. 44). En su método etnográfico, Geertz (1973, pág. 22) considera a la etnografía como un esfuerzo intelectual definido como descripción densa, cuyo objeto es una jerarquía estratificada de estructuras significativas a través de las cuales se producen, se perciben y se interpretan las conductas humanas.

La contribución de Clifford Geertz a la ciencia antropológica y a las ciencias sociales en general, ha sido muy importante, dado que tuvo una amplia aceptación y conllevó el cuestionamiento de algunos principios antropológicos que implicaban de cierta manera, un replanteamiento del modo en que tradicionalmente se solía comprender el estudio simbólico de las culturas. Para este autor, la evolución de la especie humana se ha dado gracias a la cultura y no al contrario. Plantea que es la cultura misma la que, de cierta manera, “programa” el comportamiento humano, a través de fuentes simbólicas de significación. Una de sus principales premisas consiste en hacer énfasis en el trabajo de describir y analizar las estructuras significativas de la experiencia, tales como son aprehendidas por los miembros de determinada sociedad en un determinado momento de tiempo; es decir, en una fenomenología científica de la cultura (Geertz, 1973).

Comprendiendo que el paradigma descrito al inicio del capítulo ve a las personas como constructoras de su propia realidad social y a la vez se les considera parte inalienable de esa realidad, se intuye la necesidad de estudiar el fenómeno inmerso en el contexto, de forma congruente con la metodología planteada por Geertz, para alcanzar un entendimiento lo más cercano posible a lo real. Partiendo de ello, se consideró que las técnicas más adecuadas eran la entrevista en profundidad y la observación directa, ambas aplicadas en los hogares de las familias participantes, directamente con la persona representante de cada familia. Lo anterior con el fin de tener contacto con su ambiente directo dentro del que se desenvuelven, para poder conocer su realidad social.

3.2.2.1. Entrevista en profundidad.

La entrevista en profundidad es una técnica de investigación que permite recabar información directamente de la percepción que los participantes tienen de sus propias experiencias con respecto a un tema en particular que suele ser de interés del investigador; consiste en construir e interpretar minuciosamente la experiencia del otro. No consiste en un intercambio formal y rígido de preguntas y respuestas, sino que consiste en un guion general sobre el tema que se busca abordar, y poco a poco de manera natural se van abordando los diferentes temas durante la conversación. La creatividad es una herramienta clave por parte de la persona que investiga, ya que las preguntas deben invitar a la persona entrevistada a profundizar en el relato de su percepción, sin ser directivas, cerradas o ambiguas (Robles, 2011). Este autor señala:

Se debe enfatizar que como este tipo de entrevista depende en gran medida de la información que se obtenga del entrevistado, factores tales como la intimidad y la complicidad, permiten ir descubriendo con más detalle y con mayor profundidad, aspectos que consideren relevantes y trascendentes dentro de su propia experiencia, por lo que es indispensable realizarla no sólo de forma individual, sino también, en espacios donde el entrevistado se sienta cómodo y seguro (pp. 40- 41).

Dado que la técnica de entrevista en profundidad sigue un modelo similar a la plática entre pares, es congruente con la visión de construcción del conocimiento que se aborda en el paradigma adoptado para esta tesis. Para realizar este tipo de entrevista, no se lleva a cabo una serie de preguntas con una estructura predeterminada, sino que se plantea un guion sobre temáticas generales y, en torno a ellas, poco a poco se desarrolla la conversación (Robles, 2011). Como lo señala la literatura, este proceso de entrevista debe estar cimentado en un espacio de confianza donde la persona se sienta con la libertad de expresar sus percepciones y experiencia de forma tan amplia como considere necesario.

Es por tal motivo que se decidió realizar la entrevista en profundidad, en el hogar de las personas entrevistadas, siempre procurando tener mucho cuidado en el respeto de los tiempos y disposición de las personas. Los principales temas que se

desarrollaron durante las entrevistas fueron; significados y creencias respecto a los alimentos, funciones sociales del alimento, cambios percibidos en la alimentación a lo largo de su vida, estrategias familiares de adaptación respecto a la alimentación ante los cambios sociales, evolución en los modos de preparar los platillos y factores sociales que predisponen o impiden la adopción de nuevas formas de alimentarse. El momento en que cada una de las cuestiones salía a relucir estuvo en función del modo en que la persona discutía cada tema, de acuerdo con sus propios intereses y disposición.

3.2.2.2. Observación directa.

Por su parte, la observación directa “es el proceso que faculta a los investigadores a aprender acerca de las actividades de las personas en estudio en el escenario natural a través de la observación y participando en sus actividades” (Kawulich, 2005, p.2). Desde la visión de Marshall y Rossman (1989) es la descripción sistemática de eventos, comportamientos y artefactos en el escenario social elegido para ser estudiado. Es una fotografía escrita de la situación investigada; es el proceso que faculta a los investigadores a aprender acerca de las actividades de las personas en estudio, en el escenario natural, a través de la observación y participando en sus actividades (DeWalt y DeWalt, 2002). Su principal característica reside en la necesidad de interactuar con las personas cuyas experiencias sobre determinado tema son el objetivo de la investigación, en el ambiente más natural para ellos.

En el caso de la familia, dicho ambiente corresponde al hogar donde interactúan todos los días de sus vidas, donde se llevan a cabo sus tareas del día a día, tal como es la alimentación. Otro de los factores más relevantes implica el involucramiento directo del investigador en el proceso que investiga, es decir, comparte la acción que desea observar, integrándose a dicho fenómeno, pero procurando que su presencia no altere (al menos no de manera sustancial) el modo en que los participantes interactúan en cotidianidad. En el trabajo de campo este proceso consistió en estar presente con las personas colaborando con ellas, en la medida que fuera permitido, en la preparación de sus alimentos del día, principalmente, la hora del almuerzo. Para el registro de la observación se utilizó una guía con los siguientes aspectos a considerar: Utensilios y

aparatos electrónicos presentes en cocina, disposición y organización del espacio para cocinar, tipo de actividades que se realizan en la cocina (sólo cocinar, cocinar y comer, platicar, etc.), contraste entre lo que comenta consumir y la disponibilidad de alimentos en la alacena, los principales ingredientes y especias que utiliza en sus preparaciones, intereses de los participantes con respecto a los temas de alimentación, formas familiares de interacción alrededor de los alimentos, estrategias de adaptación a los tiempos individuales con respecto a los familiares.

3.2.3. Fase 3: Selección intencionada de los participantes.

Durante esta fase se identificaron las características que pudieran resultar más relevantes para el estudio de las conductas alimentarias en las familias y así determinar los criterios de inclusión de los participantes. A continuación, se describen en diferentes apartados, los criterios que fueron tomados en consideración, así como el modo en que fueron definidos. De igual manera, se realiza una breve descripción de cada una de las familias que fueron consideradas para formar parte del estudio.

3.2.3.1. Criterios de inclusión.

Los miembros participantes se seleccionaron de acuerdo con el tipo de familia al que pertenecen, con el fin de obtener una mejor representatividad de las diferentes dinámicas que pueden resultar de cada familia. Considerando las definiciones de Flores, Cortés, & Góngora (2008) y Estrada (2012), a continuación, se exponen las características generales de cada tipo de familia, en función de su estructura:

- *Familia extensa:* conformada por una persona, un posible compañero, los hijos que puedan tener y otros familiares, que vivan juntos en la misma casa o que interactúen es decir que exista una presencia intergeneracional en las actividades familiares, ya sea por cohabitación o por interdependencia para llevar a cabo la rutina familiar (Flores, Cortés, & Góngora, 2008)
- *Familia nuclear:* Compuesta por padre, madre e hijo (s) fruto de la pareja en convivencia diaria (Estrada, 2012). Una de las consideraciones principales es la cohabitación de los miembros.
- *Familia uniparental:* Aquella familia conformada, como su nombre lo dice, por un solo padre e hijo (s) (Flores, Cortés, & Góngora, 2008)

Además de la estructura familiar, otro criterio a considerar fue el estrato socioeconómico al cual pertenecían las familias dado que los ingresos fungían como un elemento que, de modo práctico, delimita las opciones de las personas para desarrollar sus conductas alimentarias. Para definir los estratos socioeconómicos, se recuperó la clasificación realizada por AMAI (2007), dentro de la cual se definen seis niveles socioeconómicos, cada uno con sus respectivas características y un monto mensual de ingresos: E, D, D+, C, C+ y A/B, ordenados de menor a mayor cantidad de percepciones monetarias. Para términos específicos del estudio, se seleccionaron tres de esos niveles, como se indica en la Tabla 2, donde se presentan las características de los estratos elegidos en el estudio (Bertrán, 2015, p. 275- 280; López, 2010). Para términos de la tesis, se renombraron los estratos socioeconómicos como alto, medio y bajo, simplificando la clasificación sobre la cual se basaron los criterios, para facilitar la redacción y comprensión de los posteriores resultados.

Tabla 2.

Descripción de los estratos socioeconómicos de las familias incluidas en el estudio (Bertrán, 2015, p. 274-280)

Nivel socio-económico	Ingreso mínimo	Ingreso máximo	Descripción
C+	40 000	98 500	<ul style="list-style-type: none"> • La estructura familiar es principalmente nuclear, aunque una de cada cinco es familia extensa. • En promedio, las viviendas tienen cinco cuartos, los espacios públicos y los privados se encuentran separados. • Las cocinas están equipadas con los electrodomésticos básicos para hacer prácticamente cualquier receta, aunque se observan porcentajes variables de algunos, como tostadora de pan, exprimidor de jugos o batidora. • Invierten mayor parte de sus ingresos en educación, servicios de salud, entretenimiento y viajes, y adquisición de vehículos. Sin embargo, no hay excedente monetario.
D+	7 880	13 499	<ul style="list-style-type: none"> • Es el segmento más grande y significativo de la sociedad mexicana. Hay mucha diversidad en este estrato, de modo que algunas familias se

			<p>acercan más a los niveles inmediatamente superior o inferior.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Su necesidad más inmediata es obtener bienes que les hagan la vida más fácil y práctica. • A pesar de que la mayoría son familias nucleares, existen altos porcentajes de familias extensas y uniparentales, donde casi siempre, es una mujer quien funge como jefa de familia. • La mayoría de los hogares depende de un solo ingreso fijo, normalmente asalariados de empresas de servicios o fábricas. • Las cocinas son espacios pequeños, todas las familias en este estrato cuentan con licuadora, pero sólo la mitad cuenta con horno de microondas y prácticamente no hay otro, aparte del refrigerador, que es de dimensiones más pequeñas que en los estratos más altos. • La mayor parte del gasto se concentra en alimentos, transporte, servicios y cuidado personal.
E	0	3129	<ul style="list-style-type: none"> • Es el sector más pobre de la población. • Existen menos familias nucleares y hay más mujeres al frente del hogar. • Su principal preocupación es hacerse de algún tipo de vivienda. • Los espacios del hogar suelen estar distribuidos cuando mucho en dos habitaciones, donde están todos los servicios. • El 75% de las viviendas tienen un espacio para cocinar, el resto lo hace al aire libre; es común que se utilice leña o carbón. Únicamente cuentan con licuadora. • Prácticamente todo el ingreso se destina a las cosas básicas, y aun así no se cubren.

Asimismo, se tomó como elemento de elección la zona de la ciudad donde residían las familias. Esto último debido a que la división geográfica por estratos sociales se encuentra francamente delimitada en la ciudad de Mérida; el norte correspondería a los estratos de mayores ingresos, es decir las familias de estrato alto en la nomenclatura utilizada, el poniente a las familias de ingresos medios (estrato medio) y el sur a las familias de ingresos más bajos (estrato bajo) (Pérez, 2010)

A partir de lo anterior, se invitó a familias que vivían dentro de esas zonas geográficas de la ciudad y que tuvieran las características establecidas previamente, respecto de los estratos socioeconómicos y los tipos de familia, de acuerdo con su estructura. Se decidió trabajar con una familia de cada tipo, obteniendo un total de nueve familias, como se muestra en la tabla 3. Las familias participantes fueron localizadas a través de la técnica de “Bola de nieve” la cual consiste en invitar a personas que cumplan con los criterios de inclusión establecidos y, que aquellos que, ya comprometidos a participar, inviten a otras personas para colaborar con la investigación.

Tabla 3.

Familias seleccionadas para trabajo de campo.

Tipo de familia / Estrato socioeconómico	Bajo	Medio	Alto
Uniparental	1	1	1
Nuclear	1	1	1
Extensa	1	1	1

3.2.3.2. Descripción de los participantes.

Es importante comentar que la invitación para participar a partir de la bola de nieve se dio de manera abierta a la familia para que cualquier miembro pudiera colaborar, sin embargo, en todos los casos, aceptaron participar mujeres, dado que ellas eran las encargadas de dicha tarea, lo que indica que la cocina, sigue siendo un elemento cuya responsabilidad reside prácticamente, en su totalidad, sobre las mujeres de las familias. Así, se analizaron las experiencias de nueve diferentes mujeres pertenecientes a familias yucatecas en las que ellas fungían como las principales encargadas de la preparación de los alimentos y fueron su participación y la información que ellas brindaron, los elementos primordiales para poder desarrollar esta tesis. A continuación, se describen las familias a las cuales pertenecían las participantes, esto con el fin de proporcionar al lector una idea más amplia de las diferentes dinámicas familiares a las que las personas entrevistadas se encontraban adaptadas.

3.2.3.2.1. Mujer participante de familia uniparental de estrato socioeconómico bajo.

La persona que colaboró en esta familia es una mujer de 48 años, llamada doña Bella. En su hogar viven varios miembros de su familia: su hija menor de edad, quien estudia la preparatoria, su hijo casado, su nuera y su nieta, y un joven amigo de la familia a quien brinda asilo y lo nombra cariñosamente “su hijo adoptivo”. Los gastos de la casa son cubiertos entre el hijo, la nuera y su hijo adoptivo. Viven sobre la avenida 86 de Dzununcán, al sur de la ciudad de Mérida.

Doña Bella por el momento no puede laborar en su antiguo empleo, como apoyo doméstico, ya que la salud de su padre, de casi 80 años de edad, se encuentra deteriorada y ella es la única que se dedica a cuidarlo, dado que sus hermanos más jóvenes no viven en la ciudad. Hace algunos años, doña Bella participaba como voluntaria en una unidad universitaria de atención a la comunidad, que se encuentra en una colonia cercana a su hogar; comenta que aprendió mucho ahí y se siente feliz y orgullosa de haber participado y laborado en dicha unidad. Actualmente, su rutina normal es un tanto agitada, en sus palabras “vive de arriba abajo”: por la mañana debe ir a visitar a su padre, quien vive cruzando el periférico de Mérida, a una distancia relativamente corta desde su hogar, pero al utilizar un triciclo o bicicleta como medio de transporte, el camino se torna más complicado y peligroso, ya que la zona del periférico puede estar muy transitada en diferentes horarios del día. Sin embargo, ella acude a ver a su padre todas las mañanas para llevarle el desayuno, lo ayuda en lo que sea necesario y lo acompaña. A las 11 de la mañana toma su medio de transporte y cruza de nuevo para ir por su nieta a la escuela porque los padres de la niña trabajan por las mañanas; regresan juntas para llevarle el almuerzo al padre de doña Bella, que generalmente compra en una cocina cercana, y después lo dejan para regresar al día siguiente para repetir la rutina.

Por las tardes, doña Bella cocina en su hogar para alimentar a todos los que viven con ella, incluyéndose. Después de ocuparse del almuerzo utiliza el resto de su tarde en diferentes actividades, dependiendo de sus intereses; algunas veces acude a cursos gratuitos del Ayuntamiento, o participa con diferentes asociaciones que realizan

actividades en su comunidad. Le gusta mantenerse activa e informada de los temas que pueden hacer de su hogar y colonia un lugar más seguro, ya que es una persona que se preocupa por la realidad de su contexto y, por lo tanto, busca sentirse activa y aprender maneras de cuidar mejor de sí misma y de los suyos.

Durante las entrevistas, doña Bella mostró una actitud de cooperación amable, muy interesada en el tema, ya que disfruta mucho el ejercicio de la cocina, y cuando puede cocinar con calma para su familia, se siente contenta.

3.2.3.2.2. Mujer participante de familia nuclear de estrato socioeconómico bajo.

En esta familia la madre, doña Laura, fue quien accedió a participar en el estudio. Ella tiene 32 años, su familia está conformada por ella, su esposo y su hijo de 10 años. Viven en San Antonio Xluch III, ella fue invitada con el apoyo de doña Bella, quien la conoce porque viven relativamente cerca y el lugar donde trabaja doña Laura queda muy cerca de la casa del padre de doña Bella. El esposo de doña Laura trabaja de cargador de materiales de construcción y ella, prepara comida para vender de lunes a viernes; cocina y vende en casa de su suegra, porque cerca de su casa hay un comedor comunitario que da precios muy accesibles, por lo que corre el riesgo de no vender bien por ahí. Durante su vida tuvo varios acercamientos positivos hacia la preparación de los alimentos, fue su madre quien le enseñó lo básico y posteriormente, otra mujer, le enseñó aún técnicas más elaboradas de cocina. Siempre disfrutó cocinar, incluso se inscribió a algunos cursos y ganó un concurso siendo la participante más joven. Cuenta con orgullo que su premio fue una olla vaporera grande, que aún conserva.

Su rutina de vida es ahora, en sus palabras, muy cómoda, ya que tiene tiempo para organizar sus actividades económicas y además pasar tiempo de calidad con su hijo y su esposo, cosa que no siempre había sido posible. Ella trabajó siempre en algo relacionado con la preparación de alimentos, desde su primer trabajo, hasta ahora, la comida ha representado una actividad eje en su vida. Decidió fundar su propio negocio ya que, al trabajar demasiadas horas del día, en su último empleo, no podía vigilar que su hijo comiera bien y éste enfermó de principios de anemia, según relata, doña Laura vivió la enfermedad de su hijo de manera muy dolorosa, ya que sentía no le prestaba

atención a la alimentación del niño, pero su trabajo era cocinar para extraños. Lo anterior influyó tremendamente para que decidiera abandonar ese trabajo y buscara otro rumbo. En la actualidad, prepara todos los días 30 raciones de comida, y vende todo, comenta que, aunque es una actividad cansada, realmente la disfruta. Sus raciones son servidas de forma generosa, a un precio muy accesible, tanto que, si las personas que le quieren comprar no encargan su comida con anticipación, desde temprano en la mañana, es muy probable que se gaste todo antes de la 1:30 de la tarde.

Al terminar sus labores en la cocina económica, doña Laura regresa a su hogar, con su hijo, y juntos esperan al esposo, que llega a casa aproximadamente a las 6 pm y pasan en familia el resto del día.

3.2.3.2.3. Mujer participante de familia extensa de estrato socioeconómico bajo.

Doña Paty, fue quien brindó su apoyo en esta familia. Ella tiene 45 años, vive con su esposo de 50, su hijo de 18, su hija de 12, su hijo de 9 y su padre, de 70 años, en la colonia San José Tecoh, en una casa de una habitación. Los hijos más pequeños acuden a la escuela primaria pública; el mayor decidió dejar la escuela hace aproximadamente un año, terminó la secundaria.

El terreno de su hogar es amplio, aunque tiene poca construcción, el patio es bastante grande y cocinan afuera con leña que muchas veces ellos mismos recolectan del monte. Algunas veces cocinan con carbón, dependiendo del guiso que requieran preparar, ya que el carbón prende por más tiempo que la leña, según explicó doña Paty.

Doña Paty y su esposo se dedican juntos a la recolección de plástico para su posterior venta y todos los gastos del hogar salen de esa actividad. Forman parte del programa gubernamental PROSPERA, que da apoyo económico a las familias que lo solicitan, después de realizar un estudio socioeconómico, y entre otras actividades, brinda información a las personas sobre cómo alimentarse de manera sana, con los ingredientes que tengan a la mano. Ella trata de seguir esas enseñanzas, aunque ya tiene un tiempo que acudió a los talleres; comenta que con su hijo menor pudo hacer varias de las cosas que le enseñaron, como darle más tiempo leche materna, o darle avena para desayunar, siempre que fuera posible.

Fue posible contactar a doña Paty, gracias a la recomendación de una persona que labora en una universidad, y con quien ella ha tenido contacto. Su actitud fue de completa apertura; sin embargo, cuando se le explicó la parte de la observación participante comentó que su familia no accedería comer algo que no haya sido preparado exclusivamente por ella, dato que pareció relevante, ya que está cargado de significado para la familia.

3.2.3.2.4. Mujer participante de familia uniparental de estrato socioeconómico medio.

La señora Bety, fue contactada por un conocido de la autora, con quien ella labora, su interés en participar era grande, ya que una de sus cosas favoritas, comenta, es la comida, disfruta mucho la actividad en la cocina y compartir los alimentos con las personas a quienes ama. Doña Bety, tiene 43 años de edad y vive con su hijo de 19 años, quien estudia la preparatoria, aunque por ahora está como irregular y necesita pasar algunos exámenes para poder reincorporarse; mientras, ha decidido laborar de forma independiente como Uber (servicio de transporte con auto propio) y muchas veces compra comida en la calle, dependiendo de dónde se encuentre a la hora de la comida. El fraccionamiento donde se ubica su hogar es San José II, en el poniente de la ciudad.

Ella se encuentra laborando actualmente en tres empleos diferentes, mismos que distribuye de la siguiente manera: uno por la mañana de lunes a viernes, otro por la tarde de lunes a viernes y uno los sábados durante toda la mañana. Es por eso que sus ingresos son suficientes para que ella y su hijo vivan de manera cómoda y puedan satisfacer sus necesidades. Sin embargo, en lo concerniente a los alimentos, ya no tiene el tiempo de prepararlos en casa, únicamente la cena, y es ella misma quien cocina; su hijo casi nunca prepara alimentos.

Debido a sus intereses personales, como Yoga y Reiki, doña Bety convive con personas que llevan un estilo de alimentación vegetariana e incluso algunos, vegana, además de que conoce personas que han viajado por diferentes partes del mundo y ahora residen en la ciudad. Ellos le han enseñado parte de sus diferentes modos de ver la vida y a la naturaleza; ella comparte algunos de esos principios, mas no es

vegetariana ni mucho menos vegana. Comenta que, a pesar de comprender y tener conciencia del sufrimiento animal que implica el comercializar y consumir la carne y los diversos productos de origen animal, no se siente capaz de cambiar el hábito, como sus amistades lo han hecho.

Para doña Bety, es importante salir de vez en cuando de viaje y mucho de su tiempo invertido en los tres trabajos lo justifica precisamente con la oportunidad que el dinero obtenido le da para viajar junto con su hijo. Incluso cuando se encuentra de viaje, una de las principales actividades es probar los alimentos del lugar que esté conociendo, ya que considera que la comida habla acerca de las personas que habitan en un lugar.

3.2.3.2.5. Mujer participante de familia nuclear de estrato socioeconómico medio.

Doña Ana tiene 52 años, vive en Chuburná con su esposo de 50 años y sus hijos, dos varones y una jovencita, de 21, 19 y 17, respectivamente. La más joven aún se encuentra cursando la preparatoria en una escuela privada de Mérida, el mayor estudia en una universidad pública y el mediano en una universidad privada. La señora Ana no labora fuera de su hogar, por lo que el gasto es cubierto exclusivamente por su esposo. Ella se dedica a todas las tareas del hogar y apoya a sus hijos llevándolos a sus actividades durante la semana. Entre sus ocupaciones dentro de casa, está la tarea de la cocina, ella es la única que se ocupa de cocinar, salvo algunas ocasiones cuando su esposo decide hacer carnes asadas, en momentos de tipo recreativo. Doña Ana, admite sentirse feliz con el modo en que se ha desarrollado su vida, no menciona en ningún momento el deseo de laborar fuera de su hogar y habla con mucho entusiasmo de las actividades que realiza en casa. Está muy claro que se siente orgullosa de las decisiones de sus hijos y que los apoya en gran medida para que ellos logren lo que desean.

La familia es un grupo unido, aunque por sus diferentes ocupaciones muchas veces no pueden comer juntos, ya que tienen horarios dispares o sus lugares de estudio y trabajo quedan lejos de casa. La hija es quien pasa más tiempo con doña Ana y generalmente suelen consumir sus alimentos juntas, aunque por las actividades de la joven, muchas veces tienen que comer de prisa para no fallar en sus compromisos, ya

que se encuentra en el último año de la escuela de Ballet y tiene todas las tardes ocupadas. La escuela de Ballet ha sido un determinante en el modo en que la joven se ha alimentado a lo largo de su vida, y de cierta manera, ha moldeado también la forma que doña Ana se ha acostumbrado a preparar sus alimentos. En esta familia, el tipo de comida y la calidad de los alimentos se basa principalmente en el objetivo de mantener un peso adecuado, así como una imagen corporal estética. Todos han visitado en algún punto de sus vidas a un profesional de la nutrición, y mantienen juntos el objetivo de comer de manera saludable, para evitar subir de peso. Todos realizan alguna actividad física.

3.2.3.2.6. Mujer participante de familia extensa de estrato socioeconómico medio.

Doña María tiene 54 años y su esposo 55. Vive en el fraccionamiento -El Rosario, en una casa amplia. Tienen dos hijas y un nieto. La hija menor es casada y ya no vive con ellos, por el contrario, la hija mayor vive aún en su casa, junto con su hijo de 12 años. Son doña María y su esposo, los encargados de cuidar y en muchas ocasiones llevar a su nieto a sus diferentes actividades, dado que su madre trabaja en horario extenso. Tanto doña María como su esposo son jubilados y reciben pensión, sumando ambas todavía pueden conservar un nivel de vida que les resulta cómodo e incluso apoyan a su hija mayor en algunas situaciones económicas, ya que tiene un negocio que acaba de iniciar, y algunas veces requiere un poco de ayuda.

Generalmente, es doña María quien se encarga de preparar los alimentos, sobre todo el almuerzo, aunque es común que su esposo se encargue algunos días, o que compren comida en la cocina económica. Durante el desayuno cada quien es responsable de su alimento, y la cena, casi siempre la prepara doña María para ella, su nieto y su esposo. Su hija mayor suele prepararse sola su cena y su desayuno debido a sus horarios de trabajo. Cuando la hija menor les visita, tratan de generar un espacio de convivencia donde siempre hay comida para compartir, lo cual demuestra que el alimento funge como un medio de unión familiar.

3.2.3.2.7. Mujer participante de familia uniparental de estrato socioeconómico alto.

La señora Linda, madre de familia, de 40 años de edad, fue quien participó en el estudio. Sus hijas tienen 16 y 12 años y las tres viven juntas en su hogar en el fraccionamiento Gran Santa Fe desde hace tres años.

En esta familia en particular, la responsabilidad de la comida se divide entre todas, e incluso, entre la nueva pareja de doña Linda, que participa en las actividades familiares con frecuencia. Como las niñas ya no están demasiado pequeñas, a cada una le toca la responsabilidad de cocinar la cena para todos, una o dos noches a la semana. El almuerzo se hace fuera de casa, las niñas salen de la escuela y se quedan en casa de su abuelo materno y de ahí acuden a las actividades extracurriculares en las que participan. Los desayunos se preparan en casa, casi siempre por doña Linda y es precisamente el tiempo de la cena, el que funciona como momento de convivencia familiar, han establecido rituales, roles y es el espacio para comunicarse como familia.

El espacio de la cocina es tan importante para esta familia, que, al tener espacio libre para aumentar el tamaño de la pieza, se hizo sin miramientos, por lo que cocina es uno de los espacios más organizados y amplios de la casa.

3.2.3.2.8. Mujer participante de familia nuclear de estrato socioeconómico alto.

Doña Tita, es una mujer de 38 años, vive con su esposo de 53 años y sus dos hijas de 12 y 11, y junto con ellos vive también la persona que les ayuda con el cuidado y limpieza de la casa. Su hogar se encuentra en la colonia San Esteban. Tita trabaja en una institución de gobierno y cubre un horario mixto, además se encarga de llevar e ir a recoger a las niñas a su colegio, así como de llevarlas a sus actividades extracurriculares.

La organización familiar en torno a la comida queda a completa responsabilidad de doña Tita, que se encarga todos los días, ya sea de cocinar o de comprar el alimento, algunas veces recibe apoyo de la persona que le ayuda con la limpieza, pero en casa queda sobre entendido que es ella quien vela por la alimentación familiar. Algunas noches, las niñas se preparan su cena, pero es más como actividad lúdica que

responsabilidad. En la actualidad, el esposo de Tita pasa la semana laboral en el municipio de Tekax, debido a compromisos de trabajo, y los fines de semana los pasa en casa con su familia. Él es el encargado de hacer las compras en el supermercado, ya que le resulta placentero; para tal tarea, consulta a su esposa lo que tiene pensado cocinar y de acuerdo con eso compra los ingredientes necesarios.

Tita comenta que el hecho de que su esposo pase la semana en Tekax, le hace sentir menos presión sobre la tarea de la cocina, ya que entre sus actividades y las de las niñas, a veces se estresa por cumplir en todo. Comenta también, que ella considera que su esposo es muy comprensivo dado que no le exige que se haga cargo de cocinar, aunque disfrute más la comida cuando es hecha en casa, por ella.

3.2.3.2.9. Mujer participante de familia extensa de estrato socioeconómico alto.

Doña Elsa tiene 54 años, vive con su hija de 28 años y su nieta de 12 en la colonia Campestre. Se encuentra separada de su esposo desde hace varios años y ahora, es la encargada de todos los asuntos correspondientes al hogar. Es preciso comentar que se considera a esta familia, como extensa debido a la dinámica que llevan a cabo, ya que, a pesar de no vivir en el mismo hogar, doña Elsa todavía mantiene contacto cercano con su madre, quien muchas veces le apoya con información sobre ciertas preparaciones, al momento de cocinar. Además, se encuentra como responsable del cuidado de su nieta, durante las horas que su hija pasa en el trabajo, es decir, la recoge del colegio y se encarga de darle el almuerzo, ya sea una preparación casera, o una comida comprada y muchas veces, su hija también come esa misma comida, aunque casi nunca en el mismo momento, debido a su horario laboral.

Muchas veces, doña Elsa prefiere no cocinar, ya que algunos días su nieta almuerza en casa de su abuelito y la comida que prepara resulta demasiada para ella sola, dado que su hija también come fuera, en el trabajo. También tiene un hijo varón, que es el mayor; sin embargo, no lo considera tan cercano a ella como lo es su hija, ya que ciertas características de sus personalidades no son compatibles. Aun así, el joven algunas veces pasa a comer con ella o la visita en momentos aleatorios; ella disfruta del contacto con él.

Tabla 4.

Resumen de las participantes

Tipo de familia / Estrato socioeconómico	Bajo	Medio	Alto
Uniparental	Doña Bella, 48 años. Ama de casa. San Antonio Xluch	Doña Bety, 43 años. Psicóloga. Varios empleos. San José II.	Doña Linda. 40 años. Académica. Gran Santa Fe.
Nuclear	Doña Laura. 32 años. Cocina económica. San Antonio Xluch III	Doña Ana, 52 años. Ama de casa. Chuburná	Doña Tita. 38 años. Psicóloga. San Esteban
Extensa	Doña Paty 45 años. Recolecta plástico. San José Tecoh	Doña María. 54 años. Jubilada. El Rosario.	Doña Elsa. 54 años. Jubilada. Campestre.

3.2.4. Fase 4: Trabajo de campo.

Es conveniente remarcar nuevamente el enfoque etnográfico de la tesis, y por tanto la importancia de visitar a las personas en sus hogares, con el fin de llevar a cabo una metodología congruente con el paradigma que rige el desarrollo de la tesis. Es debido a la salvaguarda de esa congruencia, que las técnicas elegidas fueron necesariamente aplicadas en los hogares de las familias que accedieron a participar en el estudio. Por lo tanto, el trabajo de campo en su totalidad, fue adaptado a la disponibilidad que las personas mostraran antes y durante el trabajo. Como se comentó previamente, las técnicas utilizadas para el desarrollo de esta fase fueron: entrevista en profundidad y observación directa. Para lograr el acceso a las familias, se utilizó la técnica de bola de nieve, por lo tanto, algunos de los participantes se conocían entre sí, sin embargo, las entrevistas y observaciones se realizaron de manera individual y siempre con el pleno consentimiento de la persona. Para concretar las entrevistas, las personas fueron contactadas vía telefónica o, en algunos casos, a través de la visita a su hogar, antes de comenzar el trabajo en forma, de modo que se les explicaba brevemente la intención de la visita y las implicaciones de la misma.

Las entrevistas y observaciones se realizaron en momentos distintos en todos los hogares, de manera que primero se llevaba a cabo la entrevista y posteriormente se agendaban las sesiones de observación; lo anterior con el fin de generar un espacio de confianza y naturalidad durante las observaciones, permitiendo que éstas fueran lo más similar posible a la cotidianidad de los sujetos. Fue posible reproducir ese formato con todas las familias involucradas en el estudio ya que, de alguna manera, platicar sobre su vida en torno a los alimentos permitía generar una relación de confianza y amabilidad; incluso para visitar una de las zonas más privadas del hogar, como puede ser la cocina. Siempre fue una prioridad para la investigadora el mantener un clima de respeto hacia el espacio familiar, de sus costumbres y privacidad. Generalmente, antes de iniciar el proceso formal de información sobre las consideraciones éticas del estudio, se daba un breve espacio de rapport, con el fin de generar un espacio social relajado y de confianza, así como para conocernos mutuamente de forma breve. Se explicaba el objetivo del estudio y se procedía a relatar el modo en que la información brindada sería utilizada en el trabajo de tesis, así como la confidencialidad de los datos obtenidos, tanto los personales tanto los personales como los relativos específicamente a las conductas alimentarias.

Durante las visitas se buscó recolectar aquellos datos necesarios para responder los cuestionamientos establecidos en los objetivos de esta investigación, de manera que se privilegió la información recabada en el diálogo sostenido con las personas. De igual manera, se recopilaron registros fotográficos de los alimentos que las familias consumían, la despensa, la forma en que se conservan esos alimentos, los ingredientes, etc. Por último, se escribió a la par, un diario de campo (de la investigadora) con el fin de enriquecer la información brindada, con las impresiones obtenidas sobre el proceso de las entrevistas y las observaciones. Se buscó documentar primordialmente diferentes aspectos como las gesticulaciones, los tonos de voz, los silencios y sus posibles significados, de acuerdo con el contexto.

3.2.4.1. Consideraciones éticas del estudio.

Es importante declarar que los participantes se adhirieron a este estudio de manera voluntaria a través de una invitación que por supuesto, tenían libertad para

rechazar, y que su colaboración no se encontraba bajo ningún tipo de condicionamiento, sino que, por el contrario, la decisión de permanecer y apoyar en el estudio era propia, y si la persona lo deseaba podía dejar de colaborar en cualquier momento, sin ningún tipo de repercusión en su contra. Además, todos los datos que se entregaron a la investigadora son completamente confidenciales y únicamente serían usados con fines académicos. Esto fue explicado de manera verbal a cada una de las personas antes de iniciar con la aplicación de las técnicas y se entregó un escrito con la declaración de lo anterior para que las participantes conservaran. Asimismo, los datos personales y la información resultantes han sido resguardados de manera absolutamente confidencial, por lo que todos los nombres han sido cambiados y no se revelan otros datos sensibles.

3.2.5. Fase 5: Análisis de contenido cualitativo.

El análisis de contenido desde el paradigma cualitativo es una herramienta que permite procesar la información obtenida a través de diversos métodos y permite principalmente, analizar materiales de comunicación humana. Para Díaz y Navarro (1998), se concibe como un conjunto de procedimientos que tienen como objetivo la producción de un “meta-texto analítico en el que se presenta el corpus textual de manera transformada, dicho de otro modo, es un procedimiento destinado a desestabilizar la inteligibilidad inmediata de la superficie textual, mostrando sus aspectos no directamente intuitivos y, sin embargo, presentes” (pp.181-182). En la presente tesis se utilizó esta forma de análisis para procesar la información recabada en las entrevistas y observaciones. Por lo tanto, se generaron las categorías de análisis desde la información brindada, evitando utilizar categorías previamente establecidas para, de esta forma, ser fiel a los datos y profundizar adecuadamente en discurso obtenido.

Como su nombre lo indica, durante esta fase, se llevó a cabo el análisis de los datos, mediante la esquematización de los temas que surgieron en las entrevistas en profundidad. Asimismo, se consideraron los datos obtenidos durante las observaciones participantes, el contraste con las notas del diario de campo y las fotografías, para integrar los datos y generar una descripción densa de los mismos. De esta forma se

integraron los datos en un cuerpo robusto de temas que podían ser contrastados o sustentados a través de la literatura revisada. Con el fin de extraer un análisis más profundo de la información, se establecieron tres líneas de trabajo de análisis, expresadas cada una en un capítulo diferente de resultados. Por lo tanto, en un primer momento se escribió un capítulo donde se describe la experiencia etnográfica de la investigación, proporcionando los datos cualitativos observados en el contexto de los hogares y sus alrededores.

Posteriormente, se desarrolla un capítulo dentro del cual se exponen los resultados obtenidos en términos de los temas que surgieron durante las entrevistas; mismos que se relacionan principalmente con aquellas creencias y significados que se tienen en torno a las conductas alimentarias, así como una descripción de los cambios que las familias perciben sobre esas conductas a lo largo de sus vidas. Por último, en un tercer capítulo se contrastaron los datos con la teoría del control cultural y cultura apropiada, con el fin de comprender el modo en que se puede observar la manifestación del control cultural que se ejerce sobre los alimentos y que se expresa a través de las conductas alimentarias realizadas por las familias.

3.2.5.1. Categorías de análisis.

Para analizar la información que las participantes brindaron, se agruparon los temas que fueron más comentados durante las entrevistas, de manera que el más mencionado corresponde a la primera categoría de análisis. En total se obtuvieron seis categorías principales que buscaban comprender aquellas creencias y significados que las personas participantes expresaron a través de su discurso. En la Figura 1, se organizan de manera gráfica todas las categorías, considerando que aquella que corresponde al tema más comentado por las participantes es el que se encuentra más a la izquierda, y aquel tema que fue menos mencionado se encuentra más a la derecha de la gráfica. Asimismo, se muestran las subcategorías que complementan la información de “consumo de alimentos industrializados”.

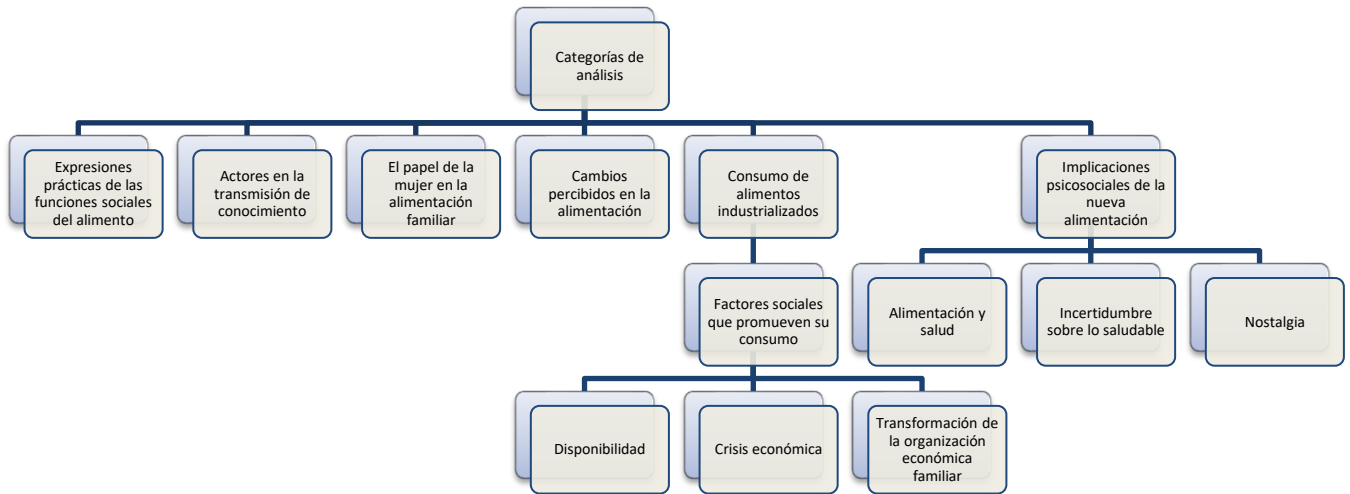


Figura 1. Denominación de las categorías de análisis

A continuación, se muestra en la tabla 5, la descripción de cada una de las categorías, explicando de manera breve el contenido de las mismas.

Tabla 5.

Descripción de las categorías de análisis

Expresiones prácticas de las funciones sociales del alimento	Todas aquellas conductas que por sí mismas corroboran o contradicen aquello que se describe en la literatura revisada, se organizaron en esta categoría de análisis, así como aquellas sobre las cuales no se tuvo conocimiento previo a esta investigación.	
Actores en la transmisión de conocimiento	La categoría describe el papel de aquellas personas que las participantes consideran que han tenido o tienen influencia en el modo en que ellas aprendieron a preparar sus alimentos. Algunas de estas personas, son madres o amigas de las participantes, en esos los casos se generó un vínculo afectivo fuerte, como si fuera parte de la familia de origen.	
El papel de la mujer en la alimentación familiar	A través de la información obtenida se extrajo aquella que corresponde a este rubro, ya sea porque las participantes comentaron de manera explícita el papel que como mujer desarrollan al alimentar a sus familiares, o porque se omite la información en el discurso, mas toda la información adicional da muestras del modo en que el género influye en la tarea de la alimentación.	
Cambios percibidos en la alimentación	En esta categoría se agrupan todas las percepciones expresadas en el diálogo, que tienen que ver con la transformación en el modo de alimentarse, así como las diferencias que se observan entre los alimentos que se solían consumir en la infancia de las participantes y aquellos que se encuentran disponibles en la actualidad. Las diferencias radican principalmente en el origen de los alimentos y la variedad de opciones que se encuentran al alcance de aquellos con la capacidad económica de adquirirlos.	
Consumo de alimentos industrializados	Factores sociales que promueven el consumo de alimentos industrializados: Hace referencia a las situaciones del contexto que hacen más probable la aceptación de los alimentos industrializados.	<p>Disponibilidad : la facilidad con que se consiguen estos alimentos.</p> <p>Crisis económica: a menor ingreso, mayor probabilidad de consumir alimentos industrializados.</p> <p>Transformación constante de la organización económica familiar: respuestas adaptativas de la familia ante su contexto económico.</p>
Implicaciones psicosociales de la nueva alimentación: Son los efectos psicológicos que la alimentación moderna genera en las personas.	Hace referencia a aquellas consecuencias a nivel psicosocial que tiene para las participantes, el consumir alimentos industrializados.	<p>Alimentación y salud: se describen las relaciones establecidas entre la comida y un cuerpo saludable.</p> <p>Incertidumbre de lo saludable: aspectos que obstaculizan la comprensión precisa de qué es saludable consumir.</p> <p>Nostalgia: sentimiento de anhelo por los alimentos que ya no se consumen.</p>

Capítulo 4. La experiencia etnográfica en el estudio de las conductas alimentarias.

A lo largo de este capítulo se discuten las principales observaciones que se obtuvieron a través del trabajo de campo con el fin de detallar para el lector las experiencias que dan sentido al análisis etnográfico, es decir, aquellos elementos que permiten ampliar la percepción e ideas de cómo es el espacio social de los participantes. Para poder generar información pertinente desde el enfoque etnográfico es importante considerar el contexto dentro del cual se encontraban inmersas las viviendas, es decir, una descripción del espacio físico en el que las rodeaba y que es al fin de cuentas donde las familias desarrollan su vida cotidiana.

Aunado a lo anterior y dado que el estrato socioeconómico es un elemento de análisis en el trabajo, las opciones a disposición de las familias (tipos de tiendas y los productos que ofertan) representan un elemento de análisis importante para esta tesis. Asimismo, se buscó generar una visión complementaria del modo en que la vida cotidiana se desarrolla en esas familias en términos de su alimentación. Para tal objetivo, se dividieron los datos de la observación en varios apartados: descripción del contexto de las viviendas visitadas, descripción de las viviendas, descripción de las cocinas, descripción del proceso de cocinar y por último el espacio relacional en torno a los alimentos, los cuales se presentan a continuación.

4.1. Descripción del contexto de las viviendas visitadas

En este apartado se describen los espacios físicos que corresponden también a los espacios sociales que rodean la vivienda familiar, en los que las familias tienen oportunidad de desarrollar sus diferentes actividades, es decir, colonias o fraccionamientos donde viven. En esta descripción se toma en consideración el tipo de servicios con los que se cuenta, mismos que son importantes porque demuestran precisamente a qué clase de elementos tienen acceso inmediato las familias y que pueden tener influencia en las decisiones que se toman con respecto. Decisiones, por ejemplo, en cuanto a la elección de alimentos dada la disponibilidad de espacios donde se pueden conseguir los ingredientes para las preparaciones o incluso espacios dónde comprar comida.

4.1.1. Contexto del hogar de doña Tita. Estrato alto, familia nuclear.

El hogar de esta familia se encuentra en una zona residencial, en la que se tiene acceso cercano a una de las avenidas principales de la ciudad. Hay vecinos en toda la calle, y las casas, aunque parecen tener ya algunos años de haber sido construidas, todavía conservan una presentación muy cuidada, son casas amplias con jardines y mínimo dos autos en cada hogar. En la calle no hay tiendas pequeñas, tampoco a los alrededores del hogar. Sin embargo, a unas cinco cuadras de la casa, sobre la avenida Circuito Colonias, hay una tienda de autoservicio Circle K, que labora las 24 horas del día; en ella se pueden encontrar todo tipo de productos alimenticios, mayormente de tipo industrializado, aunque algunas veces se encuentran disponibles frutas resistentes al tiempo, como manzanas y limones; sin embargo, la variedad y frecuencia de la disponibilidad es escasa y esporádica. Por el contrario, los alimentos industrializados son la gran mayoría de las opciones que se encuentran a la venta, desde galletas y botanas, hasta bebidas embotelladas y alcohólicas.

A unas dos cuadras de la casa, hay un centro deportivo que pertenece al gobierno, por lo que se puede tener acceso a las actividades que se ofrezcan ahí, a muy bajo o nulo costo. Entre las actividades que se realizan hay cursos de verano, por parte del gobierno, dentro de los cuales hay ciertas sesiones donde se habla de cómo llevar una alimentación saludable y están dirigidos principalmente a los niños que acuden al centro. En la familia no se sienten atraídos a esos cursos y prefieren mantenerse ocupados en otras actividades. Lo anterior no implica que la familia no tenga acceso a otro tipo de educación formal sobre la denominada coloquialmente “correcta alimentación”, sino más bien, que los cursos disponibles no son de su interés y prefieren invertir su tiempo en actividades diferentes, como los programas extracurriculares de su colegio (Rogers Hall), además que consideran que la educación sobre alimentación debe venir directamente de un profesional de nutrición, como se constata en el discurso durante la entrevista. En ese sentido, el estrato socioeconómico juega un papel primordial, ya que el acceso a los servicios de los profesionales de la nutrición, suele tener un costo algo elevado, por lo que no todas las familias se sienten atraídas, o consideran que sea un gasto necesario.

El tipo de productos que suele consumir la familia son los que se consiguen con facilidad en un supermercado, productos empaquetados como pan, tortillas de harina, quesos, cereales, leche de vaca, yogurt, aderezos, verduras y frutas, entre otros. Doña Tita hizo énfasis en que la mayoría de sus compras las realiza en el supermercado, y que en algunas ocasiones recurre a tiendas más pequeñas cuando requiere algún ingrediente que no tenga en casa, también algunas veces se encarga de ir al mercado local. Por último, los lugares para abastecerse de comida que se encuentran relativamente cerca de este hogar son supermercados como Soriana y Walmart, sin embargo solamente se encuentran cerca si se traslada a ellos en automóvil, y es ahí donde se suelen conseguir todos los alimentos, salvo contadas ocasiones en las que se compran los ingredientes en un mercado local en una colonia cercana (mercado de la Alemán) que cuenta con varias opciones de carne y vegetales frescos, aunque únicamente se recurre a él cuando doña Tita piensa elaborar un platillo específico que requiera ciertos insumos que no se consiguen con facilidad en el supermercado o que considera que son de mejor calidad y más frescos en un mercado local, como en el caso del cilantro.

4.1.2. Contexto del hogar de doña Elsa. Estrato alto, familia extensa.

La vivienda familiar se encuentra en una zona residencial, rodeada únicamente de casas habitación. No existen tiendas o negocios locales que ofrezcan comida, al menos no a una distancia que se pueda recorrer a pie ya que ninguno de los vecinos se dedica a ello. El hogar está en una zona de fácil acceso a las plazas comerciales que se encuentran en el norte de la ciudad; en auto se puede llegar a éstas en escasos minutos. La plaza comercial más cercana es Gran Plaza, donde además de poder adquirir alimentos industrializados, de comida rápida, se encuentra un supermercado que ofrece amplia variedad de productos e ingredientes para cocinar en casa. Cerca está también otro supermercado llamado Chedraui. Otros centros comerciales, supermercados y tiendas de autoservicio se encuentran cerca del hogar, viajando en automóvil, como lo son Sams's Club y Costco. Sin embargo, no se observan verdulerías, tiendas locales o cocinas económicas muy cercanas al hogar, lo cual implica que la fuente de abastecimiento más viable y sencilla para esta familia son los supermercados.

El tipo de productos que la familia consume son fáciles de conseguir en el supermercado, ya que principalmente son productos industrializados y los vegetales disponibles en ese tipo de tiendas. Doña Elsa comenta que algunas veces extraña el tipo de vegetales y carnes frescas que solía consumir en su niñez, ya que su madre compraba los alimentos en el mercado local de la zona donde creció y considera que la calidad de los productos era más elevada. Una observación importante para comentar, es el hecho de que a pesar de que la familia vive en una de las zonas de la ciudad considerada de mayor capacidad adquisitiva, no es posible encontrar alguna tienda local que ofrezca productos alimenticios o una cocina económica, al menos no en los alrededores cercanos al hogar. En contraste de la ausencia de los negocios de comida locales, se da la presencia de varios restaurantes que pertenecen a cadenas o franquicias alimenticias, cuyo origen es estadounidense. Este dato pareciera indicar que la capacidad adquisitiva implica de cierto modo una relación con el consumo de aquellos alimentos que vienen de fuera y que además son producidos de manera industrial.

4.1.3. Contexto del hogar de doña Linda. Estrato alto, familia uniparental.

En el hogar de esta familia se puede ver muy cerca, a menos de una cuadra, una tienda de autoservicio Oxxo, donde se pueden adquirir principalmente productos alimenticios industrializados, aunque también manejan una gama limitada de ciertos alimentos naturales como verduras y algunas frutas, aunque en mucha menor proporción con respecto a todos los demás alimentos. No se encuentran disponibles otras tiendas pequeñas, que pertenezcan a vecinos o similares. Por el contrario, el fraccionamiento está conformado por viviendas familiares divididas por pequeñas villas, dentro del mismo fraccionamiento. Por lo anterior, tienen únicamente un número limitado de vecinos con los que pueden interactuar, ya que, aunque la unidad residencial es amplia, la división a modo de villas restringe las posibilidades de socialización de los residentes y, por ende, la proliferación de negocios locales, dado que el paso a la zona está muy limitado, incluso los visitantes deben identificarse con una persona que vigila la entrada a las villas.

En cuanto a la familia en particular, es conveniente comentar que esporádicamente hacen uso de las opciones que se ofrecen en la tienda Oxxo. Sin

embargo, comentan que, al tener relativamente cercano el mercado de la comunidad de Caucel, viajando en automóvil, prefieren ir los domingos a comprar ahí alimentos frescos, como verduras, frutas y carnes de producción local; esto con el fin de consumir alimentos lo menos procesados posible al considerarlos alimentos de origen orgánicos. Es un hábito que la madre quisiera inculcar en las niñas, partiendo de la creencia de que así evitará consumir alimentos dañinos para la salud, Sobre este tema se hablará en el capítulo de la discusión, ya que el concepto de alimento orgánico proviene del discurso globalizado que convierte a los alimentos de origen local y con ciertas características de producción, en productos alimenticios más deseables que los industrializados, y se presentan como más saludables y aptos para el consumo.

Además del mercado local de Caucel se encuentran muy cerca, yendo en automóvil, dos supermercados: Chedraui y Walmart, doña Linda comenta que la familia también acude regularmente a Chedraui para abastecerse de ciertos productos como especias y otros ingredientes, así como pan, pastas, aceite, vino y algunos otros tipos de bebidas alcohólicas, que generalmente sólo se consiguen en supermercados, por lo que las visitas a este lugar son una actividad que se realiza con frecuencia y regularidad. Esto lleva a reflexionar acerca del hecho de que buscar alimentos de producción local no implica dejar de consumir otros alimentos que solamente se encuentran en cadenas de supermercados. Así se deja por sentado la influencia que este tipo de comercios ha marcado en los modos de consumo de algunas familias, dado que tienen los recursos económicos para solventar los costos de los productos que se ofertan.

4.1.4. Contexto del hogar de doña Ana. Estrato medio, familia nuclear.

La zona donde se encuentra el hogar de esta familia corresponde a lo que antiguamente eran lotes de terrenos que fueron vendidos a particulares para la construcción de viviendas, estos terrenos se encuentran en el límite poniente de la colonia Chuburná, una de las más grandes y diversas de la ciudad, cercana a la zona de Residencial Pensiones y al fraccionamiento Chenkú. Es notablemente fácil encontrar negocios locales y pequeños de comida, tanto cocinas económicas como comida rápida, preparada por quienes la venden y en muchos casos, utilizando ingredientes de origen

industrializado, como panes, salsas, carnes, etc. Tanto de día como de noche es sencillo encontrar opciones para comer “en la calle” o para comprar los ingredientes necesarios para preparar algo en casa.

Cerca del hogar familiar, a dos cuadras se encuentra una tienda pequeña de abarrotes, donde se ofertan principalmente alimentos industrializados como galletas, Sabritas®, refrescos embotellados de la marca Coca cola® y Pepsi®, así como bebidas alcohólicas. En esa misma tienda, la persona que la dirige, ofrece algunas veces, postres elaborados por ella misma, como pasteles y gelatinas de sabores. A una cuadra más allá de la tienda, está establecida una cocina económica que elabora alimentos caseros, muchos de los cuales son preparaciones cuyo origen es el centro del país ya que las personas que cocinan, migraron a la ciudad de Mérida hace varios años. A escasa media cuadra de ahí, hay dos negocios donde se pueden adquirir alimentos industrializados, una licorería que amplió su gama de productos e incluye ahora también alimentos para mascotas, y una tienda de abarrotes que vende productos muy similares a los de la tienda que se describió anteriormente, también ofrece tortillas de molino preparadas con Maseca® y no con maíz amarillo como antiguamente era la costumbre más común en las personas. Media cuadra más hacia el sur, hay un pequeño local que se dedica en su totalidad a vender postres, vende panquesitos elaborados artesanalmente, y otros productos dulces y enchilados todos de origen industrializado.

Desde la casa, hacia el sur, a tres cuadras de distancia se tiene acceso a una avenida sobre la cual se asientan muy variados negocios locales de todo tipo, como hospitales veterinarios, un salón de belleza, talleres automotrices, etc. y también amplia variedad de opciones de comida rápida, dos tortillerías, dos cocinas económicas e incluso un restaurante perteneciente a una cadena, donde venden principalmente, platillos elaborados con carne de res. Todo esto a menos de seis cuadras a la redonda desde la casa de la familia. Si se consideran las opciones cercanas, utilizando el automóvil como medio de transporte, las opciones se multiplican. Hay dos tiendas Oxxo a menos de 3 minutos, un súper Aki, a menos de cinco minutos, gran cantidad de negocios familiares que venden comida en diferentes momentos del día. Por

consiguiente, queda claro que la pluralidad de opciones alimenticias es vasta y de fácil acceso.

En cuanto al contexto social, el fraccionamiento donde se encuentra la casa de esta familia muestra cierto deterioro en los servicios públicos, como el pavimento y el alumbrado. Sin embargo, hay un parque a una cuadra de su hogar, que se encuentra en muy buenas condiciones, dado que recientemente fue remodelado y ahí es donde el esposo de doña Ana y sus hijos varones suelen ejercitarse. Ella por su parte, acude a clases de Zumba, un tipo de actividad física que combina pasos de baile y ejercicios aeróbicos. La hija, por su parte, suele tomar clases de Ballet profesional. Esto deja muy en claro que los miembros de esta familia se preocupan por su condición física, hecho que también se ve reflejado en el tipo de alimentación que llevan. En esta familia, el papel del nutriólogo es muy importante ya que ha moldeado la forma en que todos en casa se alimentan, incluso cuando ello implique el abandono de algunas comidas tradicionales, como el frijol con puerco, que, aunque sí se consume, es con escasa frecuencia.

El contexto dentro del cual se desarrolla esta familia, es muy variada en términos de opciones de alimentación, sin embargo, como premisa del cuidado de la salud, las personas de la familia prefieren consumir alimentos hechos en casa, y para tal tarea, suelen consumir sus insumos en el supermercado, aunque algunas veces, doña Ana acude al mercado de Chuburná para abastecerse, principalmente de carne, ya que prefiere el sabor y la frescura, especialmente cuando se trata de platillos elaborados, como el mole poblano.

4.1.5. Contexto del hogar de doña María. Estrato medio, familia extensa.

El contexto del hogar de doña María es prácticamente igual al de doña Ana, ya que son vecinas y se encuentran a muy corta distancia (una cuadra), dado que la selección de esta familia fue a través de la técnica de bola de nieve, y fue precisamente la señora Ana quien recomendó la participación de esta familia en el estudio. Se puede agregar, que a pesar de tener varias opciones de cocinas económicas cercanas, en esta familia, prefieren alejarse un poco más de casa e ir a conseguir sus alimentos para el almuerzo, en las ocasiones que es necesario comprarlos preparados, a una cocina

económica que labora en el fraccionamiento Chenkú, a unos 10 minutos en auto desde la casa familiar (ya que salen a comprar en una hora en la que el tránsito vehicular es alto). Prefieren esta cocina económica por el sabor de la comida y perciben que sirven de manera más abundante que en otras cocinas. Además, consideran que no tiene “tanta grasa” como otras. Probablemente por las edades y el tipo de dinámica familiar, los integrantes de esta familia no suelen ejercitarse con regularidad, a pesar de tener el parque muy cerca de ellos, a una cuadra de distancia, y sus actividades suelen ser de diferente naturaleza. La familia prefiere estar en casa, tomarse las tardes libres para consumir juntos café y pan dulce o galletas industrializadas, a modo de tradición familiar. Es posible mencionar también, que el nieto de doña María disfruta consumir comida chatarra, como Sabritas, galletas, chocolates, etc. y éstos son de muy fácil acceso dado que la tienda de abarrotes más cercana, se encuentra a tan sólo una cuadra. Además, esta familia, suele consumir varias opciones de las que se encuentran disponibles cerca de su hogar, ya que doña María menciona que de vez en cuando salen a cenar en los pequeños lugares aledaños a su domicilio.

4.1.6. Contexto del hogar de doña Bety. Estrato medio, familia uniparental.

El hogar de esta familia se encuentra frente a un parque pequeño en el cual por muchos años ha funcionado una tienda de abarrotes, manejada por una pareja de esposos de avanzada edad. En la tienda se ofrecen productos industrializados, enlatados y refrescos embotellados (Sabritas, galletas, Coca- cola); no hay ningún alimento de origen natural. Sin embargo, en automóvil, la cercanía del mercado de Chuburná permite a la familia abastecerse de ciertos alimentos, aunque para usar los vales de despensa, generalmente requieren ir al supermercado, dado que estos no se aceptan en los negocios que no cuenten con una terminal bancaria. A una cuadra del mercado de Chuburná, hay un local que vende, entre otras cosas, huevos de gallina, con la cáscara rojiza, que son los preferidos de doña Bety, y ella suele ir a comprarlos. Además, doña Bety, suele utilizar los frutos que los árboles de los alrededores dan, ya sean los de la calle, o los que sus vecinas tienen en casa. Por ejemplo, la vecina de la casa de alado tiene un árbol de naranja agria, y muchas veces le comparte los frutos. Además, doña Bety comentó que, a unas cuantas cuerdas de su hogar, en un parque público, y de ahí

recoge -y posteriormente consume- hojas de varias plantas de Chaya, que son conocidas por su sabor característico y la versatilidad de usos en preparaciones, desde bebidas, hasta complemento de comidas, especialmente al ser combinada con huevo de gallina.

Los supermercados más cercanos a casa de la familia, se encuentran alrededor de 10 o 15 minutos, trasladándose en automóvil; los más cercanos son Súper Aki. A unos 20-25 minutos en auto, se encuentran el supermercado Chedraui Selecto, La Comercial Mexicana y otras tiendas de auto servicio como Sams's Club y Costco. Además de las plazas comerciales donde se puede conseguir comida rápida. Lo anterior, resulta muy conveniente para la familia, ya que al utilizar sus vales de despensa suelen comprar productos industrializados y empaquetados. Además, muchas de las especias que doña Bety utiliza son compradas en el supermercado, de marcas comerciales.

4.1.7. Contexto del hogar de doña Laura. Estrato bajo, familia nuclear.

La vivienda de doña Laura se encuentra en la zona sur de la ciudad. La calle donde vive está compuesta por casas pequeñas, algunas son pie de casa aún. Los terrenos de los domicilios son pequeños y no todos se encuentran divididos entre ellos con bardas. En su calle no hay tiendas o negocios de comida locales, sin embargo, a dos cuadras de la casa familiar, hay instalado un comedor comunitario, donde solía trabajar doña Laura. Un dato que llama la atención es que, al dejar de laborar ahí, ya no desea comprar comida en él, a pesar de los precios accesibles que se manejan. También, a cuatro cuadras de su hogar, se encuentra una avenida pequeña que desemboca en la avenida 86 de Dzununcán, donde se pueden conseguir alimentos e ingredientes para preparaciones, con mucha facilidad. Hay una tienda de abarrotes de la cadena de Dunosusa, donde se ofertan productos industrializados, entre ellos, carnes frías, y ofrecen una variedad media de alimentos frescos como lechuga y tomates.

Un aspecto particular de la zona sur, es que es frecuente encontrar pequeños negocios locales que ofrecen carnes, frutas y verduras a precios bajos con respecto a los de los supermercados. La avenida 86 es amplia y en toda su extensión se pueden encontrar ese tipo de servicios, a escasos minutos de la vivienda doña Laura. Ella suele

trasladarse en bicicleta o a pie, por lo que las distancias pueden sentirse un poco más largas. También hay algunas cocinas económicas en la avenida, aunque al ser dueña de una cocina económica, doña Laura no requiere comprar comida preparada, al menos la mayoría de las veces. Sin embargo, requiere una cantidad considerablemente grande de vegetales, carne de cerdo y pollo para poder llevar a cabo sus preparaciones, los cuales compra en la verdulería y carnicerías cercanas a su hogar, y hace lo mismo cuando cocina únicamente para su familia.

4.1.8. Contexto del hogar de doña Paty. Estrato bajo, familia extensa.

En la zona donde se encuentra ubicada la casa de la familia, se pueden observar muchas casas ocupadas, pocos terrenos baldíos. Todas las casas son de bloques, pero algunas cuentan con piezas construidas en la parte posterior con materiales variados, como madera y lámina oscura; tal es el caso del hogar de doña Paty. Se pueden ver en los alrededores las carencias que las personas de la zona tienen que tolerar, como baches profundos en las calles, maleza crecida, basura en las calles. Es evidente que los servicios municipales no son eficientes en esa parte de la ciudad. Muchas de las casas cuentan con algún tipo de enrejado y casi todas tienen marcados el inicio y el final de sus territorios, ya sea con algún material de construcción o con albarradas. En cuanto a los servicios disponibles para adquirir alimentos, la familia cuenta con la ventaja de que justo enfrente de su hogar hay una carnicería, y a cuadra y media hay una pequeña tienda de abarrotes que vende principalmente productos industrializados y algunos vegetales de uso muy frecuente en las preparaciones, como cebollas, tomates, chiles y algunas hierbas de olor como cilantro y apazote. Entre los productos que más suele comprar doña Paty, están: frijol, arroz, soya, tortillas de maíz, aceite, tomates, cebolla y chile. Por la situación económica en que la familia se encuentra, muy pocas veces suelen comprar carne de cerdo o pollo, ya que les resulta bastante más costoso que los otros ingredientes.

La casa de doña Paty se encuentra a tres cuadras de la calle 60 sur, sobre la cual hay algunos negocios, como la tienda de abarrotes “Súper Willis”, algunas tiendas pequeñas que pertenecen a vecinos de la zona y que expenden principalmente alimentos industrializados. También hay varios puestos de bebidas alcohólicas y negocios de otra

naturaleza como ferreterías o talleres automotrices, aunque la mayoría de los predios son casas particulares.

4.1.9. Contexto del hogar de doña Bella. Estrato bajo, familia uniparental.

El hogar de doña Bella se encuentra en la parte final de la avenida 86 sur, cerca de la salida a periférico en la colonia San Antonio Xluch III. Dado que ella suele pasar sus mañanas en casa de su padre y a partir de aproximadamente las 3 de la tarde regresa a su casa, se describirán ambos contextos. Por las mañanas, doña Bella cruza el periférico para llevar el desayuno a su padre, que vive a unas quince cuadras de su casa. Le lleva generalmente leche y pan o galletas. Se queda con él para ayudarlo y compra comida en una cocina económica que está a una cuadra. A veces compra sólo para su papá, a veces compra para ella y sus hijos también. Cerca de casa de su padre hay dos cocinas económicas, una tienda de abarrotes muy pequeña y una casa donde se venden pollos ya beneficiados y listos para cocinar. Fuera de estos negocios pequeños, no hay nada más y la gente tiene que caminar varias cuadras hacia el fraccionamiento la Guadalupeana o cruzar el periférico para ir a la avenida Dzununcán, que es donde se conglomeran los diferentes servicios.

Doña Bella suele comprar alimentos procesados y no perecederos, sobre todo para dejarle a su padre y que él pueda consumirlos en el tiempo que pasa sólo en casa, entre esos alimentos están las galletas, panes y otros. Para su hogar, en el desayuno y la cena consumen jamón, queso, panes, galletas, entre otros. Y en el almuerzo, pueden consumir la comida de la cocina económica y algunas veces, comenta doña Bella, si queda comida del almuerzo, la consumen en la cena o en el desayuno. Cuando no se compra el almuerzo en la cocina económica, doña Bella cocina después de visitar y dejarle la comida a su padre, para ello utiliza los ingredientes que puede comprar cerca de su hogar en la verdulería y carnicería cercanas. No suele comprar en los pequeños supermercados de la zona.

Cerca de su hogar, doña Bella tiene todas las opciones que se despliegan sobre la avenida 86, comenzando por un lugar donde venden pollos y costillas asadas justo enfrente de su casa y un Maxicarnes, expendio perteneciente a una cadena, en el que venden pollo, res y cerdo. Hay también algunas tiendas pequeñas, cocinas económicas,

en casas de vecinos, donde se ofrecen diferentes productos industrializados comunes, que pertenecen a industrias como Nestlé®, Bimbo®, Pepsico®, etc. y algunas empresas locales como Dondé®.

4.2. Descripción de las viviendas

Después de haber promovido una idea general acerca del contexto donde cada una de las familias vive y desarrolla sus actividades cotidianas, se hace necesario conocer su nicho privado, es decir su hogar. Dado que el desarrollo de las técnicas aplicadas se realizó casi en todos los casos, en la cocina, que era el foco de atención de las observaciones, no se tienen datos amplios acerca de la disposición completa de las casas, únicamente aquellos espacios que eran relevantes para la observación y comprensión de las conductas alimentarias, como la cocina, el comedor o cualquier otro espacio que tuviera algún papel activo en la comprensión de los objetivos de esta tesis. A continuación, aquellos espacios relacionados con el acto de alimentarse sin hacer referencia a las cocinas pues esto es materia de otro apartado.

Tabla 6.

Uso de los principales espacios familiares.

<i>Participante</i>	Descripción general	Comedor	Sala	Patio
Doña Tita. Familia nuclear estrato alto	El hogar es una casa amplia de dos plantas. En la parte baja se encuentran las zonas familiares: sala, comedor, cocina, un medio baño y la salida al patio. Asimismo, en la terraza delantera se es un espacio donde que se suele utilizar para celebraciones familiares o con amigos. En la planta alta de la casa se encuentran las	El comedor consta de un juego de mesa y seis sillas de madera. Está adornado con fotos de la familia y algunas plantas. Hay una vitrina baja donde se guardan algunos platos y otros trastes. Se encuentra junto a la cocina y es el principal espacio donde se consumen los alimentos, especialmente en	La sala consta de un mueble grande en forma de L y una mesa de centro y dos laterales. Hay algunas pinturas colgadas en las paredes y otros adornos en la mesa de centro y las laterales. Es un espacio que no se utiliza para comer. Las visitas de confianza	A pesar de que el patio es amplio la familia no suele utilizarlo para comer fuera.

	habitaciones familiares y el cuarto de baño.	el almuerzo, ya que las cenas pueden darse en la barra desayunadora.	pasan al comedor y es ahí donde se les ofrecen bebidas o alimentos.	
Doña Elsa. Familia extensa estrato alto	La casa se conforma de dos plantas. La baja inicia con una terraza delantera amplia, la primera pieza es la sala, separa del comedor con una pared y un espacio en ella marca el acceso. A la derecha del comedor hay un pasillo donde se distribuyen dos habitaciones y un baño. Siguiendo hacia el patio, se encuentra la cocina, y en ella las escaleras de acceso al segundo piso. Desde la cocina también se tiene acceso al patio.	El comedor es un espacio amplio con poca luz solar, a excepción de un cubo de luz, donde hay plantas. Los muebles son de madera, de estilo antiguo y clásico. A simple vista no parece ser un espacio que se utilice con frecuencia, lo cual se corrobora en la entrevista.	La sala está conformada por un juego de muebles amplios de aspecto moderno. Hay dos mesitas laterales y una de centro, hay lámpara en el techo y lámparas de mesa. Las paredes están adornadas con fotos de la familia, especialmente de la hija de doña Elsa.	En el patio se encuentra el centro de lavado. Hay algunas plantas en macetas y una terraza grande donde suelen pasar algunas tardes, según relata doña Elsa. Es un espacio soleado al cual se llega a través de la cocina, lo que le da gran privacidad.
Doña Linda. Familia uniparental estrato alto	El hogar es de una planta. Se conforma de una amplia terraza frontal, donde el jardín es uno de los principales atractivos. La sala es la primera pieza de la casa y tiene acceso a un patio lateral donde también hay una pequeña bodega. Dentro, la pieza que sigue es el	El comedor cuenta con un juego de mesa y cuatro sillas. Hay una vitrina donde se guardan trastes y en la parte superior hay algunos adornos. Desde el comedor hay una puerta- ventana que lleva al patio de la casa. Es una pieza muy	La sala cuenta con muebles de carácter moderno, una mesa lateral y una central. La decoración es simple y tiene cierta tendencia minimalista que aumenta la percepción de iluminación. Una puerta ventana da	El patio es un lugar amplio. Doña Linda construyó un asador con ayuda de su pareja. Comenta que se utiliza mucho para cenar ahí, tienen una mesa que se encuentra debajo de un árbol. Hay

	comedor y a la izquierda está la cocina. A la derecha del comedor está el distribuidor que lleva a un baño y a las habitaciones. La casa tiene una estructura sencilla, con espacios amplios para la convivencia familiar, especialmente el patio.	iluminada y fresca.	acceso al patio, al igual que en el comedor.	varias plantas y en el fondo del patio hay una estructura de cemento que doña Linda cuenta que quiere acondicionar para que sea el espacio de lectura, planea sembrar un árbol grande que brinde mucha sombra, para que las niñas y ella disfruten de ese espacio.
Doña Ana. Familia nuclear estrato medio	La casa es de dos plantas. En la planta baja están la sala, el comedor, la cocina y un medio baño. El tamaño de las piezas es mediano. También hay una terraza al frente de la casa y un pequeño jardín. En la segunda planta se encuentran las habitaciones familiares y el cuarto de baño. A pesar de ser una casa muy cómoda, se nota cierto desgaste por el uso, por ejemplo, en los muebles y en los utensilios de la cocina.	El comedor es de un estilo clásico. Es para seis personas y hay vitrina alta donde principalmente se guardan algunos juegos de tazas. Hay una ventana que da a la calle y que brinda luz al espacio.	La sala es amplia, hay un juego de muebles y una mesa central y la ventana da hacia la terraza delantera. Es un espacio tranquilo y silencioso, como para platicar. Sin embargo, doña Ana comenta que suele llevar a sus visitas a la cocina para acompañar la plática con alguna bebida o bocadillo.	El patio es visible desde la cocina. Hay una zona techada con lámina de color rojo donde se encuentra la lavadora. El resto del terreno se encuentra cubierto de césped.
Doña María.	El terreno de la casa es amplio.	El comedor es un espacio	La sala es la pieza menos	El patio es un punto

<p>Familia extensa estrato medio</p>	<p>Más la casa se encuentra construida en medio del terreno con el fin de dejar mucho espacio para las áreas verdes, que para doña María son muy importantes y las mantiene cuidadas ella misma con ayuda de su esposo. Es una casa de una sola planta, con tres habitaciones y dos baños y medio. La cocina y el comedor se encuentran separados. La sala no es la primera pieza a la que se entra sino un pequeño recibidor.</p>	<p>relativamente pequeño donde hay una mesa circular para seis comensales. Hay una vitrina pequeña y antigua, donde principalmente hay adornos de porcelana. Una pared tiene un cuadro de resina que representa la imagen de “la última cena” y hay un pequeño equipo de sonido y una torre para cd’s musicales.</p>	<p>utilizada de toda la casa, según comenta doña María. Dado que las actividades familiares se dan mayormente en la cocina, la familia siente poca necesidad de interactuar en la sala. Ocurre lo mismo con los invitados, todos pasan a la cocina sean de confianza o no. Incluso la puerta principal se abre pocas veces, generalmente el acceso a la casa es a través de la puerta de la cocina.</p>	<p>importante de convivencia familiar, incluso con la familia extensa y que se suelen realizar las reuniones en el patio trasero donde hay un asador y se ponen mesas debajo de un toldo que está instalado en el patio.</p>
<p>Doña Bety. Familia uniparental estrato medio</p>	<p>La casa es relativamente pequeña. Tiene una cochera como para un auto, y se entra directamente a la sala. Posteriormente se ve el comedor, la cocina queda a la izquierda de la sala, pero están completamente divididas por una pared. Hay dos habitaciones y un baño. También hay un pequeño</p>	<p>El comedor es pequeño, la mesa redonda con cuatro sillas ocupa casi todo el espacio, sin embargo, es un lugar iluminado y cómodo. Los muebles se pueden observar un poco desgastados por el uso, pero completamente funcionales.</p>	<p>La sala es la primera pieza del hogar. Consta de un par de muebles de mimbre. En la pared hay un cuadro grande, como de 1 m x 1m que muestra una foto impresa de doña Bety con su hijo en una playa. Es evidente que llevan una relación</p>	<p>El patio es un espacio reducido donde únicamente se lleva a cabo la tarea de lavar ropa y no suelen salir más que a eso. Hay algunas plantas, pero no un jardín como tal, sino plantas de consumo como Chaya y</p>

	estudio que sirve como bodega para algunas cosas de la familia.		armoniosa y cercana.	algunas aromáticas.
Doña Laura. Familia nuclear estrato bajo	La casa es de una sola planta. El terreno no se encuentra claramente delimitado, como si las tres casas compartieran el espacio abierto que queda entre ellas. La sala y el comedor son corridos, y detrás se encuentra la cocina. A la izquierda se encuentra la única habitación de la casa y el cuarto de baño.	La sala- comedor de la casa cuentan con un sofá pequeño que está situado enfrente de la televisión y el equipo de sonido que, a su vez, están acomodados en un librero grande. Hay una mesa de madera que, al parecer, le sirve al hijo de doña Laura para realizar sus tareas escolares. Desde la sala se aprecia completamente el comedor. El cual tiene una mesa pequeña de madera, un poco desgastada, y tres sillas. La mesa está cubierta con un mantel de plástico para protegerla de manchas. En espacio total entre ambas piezas es de aproximadamente cinco metros por tres.		El patio, al igual que el frente no se encuentra delimitado, sin embargo, doña Laura tiene adaptada una batea para lavar su ropa. No es usual que tengan actividades sociales en esa parte de su hogar.
Doña Paty. Familia extensa estrato bajo	El terreno completo de la familia tiene dos piezas que no se encuentran unidas entre sí. La que está más cercana a la calle, es una pieza de bloques (pie de casa) que en la parte posterior tiene adaptada una extensión construida con láminas negras y madera. Aproximadamente a unos tres metros de distancia se encuentra un cuarto realizado también con lámina negra y madera, que es	na	na	El patio es amplio y tiene sembradas varias plantas, que es evidente que doña Paty disfruta cuidar, incluso tiene una palma real de varios metros de altura. En una esquina trasera tienen acomodado el plástico que la familia vende para subsistir. En otro espacio del patio tienen acumulada leña que recogen del

	donde duerme el padre de doña Paty. Todo lo que queda de terreno correspondería a su patio.			monte aledaño y utilizan para preparar sus alimentos.
Doña Bella. Familia uniparental estrato bajo	La casa tiene una pequeña terraza donde doña Bella tiene algunas plantas. El terreno está completamente delimitado y es bastante amplio, y la casa cubre buena parte de ese terreno. La sala es la primera pieza de la casa. Hay un espacio en la pared que lleva a una habitación, pero se encuentra tapado con una tela, a modo de puerta. Hacia la izquierda se encuentra un espacio amplio, con unas cuantas sillas y una televisión, ese espacio correspondería al comedor, y junto a él, yendo hacia el patio, está la cocina.	El comedor es un espacio amplio, aproximadamente de cinco por cuatro metros, pero únicamente tiene algunas sillas y una mesa pequeña, esquinada, donde está una televisión. En las sillas hay un poco de ropa y cosas de uso común, lo que da la idea de que es un área de la casa que se utiliza para convivir e incluso para dormir, como cometa doña Bella.	En la sala hay una mesa rectangular, que tiene tres sillas. Ahí hace su tarea escolar la pequeña Isabella, la nieta de doña Bella. Hay un par de sillas más y una mesa pequeña. La sala tiene una ventana que da hacia la calle, y se puede ver la avenida desde ahí.	Es un espacio amplio, abierto, donde muchas veces, doña Bella cocina, a pesar de que tiene un fogón dentro de casa.

4.3. Descripción de las cocinas

A continuación, dado que las familias prefirieron que las fotos de sus cocinas no fueran publicadas, se presentan imágenes que corresponden a los croquis de las diferentes cocinas visitadas, dentro de los cuales se muestra la disposición que se tiene en cada una de ellas, de los elementos que requieren para ejecutar sus actividades

dentro de ellas. Uno de los aspectos más relevantes de la descripción de estos espacios es el hecho de que existe mucha similitud entre las cocinas de las familias de clase alta y media, difiriendo en el tamaño del espacio designado para ellas, siendo que en el estrato alto las cocinas tienden a ser de mayor tamaño que las del estrato medio, aunque con similar funcionalidad. Asimismo, cuentan con aparatos electrónicos de cocina muy parecidos, pero la gama cambia es diferente, es decir, tienen prácticamente los mismos aparatos, aunque cambian la calidad y precio de los mismos. Para términos de la claridad en la presentación se dividió la información por familias, especificando el estrato al que pertenece cada una.

4.3.1. Cocina de la familia nuclear de estrato alto.

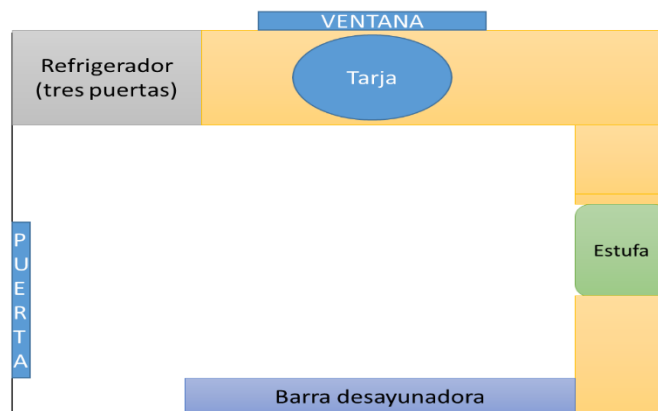


Figura 2. Croquis de cocina. Familia nuclear estrato alto

La cocina es un rectángulo de aproximadamente 4 x 3 metros, tal como se muestra en la figura 4; en este caso se utiliza un croquis porque no se obtuvo la autorización para hacer pública la foto de la cocina. La barra desayunadora colinda con el comedor, cuenta con tres sillas que se encuentran del lado de afuera de la cocina, junto al comedor. Arriba de la barra desayunadora hay un espacio de alacena donde la familia guarda algunos alimentos. A la izquierda se encuentra la puerta que lleva al pasillo lateral de la casa, el que a su vez lleva hacia el patio. El refrigerador es grande, tiene dos puertas verticales altas y una pequeña en posición horizontal, debajo de las verticales, que corresponde al congelador de carnes. A la derecha del refrigerador comienza la barra (hornilla) donde están asentadas diferentes cosas, desde artefactos

de cocina, hasta libretas de apuntes. La tarja es de tamaño grande, tiene dos espacios hondos, y da directamente hacia la ventana de la calle, se puede ver la cochera y la calle desde ella. Más hacia la derecha, en la esquina, está colocado el horno de microondas. Después de encuentra la estufa grande, de seis quemadores, arriba de ella una campana de cocina. Y más hacia la derecha, está colocado un especiero, en la otra esquina, donde se puede observar variedad de condimentos. Los utensilios que la familia tiene a su disposición son variados; diversos tipos de espátulas, cucharas grandes y hondas, variedad de cuchillos de un mismo set. En su mayoría los utensilios son de plástico, a excepción de los cuchillos y algunos cucharones de metal. También se pueden observar una tabla grande para cortar alimentos, algunos platos fuera de la alacena, aunque ya la mayoría se encuentran guardados junto con las ollas en el espacio asignado de las gavetas. Todos los alimentos se encuentran guardados en las gavetas instaladas en la parte alta de la cocina, así como en la parte baja de la barra desayunadora.

4.3.2. Cocina de la familia extensa de estrato alto.

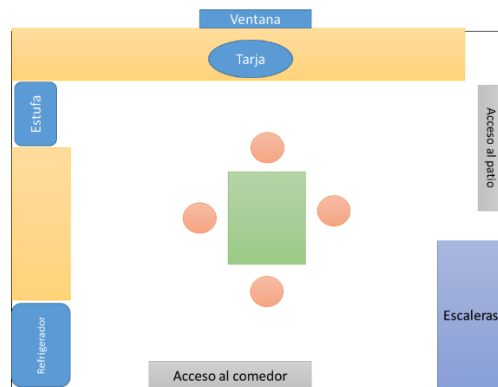


Figura 3. Croquis de cocina. Familia extensa estrato alto

La cocina es un espacio bastante amplio, de 5 x 6 metros aproximadamente. Es el camino de acceso al patio. A la cocina se puede acceder desde el comedor o desde el segundo piso, ya que las escaleras se encuentran dispuestas ahí. Dado que, para llegar a la cocina, es necesario atravesar la sala y el comedor, se siente como un espacio deliberadamente construido para gozar de privacidad al momento de cocinar. Además, el hecho de que las escaleras de acceso a la segunda planta estén dispuestas únicamente en la cocina, denota que la cocina es considerada el primer y último espacio a visitar durante el día. Está equipada con artículos electrónicos para cocina: microondas, horno

eléctrico, refrigerador, estufa, licuadora. Asimismo, se encuentra dispuesta una mini pantalla plana para poder ver la televisión ahí. Sobre la tarja, en la esquina junto a la estufa, hay un mueblecito de madera que, de forma práctica, contiene las especias más utilizadas y el aceite y la sal, junto con algunos utensilios y accesorios de cocina de uso muy frecuente. En la ventana que da a la tarja hay dos plantas, una albahaca y una lechuga que doña Elsa remojó en agua para que continuara creciendo. Comenta de nuevo su ilusión de tomar un curso de agricultura orgánica, pero no cuenta con el tiempo ni se siente con la capacidad de hacerlo, dice que todas sus plantas se le mueren.

Debajo de las escaleras está instalada una máquina de coser, que al parecer es de doña Elsa, se encuentra en muy buen estado. Comenta que a veces le gusta costurar cosas, que es un bonito pasatiempo y la cocina es un espacio que disfruta para realizar esa actividad. Es preciso comentar que la cocina es la habitación más iluminada y fresca de la planta baja (no subí a la segunda), el comedor es un área un poco oscura, a pesar de que cuenta con un pequeño cubo de luz, con plantas.

4.3.3. Cocina de la familia uniparental de estrato alto.

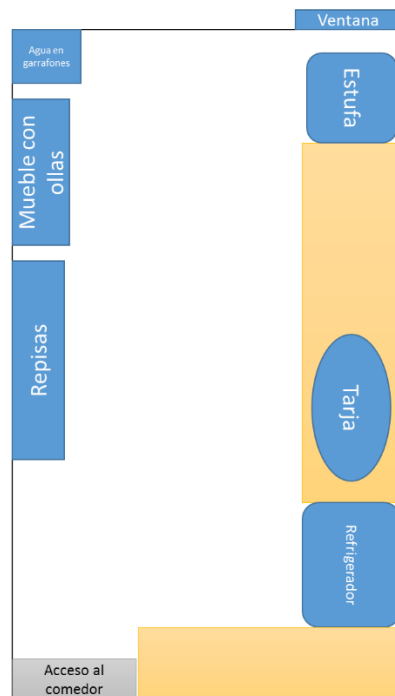


Figura 4. Croquis de cocina. Familia uniparental estrato alto

La cocina mide aproximadamente 2 metros por 3.5 de fondo. Colinda con la sala y da directo al comedor, la pequeña ventana que se ve al fondo da hacia la calle. Al fondo se ve un rack con varios botellones de agua purificada. Hay un mueble, que fue construido por Linda donde guarda todas sus ollas, incluyendo las de barro, fruto de su herencia oaxaqueña, también está el horno de microondas y el horno tostador. Junto a la mesa hay una repisa con muchos ingredientes, algunas golosinas y varios utensilios, arriba de ella hay una gaveta en la pared, donde se guardan diversos frascos con mucha variedad de especias. Enfrente está la pared que tiene la estufa junto a la ventana, hay algunos instrumentos de cocina a un lado, como la licuadora. Luego están otra cantidad de especias, realmente variadas, se ven algunas frutas, ajo, limones. Ahí están asentados los ingredientes de la cena. En la gaveta de abajo hay un pequeño rack con algunas botellas de vino y muchas botellas de otros tipos de alcohol, como para preparar cocteles. Sobre la tarja, se hay otra gaveta grande, donde se guardan los aceites y las especias de más uso. En la tarja hay algunos trastes limpios que la hija mayor no ha tenido tiempo de acomodar, ya que es su tarea, según comenta Linda. Por último, junto a la barra desayunadora, se encuentra el refrigerador. Sobre la barra hay algunos utensilios y varios objetos de uso común, una libreta.

4.3.4. Cocina de la familia nuclear de estrato medio.

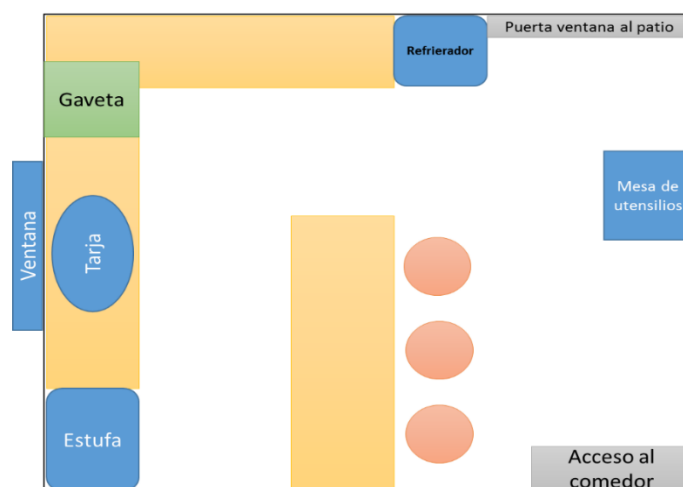


Figura 5. Croquis de cocina. Familia nuclear estrato medio

La cocina es un espacio amplio, de aproximadamente 4 x 4 metros. Cuenta con todas las comodidades necesarias para cocinar y almacenar alimentos y utensilios. La

estufa que utiliza la familia es eléctrica de seis quemadores. La tarja para lavar los trastes es de tamaño mediano y da a una ventana con vista al jardín y la calle. En la hornilla está la licuadora. Hay una gaveta de madera sobre la hornilla, donde están acomodados el horno de microondas de tamaño pequeño y un hornito tostador. También tiene algunas tazas de café. El espacio de la barra junto al refrigerador, tiene algunos platos y diversos utensilios. Debajo de la tarja hay otra gaveta, tipo clóset, con puertas, en donde la familia guarda los víveres que no requieren refrigeración, en su mayoría son empaquetados, enlatados y las especias, el clóset se extiende debajo de toda la barra y ahí están guardados los platos y ollas. En medio de la cocina hay una barra desayunadora, con tres sillas (círculos rojos), sobre esa barra junto a la pared hay algunos objetos de uso cotidiano: salero, servilletero, una libreta para anotar, un par de lápices, también hay un frutero, que en ese momento contenía un par de manzanas. Junto al refrigerador se ve un ventanal amplio, que a su vez es la puerta de acceso al patio, se puede ver un jardín amplio con césped y una estructura techada donde se lava la ropa, ahí afuera están los perros pitbull que son las mascotas de la familia. Dentro de la cocina, pegada a la pared izquierda, hay una mesa mediana, que contiene diversos utensilios de cocina: cucharones, espátulas, cubiertos, algunos platos, etc.

4.3.5. Cocina de la familia extensa de estrato medio.

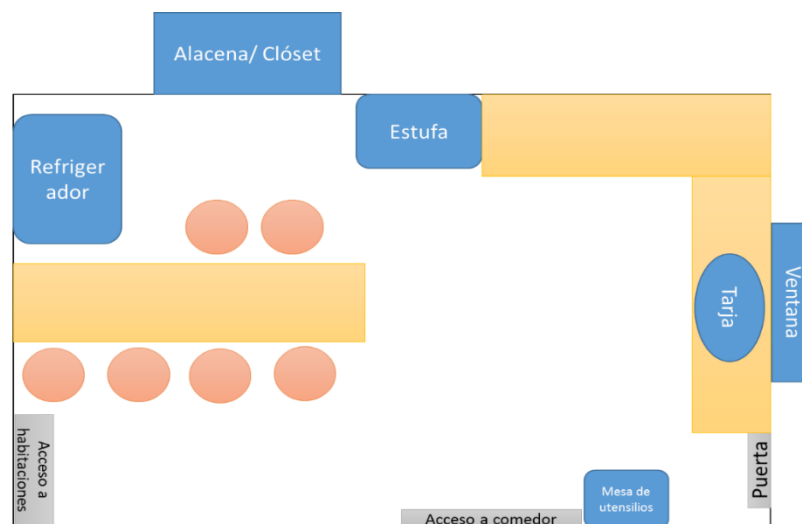


Figura 6. Croquis de cocina. Familia extensa estrato medio

La cocina de doña María es amplia, aproximadamente 4 x 3 metros. Tiene un ambiente iluminado. Cuenta con los elementos necesarios para preparar cualquier tipo de alimentos. La cocina tiene acceso directo desde la cochera, que da a la calle o también se puede acceder desde el comedor, pero para entrar por ahí es necesario pasar por la puerta principal, la sala, el comedor. Me comentaron que casi nunca abren la puerta principal porque “es mucho rollo”, sólo para algunas fiestas familiares la abren. Dentro de la cocina se puede observar el refrigerador amplio, junto a él un clóset que contiene alimentos no perecederos: pastas, arroz, frijol, cereal de caja, enlatados. En general muchos alimentos procesados (inconsistencia con el discurso en la EP). En ese mismo clóset, en la parte de en medio está el horno de microondas y hasta abajo tienen variedad de ollas y sartenes, hasta arriba hay algunas cajas con diferentes utensilios, ollas, cortadores, moldes. La estufa que utiliza la familia es de seis quemadores, con horno, eléctrica, de acero inoxidable. Sobre la hornilla, junto a la estufa hay varias botellas medianas de aceite de oliva con diferentes especias, que preparó doña María para aderezar sus alimentos. También están asentado ahí los huevos, comenta que no le gusta ponerlos en el refrigerador porque les queda una consistencia diferente. En la esquina de la hornilla hay un horno eléctrico grande. Dice que ahí calientan algunas comidas, algunas veces ha sido utilizado para cocinar u hornear panes. La tarja es un espacio amplio, generalmente hay algunos platos limpios, aunque se trata de dejarla limpia y vacía la mayor parte del tiempo. Entre la puerta de salida y el acceso al comedor, hay una mesa que contiene diferentes cosas, en la parte de abajo hay diversas especias: clavo, pimientas de diferentes tamaños, canela en rajas, granos de cacao y otros. En la parte de arriba, dentro del cajón están los cubiertos y también algunos accesorios: corta pizza, pelador de verduras. Encima de la mesa hay un traste de vidrio donde hay paquetes de más especias: canela en polvo, pimienta molida, comino, ajonjolí, paprika. Del lado del refrigerador, hay una barra desayunador con seis sillas de madera. Comentan que ahí suelen comer los tres tiempos, más el café con pan que consumen en la tarde, su comedor fue recientemente modernizado, pero no lo utilizan casi nunca, tampoco utilizaban el viejito. La convivencia familiar de la comida se da prácticamente siempre en la cocina.

4.3.6. Cocina de la familia uniparental de estrato medio.

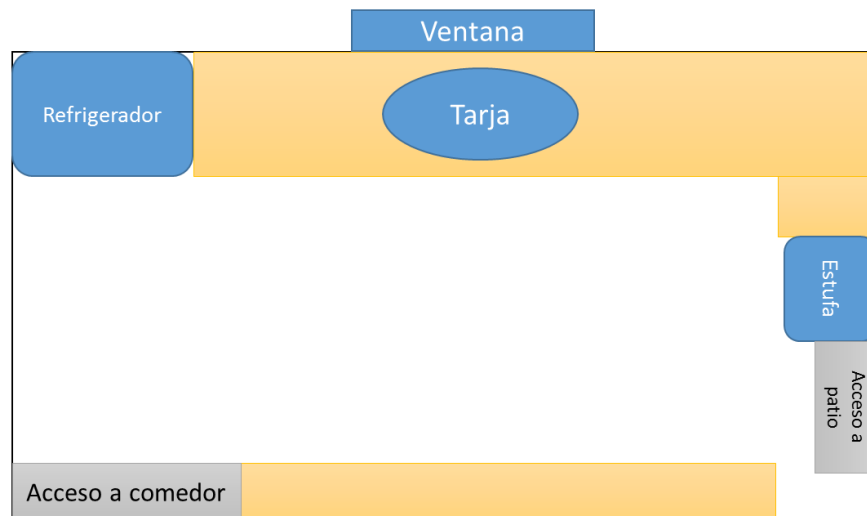


Figura 7. Croquis de cocina. Familia uniparental estrato medio

La cocina es un espacio de tamaño mediano, aproximadamente 3 x 2 metros. Se observan de primera instancia una barra desayunadora que divide la cocina del comedor. Sin embargo, es un espacio que no se utiliza para comer, al parecer siempre comen en la mesa del comedor. Arriba de la barra hay instaladas unas gavetas donde Bety guarda los ingredientes de sus preparaciones, principalmente las especias y el aceite. También guarda algunos platos ahí, aunque la mayoría están en la gaveta que se encuentra debajo de la hornilla. Sus ollas están colgadas en la pared que da a la estufa. Tiene varias piezas, también cuenta con sartenes, comenta que tiene algunas ollas más grandes guardadas en la gaveta. El refrigerador se encuentra junto a la hornilla, contiene muchos vegetales, lo cual es congruente con lo que cuenta Bety en la EP. La estufa es pequeña, de cuatro quemadores, sencilla. Se ve que se utiliza bastante, ya que cada oportunidad que logra, Bety prefiere cocinar en casa. Es notable que la cocina es un espacio suficiente para preparar los alimentos de dos personas.

4.3.7. Cocina de la familia nuclear de estrato bajo.

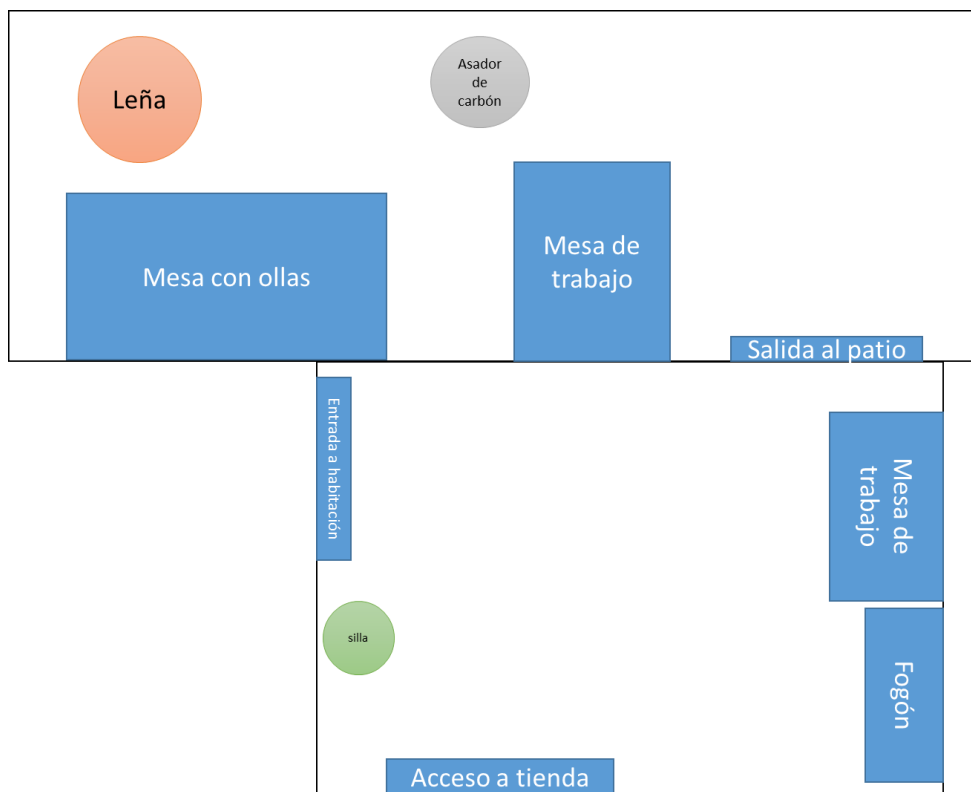


Figura 8. Croquis de cocina. Familia nuclear estrato bajo

El espacio que se utiliza como cocina consta de dos partes. La primera, es la parte posterior a lo que pudiera haber sido la sala de la casa, que se encuentra adaptada como una tienda de abarrotes. En la cocina, se ven, de primera instancia el fogón de dos partes junto a una mesa grande de trabajo, donde están colocados varios de los ingredientes, ya sea que están listos para servir, como salsas, o que aún serán utilizados, como es el caso de las cebollas. Únicamente hay una silla, por lo que se entiende perfectamente que este es un lugar de trabajo con algunos momentos para descansar, pero no un espacio de convivencia. Al salir al patio, se puede ver a mano izquierda otra mesa, donde se preparan algunos de los ingredientes de cocina, se dejan remojadas las carnes, etc. Detrás de esa mesa hay un espacio justo como para que alguien trabaje ahí y luego está otra mesa, aún más grande, llena de utensilios de cocina, ollas especialmente, también se ven algunos trastes, cucharones, un colador, un cuchillo y trapos. La leña se encuentra justo al lado de esa mesa, está colocada una olla grande,

tiene la base de tres tantos de piedras, pero no todo es leña, hay pedazos de madera que parecen haber formado parte de mesas o similares. Un poco más hacia la cocina está el asador, es pequeño, pero bien aprovechado, ahí se encuentran los pollos que servirán para el pebre que se está preparando. Para resguardarse del sol que hay en el patio, están colocadas algunas lonas publicitarias, a manera de techo, y otras a manera de muro. El humo se concentra dentro de ese espacio porque no es fácil salir, se entiende la preocupación de doña Laura por enfermarse de enfermedad pulmonar obstructiva crónica, misma que se puede dar por inhalar constantemente el humo que produce la leña al quemarse.

4.3.8. Cocina de la familia extensa de estrato bajo.

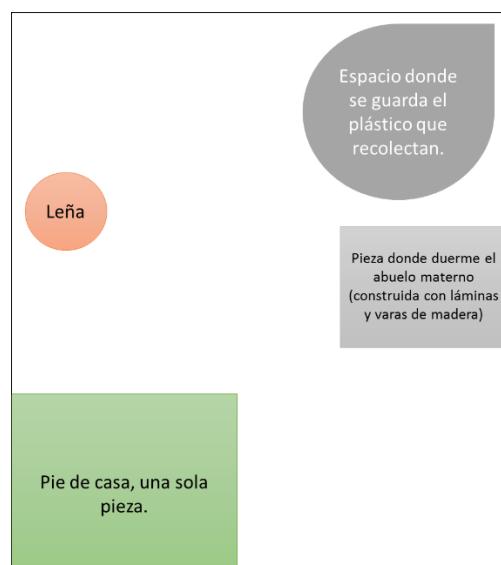


Figura 9. Croquis de cocina. Familia extensa estrato bajo

En este hogar, no existe tal cual una pieza formal que la familia denomine “cocina”, más bien tienen un espacio determinado donde además de otras cosas, hay un poco de leña que utilizan para preparar sus alimentos. Colocan la leña en el piso y la encienden con ayuda de un pedazo de cartón o con un poco de plástico y arriba de la leña colocan la base de un ventilador (a modo de comal) donde se asientan las ollas. Cerca de la leña hay una mesa donde se pueden ver ollas un poco desgastadas y algunos utensilios para cocinar. Se menciona que cuando el clima no permite cocinar afuera, llevan la leña adentro de la casa y preparan ahí su comida. Dentro de la pieza donde

viven, tienen un refrigerador pequeño y una licuadora, siendo éstos los únicos electrodomésticos de cocina que poseen.

4.3.9. Cocina de la familia uniparental de estrato bajo.

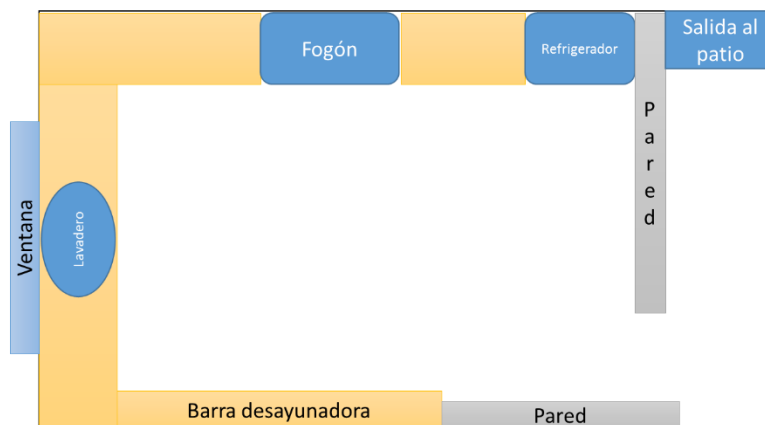


Figura 10. Croquis de cocina. Familia uniparental estrato bajo

La cocina es un espacio rectangular, de aproximadamente 3 x 2 metros. Se puede ver una barra desayunadora, un lavadero de platos junto a una ventana que da a una bonita mata de naranja. En la barra de la cocina hay diferentes utensilios, como platos, cubiertos. El suelo es de cemento y se ve ahí un botellón de agua purificada. También hay una cubeta blanca grande que tiene agua limpia, para apoyarse en la limpieza de los trastes, ya que no hay agua potable en la cocina. La estufa es pequeña, de color blanco, el fogón está fallado, por lo que solamente saca una llama grande que doña Bella tiene que cuidar para que no queme su comida o sus ollas. En el horno del fogón hay traste y ollas, no se usa para cocinar. En realidad, la cocina solamente se usa cuando hay gas, si el gas no se ha comprado, entonces se debe ir al patio, a cocinar en la leña. Hay un refrigerador que al parecer ya tiene algunos años, pero sigue funcionando bien a la familia. La cocina es amplia y la ventana la ilumina bien, es fresca gracias al aire que se cuela por la ventana y la puerta del patio.

4.4. Descripción del proceso de cocinar

La solicitud para la observación en el momento de cocinar se realizó a todas las mujeres desde que se describió el proceso que se seguiría en el desarrollo del trabajo de campo. Reiteradamente se recordaba y se explicaba a detalle la tarea de observación para que una vez concluidas las entrevistas se pasara a esa etapa de la investigación.

Pedirles a las mujeres la posibilidad de observar los procesos de elaboración de alimentos para sus familias resultó ser estimulante para ellas. Casi todas se mostraron entusiasmadas por ello, como si fuera una oportunidad de demostrar sus habilidades en la cocina y de hacer de una tarea cotidiana, un momento especial. A juicio de la investigadora, daba la impresión de que se sentían entusiasmadas ante el hecho de que alguien considerara ese acto lo suficientemente importante como para hacerlo motivo de un estudio científico. Se les hizo hincapié en que lo ideal era que fuera un momento lo más parecido a su vida natural y cotidiana; sin embargo, para la mayoría, la observación presentaba una oportunidad de mostrar afecto y exponer con orgullo sus habilidades culinarias.

Generalmente, el proceso que las participantes llevaron a cabo para cocinar fue lo suficientemente similar como para englobar las observaciones en una sola descripción del mismo, haciendo la aclaración de las diferencias particularmente significativas de cada uno de los procesos según fuese el caso. Al llegar el día de la observación, las participantes tenían listo su escenario de acción. En algunos casos, comenzaban un poco antes de la hora programada y se encargaban de brindar detalle del proceso que habían llevado a cabo. En otros casos, antes de cocinar, me ofrecían tomar algo, principalmente agua o café.

Es relevante comentar que la hora en la que todas a excepción de doña Bety (desayuno) y doña Linda (cena) decidieron participar, fue el almuerzo, por lo que casi todas las preparaciones eran comidas que requerían cierto grado de elaboración para después ser consumidas por la familia. Estas comidas implicaban algunos pasos a seguir que demostraban el conocimiento, experiencia y paciencia de las mujeres autoras del guiso, lo cual se podía observar en el modo experto en que las mujeres se movían dentro de su cocina, en el conocimiento que tenían sobre los momentos adecuados para añadir o retirar algún ingrediente, las cantidades de ciertas especias agregadas sin medida exacta, sino por intuición. El momento de iniciar la participación era muy sencillo, casi todas permitieron que se les apoyara en la elaboración de sus alimentos y sonreían orgullosas cuando les solicitaba tomar alguna fotografía de sus preparaciones.



Figura 11. Ingredientes para elaborar Chilmore. Doña María



Figura 12. Mezcla para agregar al Mole poblano. Doña Ana



Figura 13. Salpimentado en proceso. Doña Elsa.



Figura 14. Ensalada “Rusa” lista para servir. Doña Tita



Figura 15. Selección de ollas favoritas de Doña Bety



Figura 16. Fogón de doña Bella



Figura 17. Gaveta de cocina de doña Linda



Figura 18. Mesa de servicio y estufa de doña Laura



Figura 19. Olla en leña, preparando Pollo en pebre. Doña Laura



Figura 20. Frijol colado con cebolla frita y manteca de cerdo, calentado a la leña. Doña Paty

Todas las tuvieron la gracia de contar con detalle el proceso adecuado para cocinar el platillo que se estaba elaborando, entrelazado con historias de su familia y de cómo obtuvieron ese aprendizaje, así como sus explicaciones de cada pequeño paso por realizar. En todos los casos utilizaban instrumentos de cocina que son muy comunes, como la licuadora. En el estrato bajo, lo más común y también lo preferido es el uso de la leña, las personas consideran que deja mejor sabor a la comida y su accesibilidad la convierte en un buen instrumento para obtener fuego. En cuanto a los utensilios, se usaban prácticamente los mismos, cucharones, cuchillos, espátulas, los materiales de los que estaban hecho cambiaban principalmente debido al estrato socioeconómico, en el estrato alto y medio utilizaban de acero o bambú y en el estrato bajo era más frecuente el plástico o el metal de cierta antigüedad. En casi todos los casos utilizaban algún producto industrializado, ya fueran aderezos, recados o incluso versiones ya preparadas de lo que se iba a cocinar, como la salsa de tomate para espagueti, que utilizó doña Laura. Todo esto hace reflexionar sobre el hecho de que los platillos tradicionales se continúan preparando, pero se han adaptado los ingredientes para dar paso a la integración de los productos industrializados, especialmente los recados.

Durante la preparación de los alimentos, las mujeres tendían a hablar de sí mismas, de sus vidas, de historias aparentemente no relacionadas con los alimentos

pero que, de cierto modo, éstos lograban evocar. La mención a las madres fue uno de los puntos en común más importantes, ya que, en todos los casos, ellas surgían en la plática, dado que son las principales personas que participaron en la educación culinaria de las mujeres. También las abuelitas fueron mencionadas, aunque con menos frecuencia, ya que no todas las mujeres tuvieron contacto con ellas. A modo de impresión personal, el tiempo de cocina, cuando se comparte, suele generar ciertos vínculos, aunque sea momentáneos, en los que se percibe un ambiente de confianza, introspección, recuerdos y ganas de contar quién se es y de dónde se viene.

4.5. Las primeras experiencias en la cocina

Explicar las habilidades y conocimientos actuales, en algunos casos abrió la oportunidad de hablar acerca de los primeros acercamientos que las mujeres tuvieron hacia la tarea de cocinar para ellas mismas y para otras personas. En primera instancia, doña Bella reflexionaba acerca de la manera en que tuvo que aprender a cocinar, comentaba que no se sentía lista, ya que aún era una niña de aproximadamente seis años, y que su madre, al tener que laborar toda la mañana en la milpa familiar, la dejó encargada de la preparación de los alimentos y al cuidado de sus hermanos menores. Doña Bella no sabía prácticamente nada de cocina, y tuvo el apoyo de una anciana que era vecina de la familia y quien con paciencia y cariño, le explicaba los pasos a seguir para elaborar las preparaciones, dado que su madre no le daba instrucciones detalladas. De esa forma, a muy temprana edad, tuvo que aprender todas las reglas de la cocina, a encender la leña, colocar las ollas, a veces muy pesadas, poner la carne a cocer, cortar las verduras. Doña Bella considera que gracias a eso ahora ya no se siente tan atraída por la idea de cocinar, no es algo que le disguste, pero tampoco siente que disfrute demasiado.

Por su parte, doña Tita, explicaba que ella nunca se había tenido que preocupar por la preparación de los alimentos, sencillamente porque no era algo que ocupara un lugar importante en su vida, incluso, comentaba, algunos días se olvidaba de comer, entre todas las actividades que sus estudios y deporte le exigían. Cuando decidió casarse con su esposo, se dio cuenta de que no sabía prepara nada y sabía que él era el tipo de persona que prefería la comida casera, así que decidió dedicar las mañanas a

aprender a cocinar. Para ello, todos los días se sentaba en la cocina con su madre, con libreta y lápiz a la mano, primero a tomar los apuntes necesarios y conforme fue sintiéndose lista, a participar en las preparaciones que su madre realizaba, ayudando en el corte de los vegetales, las carnes, aprendiendo proporciones de los diferentes ingredientes necesarios para cada platillo. Tardó dos meses aprendiendo a cocinar, y en sus palabras, una vez que aprendió, estaba lista para casarse. Esto se analiza en el siguiente capítulo.

Doña María, creció en una familia muy tradicional, en la que su abuela materna se encargaba de todo lo relacionado con la preparación y selección de los alimentos. Su abuela solía ir al mercado más cercano a su hogar todos los días, para comprar los ingredientes más frescos que pudiera encontrar y dedicaba muchas horas de su vida a la preparación de alimentos para las nueve personas que vivían en su hogar, incluyendo el agua fresca y el postre para después de comer. Doña María observaba todo eso siendo niña y adolescente y comenta que jamás sintió el interés por aprender, a menos que fueran recetas que verdaderamente disfrutara consumir, como la receta para preparar horchata casera o las tablillas para chocolate caliente. Sin embargo, pudo aprender algunas preparaciones únicamente a través de la observación, sin poner a la práctica los aprendizajes, dado que no era necesario porque su abuela no le permitía cocinar. Una vez que se casó, se vio en la necesidad de aplicar esos conocimientos, y aunque tuvo apoyo de su madre, muchas cosas las recordaba directamente de las observaciones que hizo a su abuela. Actualmente disfruta la tarea de la cocina, y le gusta consentir a su familia y personas queridas a través de sus preparaciones. La comida es algo muy importante en su vida.

Doña Linda considera que la comida y la cocina son el centro de su vida. Siente que a través de ella logra expresar su identidad, su persona. Recuerda que siempre le interesó ver cómo su madre cocinaba, y al pertenecer sus padres a dos culturas diferentes (madre oaxaqueña y padre yucateco) tuvo la oportunidad de adentrarse en mundos diferentes pero muy ricos en cultura, significados y emociones, siendo ella lo suficientemente sensible como para percibirlos y apreciarlos. Doña Linda percibe que su mundo ha sido marcado por los alimentos, no recuerda una etapa de su vida en la

que no fueran centrales. Resulta particularmente inspiradora la manera en que doña Linda se expresa sobre los alimentos y el modo en que han marcado su vida.

4.6. Las familias descritas a través de la tarea de cocinar

La madre de familia hablando acerca de cómo se desarrollan las tareas que implica la cocina o el conseguir los alimentos de cada día, describe colateralmente el tipo de actividades, preferencias, necesidades, ideales, etc. que tienen los miembros de la familia. Principalmente se puede observar que la hora del almuerzo es un momento crucial en la mayoría de las familias, que intentan compartir juntos, y que algunas veces resulta imposible hacerlo debido a las actividades de cada miembro, entre ellas el trabajo o la escuela. Existen algunas ideas, que serán abordadas en profundidad en el capítulo siguiente, que también explican los motivos que las mujeres tienen al decidir qué cocinar, por ejemplo, el cuidado de la salud de los hijos ya sea porque ellos piden comidas que contribuyan a mantener una figura esbelta o porque las madres se preocupan por darles alimentos que los mantengan nutridos.

Esto último se relaciona con las preferencias de los hijos o nietos, y la influencia que ellas tienen sobre las decisiones que se suelen tomar por las mujeres al cocinar o comprar los alimentos de cada día. Existen algunas diferencias entre los gustos de las personas mayores y los más jóvenes, quienes tienden a rechazar las preparaciones tradicionales y a preferir los platillos globalizados como pizzas, hamburguesas, sushi, etc. aunque esas preferencias no siempre son cumplidas por las madres, muchas veces limitan el rango de opciones que pueden cocinar, al menos así es su percepción, por ejemplo, optan por elaborar algún platillo sencillo como pollo a la plancha con verduras y arroz, que no es tradicional ni se considera globalizado por el tipo de ingredientes que lleva; las comidas con caldo y muy elaboradas como el relleno blanco, chilmole, mechado, son menos deseadas por las nuevas generaciones.

La situación ideal, para todas las mujeres entrevistadas, era el poder consumir los alimentos todos juntos y al mismo tiempo, esto con el fin de poder fortalecer los lazos afectivos y la comunicación. En algunos casos se comenta que hace unos años, este momento solía ser el almuerzo, pero ahora, con el ritmo de vida actual, ha comenzado a ser la hora de la cena, en la que casi todos ya se encuentran en casa para

poder compartir juntos las experiencias de cada día. Generalmente esas comidas compartidas, suelen ser muy apreciadas por las mujeres, quienes consideran que es el momento de mayor unión familiar.

4.7. El espacio relacional en torno a los alimentos

Hablar de comida es hablar de un espacio social, no importa el momento ni el lugar, comer y cocinar expresan quién se es en el mundo donde se vive. Compartir ese espacio con personas -prácticamente- desconocidas implica abrir la puerta a la historia de vida que lleva a cada persona a ser quien es en un momento determinado. Esta realidad no se pudo ser ajena al observar y participar del espacio y tiempo de alimentación con las mujeres participantes. Se dieron dinámicas variadas en cuanto al modo de cocinar, el grado que se permitió para colaborar en la tarea y la profundidad de las explicaciones de cada proceso culinario. Sin embargo, es posible enlistar una serie de características que se percibieron al momento de convivir:

1. La desconocida deja de serlo: aunque en algunos casos al principio pudo resultar un poco incómodo, o más bien, extraño el tener a una persona por apenas segunda o tercera vez en casa, con la consciencia de estar siendo observada, poco a poco las mujeres fueron soltando y comenzando a compartir. El vínculo que se genera implica confianza, poco a poco las personas bajan la guardia y se dejan llevar por el mar de conocimientos, recuerdos e historias que se relacionan con sus alimentos. Comenzaban a reflexionar acerca de sus aprendizajes, hablan sobre las personas importantes en sus vidas en su proceso de iniciación en la tarea culinaria. Fue muy frecuente descubrir miradas de orgullo, de anhelo, e incluso de tristeza cuando se hablaba de aquellas personas que ya no se encontraban con vida. De pronto, la investigadora deja de ser quien busca comprender y son las personas mismas quienes indagan, se cuestionan y encuentran significados en sus conductas.
2. La comida abre espacio para contar historias de vida: invariablemente, incluso sin abrir explícitamente el tema, las mujeres hablaban de su vida en función de los alimentos. El detonante podía ser un ingrediente, una olla, un uso particular de alguna especia... algo en sus movimientos alrededor de la cocina abría la posibilidad de buscar explicaciones en el pasado. Algunas veces era para rescatar algún conocimiento, para

explicar el porqué de una acción al momento de cocinar. Muchas veces iniciaban con “cuando yo era niña...” y a continuación surgía su maravillosa historia de acercamientos ya sea amorosos o intempestivos ante la cocina. Al justificar sus conocimientos o creencias, las mujeres contaban parte de su historia de vida, hablaban de su persona ante esos conocimientos; era posible notar actitudes de aceptación incondicional de las enseñanzas (principalmente maternas) o de cierta rebeldía o audacia para probar cosas diferentes. Explorar sus habilidades en la cocina y sus decisiones, de cierta manera les daba claridad para comprender y extender sus conductas a otras áreas de sus vidas, incluso, a las historias de vida de sus hijos. Verse a través de las descripciones que hacían de sí mismas y sus experiencias, les permitía explicar en parte, situaciones de vida tan delicadas como un divorcio, o su papel como esposa, o sus responsabilidades auto percibidas como madres de familia. Esto último se retoma en el siguiente capítulo al hablar del papel de las mujeres frente a la responsabilidad de los alimentos, desde el punto de vista de las participantes.

3. Hablar de cocina permite echar un breve vistazo al vínculo materno: ya sea por la presencia constante del papel materno o por su ausencia; hablar de cocina con las participantes, implicó hablar de su madre. La madre juega un papel fundamental en la transmisión de conocimientos. Considerando que en la cultura tradicional yucateca se ha puesto en las mujeres la principal responsabilidad de alimentar a la familia, no necesariamente haciéndose cargo de los gastos o del trabajo, de conseguir los ingredientes, pero sí de transformarlos, de generar con ellos platillos que la familia disfrute y que le nutran. Las participantes eran capaces de reconocer la notable influencia que tuvieron y siguen teniendo por parte de su madre, comparan sus conductas alimentarias con las de ella, la reconocen y honran a través de la repetición de algunas de sus costumbres. En ciertos casos, la figura materna es representada por otra mujer, ya sea como sustituta o como complemento a sus aprendizajes. Esta información se profundiza en el apartado donde se analizan a las personas las transmisoras de conocimiento, en el capítulo siguiente.
4. Analizar el ejercicio de cocinar implica describir a la familia: mientras las participantes hablaban de sus horarios, costumbres en la mesa, objetivos de sus preparaciones, poco

a poco describían también su vida familiar y las características de los integrantes de la familia. De cierto modo, comenzaban hablando de las preferencias alimentarias de sus hijas o hijos y continuaban hablando de sus características de personalidad e incluso, de su situación de vida. Describían rutinas, obligaciones, gustos particulares y ciertos rituales que influenciaban o se veían influenciados por la necesidad de alimentarse. Las mujeres lograban pintar claramente una descripción que mostraba el contraste entre su familia de origen y su familia en la actualidad, lo cual se relaciona directamente con el punto siguiente.

5. Hablar de alimentación es hablar de la vida cotidiana y su evolución: En algunos casos se mostraban reacias a comprender la evolución que implica el paso del tiempo por el espacio social. La creación de nuevas necesidades laborales, sociales, las nuevas expectativas que se asientan en los hijos, en las mujeres, las nuevas tareas y papeles de los abuelos con respecto a sus nietos y la nula “jubilación” del papel de educar, son algunos de los temas que surgieron. Se hablaba de la percepción de desintegración familiar causada por las necesidades laborales que impone el modelo económico vigente y de cómo percibían la pérdida de algunas costumbres que compartieron con su familia de origen, pero que ya no pueden compartir con su familia actual sencillamente porque el tiempo es un factor que juega en su contra, como el hecho de almorzar en familia, de enseñar a cocinar a sus hijas o hijos, o comer con calma y disfrutando de alimentos caseros y frescos. Hablaban de los cambios en las opciones alimenticias y lo que consideran que son, las consecuencias de esos cambios.
6. El espacio compartido para cocinar abre la conversación hacia temáticas no relacionadas directamente pero que reflejan, de cierta manera, la construcción incipiente de un vínculo afectuoso. Es decir, la conversación deriva lentamente en temas alejados, al menos en apariencia, del tema de la alimentación. Muchos de esos temas exigen cierto grado de confianza en la persona que escucha. Por ejemplo, una de las mujeres comenzó contando la rutina familiar en torno a la alimentación y en algún punto de la conversación compartió ciertas inquietudes en cuanto a la vida sexual entre ella y su esposo. Otra de las mujeres, habló también del modo en que había decidido soltar los roles femeninos impuestos por la sociedad y asumir valientemente las

consecuencias que eso implicó para su vida. Como se puede observar, son temas profundamente íntimos, que no se suelen comentar con cualquier individuo. Sin embargo, el ambiente generado al compartir como mujeres, dentro de la reflexión de temas de alimentación, invitó a las personas a ir más profundo en su análisis y así ser lo suficientemente valientes para compartir asuntos de su vida privada.

Es por todo lo anterior que se denota la amplia influencia que los procesos culturales tienen en torno a la alimentación dado que, al ser un elemento multifactorial del ser humano, permite la interacción y expresión de diversos elementos sociales propios del contexto en el que se desenvuelve la persona. Asimismo, queda expuesta la influencia de los aspectos emotivo y psicológico de las personas en lo relacionado con los alimentos, lo cual demuestra el fuerte vínculo que la alimentación guarda con la parte más humana y social de las personas.

Capítulo 5. Diálogos en torno a la alimentación.

En este capítulo se presentan los hallazgos de la investigación con el fin de brindar una descripción general de la información obtenida a través del trabajo de campo a partir de las entrevistas realizadas. Los temas se refieren principalmente a tópicos que expresaban significados o creencias en torno a las conductas alimentarias; se encuentran expuestos por apartados que corresponden a las categorías de análisis, dentro de los cuales se describe cada uno en función de los estratos socioeconómicos y los tipos de familia analizados.

5.1. Expresiones prácticas de las funciones sociales del alimento

Recordar que el acto alimentario por sí mismo es un fenómeno social, pone al lector en buena disposición para la comprensión de los otros elementos sociales que tiene como resultado o que, de cierto modo, influyen sobre él. En las personas, esas influencias se reflejan en las conductas alimentarias que demuestran. La comida representa para las personas un factor de unidad, de expresión de preferencias y diferencias; comer representa simbólicamente quién se es en el mundo y también cómo se ve al mismo (Elvridge-Thomas, 2010).

En esta tesis, el factor social es por mucho, uno de los principales elementos que las personas asocian con la alimentación, tiene un profundo impacto en las conductas alimentarias ya que influye de manera decisiva para el desarrollo de la vida familiar. Se identificaron ciertas diferencias entre los estratos socioeconómicos, sin embargo, la expresión de afecto es un elemento que atraviesa todos. El alimento y el acto de prepararlo para alguien es una manera explícita de demostrar amor. Las personas reconocen esto de manera consciente, se enorgullecen cuando sus platillos son agradables para las personas a quienes aman, especialmente sus familiares. Se preparan platillos especiales cuando las ocasiones así lo ameritan, se tienen consideraciones sobre los alimentos favoritos de los miembros de la familia y se cocinan con el único objetivo de generar felicidad en aquellos; esto más allá de los beneficios (o desventajas) nutrimentales que aporten, aspecto poco considerado al momento de la preparación.

En las familias pertenecientes al estrato alto, la preparación de los alimentos funge como un medio de aprobación en el papel que la madre cumple dentro de la familia. Es a través de la degustación y posterior elogio que la familia reconoce el esfuerzo de la madre y el modo en que ella ve pagados sus esfuerzos. Se observa que el papel de la madre es proveer los alimentos transformados en preparaciones que la familia disfrute.

Pues sí ha tenido una función muy de aprobación, muy importante con mi esposo, de que le gustara y de -está bueno no está bueno-. Él siempre me ha dicho que está riquísimo, sí me importa mucho que digan cómo está mi comida - ¿Y no me van a decir nada? ¿Está bueno? -Mare nadie dijo nada- (Entrevista Tita, 38 años, estrato alto, familia nuclear).

En la familia extensa, donde los hijos mayores de edad trabajan o tienen actividades fuera de casa, las cuales les impiden encargarse de la preparación de sus alimentos, la madre cumple un papel de apoyo muy importante. Ella continúa encargándose de velar por la alimentación de sus hijos, para que ellos puedan desarrollarse en sus actividades sin tener esa preocupación, por lo menos hasta que ellos salgan del hogar familiar o incluso como apoyo intergeneracional cuando los hijos se casan.

Otra de las funciones sociales que cumple el alimento para este estrato es la generación de unión familiar, los momentos de compartir el alimento se vuelven un tiempo que las personas comparten. Sin embargo, se percibe como algo que paulatinamente se ha ido perdiendo, debido al acelerado ritmo de vida que se lleva y se expresa la inconformidad con ello.

Cada quien está por su lado, desgraciadamente así es, en la noche también, fíjate que llega un momento en el que ya no hay esa reunión, esa unión de sentarnos a comer juntos, no se da (Entrevista, doña Elsa, 54 años, estrato alto, familia extensa).

Esto también se expresa en el estrato medio, pues el discurso gira en términos de que la comida funge como un mecanismo de unión social, tanto en la familia como

con las amistades. Se designa al alimento como el instrumento perfecto para hacer aún más importantes o trascendentales las reuniones.

Por otro lado, cuando se trata de cocinar para alguien se busca expresamente que esa persona se sienta tan elogiada con la preparación, como una muestra fehaciente de lo mucho que se le aprecia. Asimismo, se busca generar comodidad y agradecimiento en la persona elogiada.

Por ejemplo, cuando viene un primo, que no viene tan seguido, mi intención es que quiera volver a venir, que le den ganas de estar con nosotros, que no se fastidie, por ejemplo, de comer lo mismo y con otras personas pues también, si invito personas que por lo general no cocinan entonces quiero hacerlas sentir bien con la comida que les dé. Y aparte yo a mi comida sea de diario, de cada mes de cada cuando, todos los días le pongo mucho cariño para cocinar (Entrevista, doña María, 54 años, estrato medio, familia extensa).

Un elemento que únicamente surgió en el estrato medio, fue utilizar la comida como medio de remembranza de algún ser querido que ya falleció, esto en momentos diferentes a las tradiciones propias de la cultura yucateca de día de muertos (Hanal Pixaan). Por ejemplo, en la fecha de nacimiento de la persona fallecida se reúne la familia para preparar y comer juntos la comida favorita del difunto y evocar recuerdos de él.

En mi casa en Muna, que a mi papá le encantaba el relleno negro, pues cuando es su cumpleaños, aunque ya falleció, se hace relleno negro y lo disfrutamos todos y nos acordamos de él y todo (Entrevista, doña Ana, 49 años, estrato medio, familia nuclear).

El simbolismo propio de esa tradición familiar permite comprender la importancia que tiene la comida como medio de unión familiar, de expresión de afecto y de cómo, a través de la comida, las personas logran sentirse cerca de familiares que ya incluso han fallecido.

Otro elemento social que se manifestó fue la educación en valores típicos del estado de Yucatán, que dicta a la persona portarse de manera cordial con los demás,

especialmente cuando alguien ofrece alguna preparación hecha por él mismo, aceptarla y agradecer, para demostrar la buena educación:

Es cuestión de educación cuando estoy de visita en algún lugar o voy a una fiesta, no sabes qué te van a dar ni cómo te lo van a dar, pero te lo comes porque es la comida de fiesta. Porque para mí es la forma como me crecieron, es la educación que me dieron mis papás, de que -Sabes qué, en tu casa puedes escoger, pero fuera comes lo que te den porque tú no sabes cuánto gastó, cuánto sacrificó la persona que te está invitando-, entonces es una forma de agradecer su esfuerzo, es comiéndote lo que te dé, principalmente si te gusta y puedes sinceramente alabarlo, o podrías no decir nada, ¿verdad? Comerlo y ya, pero si te gustó sí, pero por lo general sí son comidas sabrosas, aunque diferentes a las tuyas y entonces tú le dices -oye qué rico-, a veces hasta la receta te dan (Entrevista, doña María, 54 años, estrato medio, familia extensa).

Se reconoce la importancia del alimento en el aspecto cultural. Existe sensibilidad y consciencia de los fenómenos culturales y los significados del alimento, así como del valor de identidad que distingue al mismo, en todas partes de México y el mundo. En el estrato bajo, esto se da de manera explícita, se considera que los alimentos tienen una carga cultural muy importante, que expresan las tradiciones y hablan acerca de la identidad en cada lugar. Una de las maneras en que esto puede observarse, es a través de las tradiciones que se relacionan directamente con los alimentos, como es el caso del Hanaal Pixan, que en casi todas las regiones de Yucatán se da del 31 de octubre al 2 de noviembre, y la celebración más común es poner altares en los que se sirven comidas especiales para las personas queridas que ya han fallecido, junto con su foto. Entre esas comidas, se suele poner dulces tradicionales, que incluso, no necesariamente se consumen el resto del año, porque ya no es tan común su consumo, pero en estas fechas sí se tienen en los altares; además se prepara el tradicional Pib, que es la comida más importante de estas fechas, y que incluso su preparación constituye una celebración en muchas familias, ya que se reúnen para prepararlos, en algunas familias, incluso los hombres cumplen tareas para llevar a cabo esta preparación.

La comida tiene mucho, o sea, la gastronomía tiene mucho que decir, tiene mucho significado, tiene un valor como quien dice, cultural de cada estado, tiene valores, por ejemplo, muy especiales (Entrevista, doña Bella, 48 años, estrato bajo, familia uniparental).

Pudiera considerarse que las personas pertenecientes a los estratos medio y alto tienen la certeza de que los alimentos no escasean, y por tanto no sirven únicamente para saciar el hambre, sino que pueden ser utilizados como medios de satisfacción, sin considerar los aspectos nutricionales a pesar de que cuentan con el apoyo de profesionales de la nutrición.

No me gusta la carne de res, no me gusta mucho porque la siento muy seca, eso me influye, los sabores, la carne de puerco para mí tiene mucho más sabor que la carne de res o la carne este, la pechuga por ejemplo, no tiene mucho sabor, tiene más sabor una pierna, un muslo, (risas) el pescado aunque pudiera parecer para muchos muy simple, la verdad sí me gusta y he descubierto que el atún, no de lata, sino el filete en ensalada y carpaccio o así, que de verdad en mi vida y últimamente, que rico está bueno no tienes idea. Hay un lugar que se llama Taninos que está aquí cerca por la Colonia México, que súper recomiendo la ensalada de atún, no sabes, como con naranja, el aderezo riquísimo, eso y pues igual y yo no me he dado, así como la tarea, en algún momento he comprado libros, recetarios que dicen “comida saludable” que básicamente son puras ensaladas y así o filetes, muchos filetes a la plancha, muchas cosas a la plancha, no lo hago. No le encuentro el sabor (Entrevista, doña Tita, 38 años, estrato alto, familia nuclear).

Los significados de los alimentos varían dependiendo de cada persona, culturalmente pueden existir algunos significados comunes, como las preparaciones que se realizan en días específicos del año, o según marca la costumbre, en algún día de la semana, aunque cada vez es menos frecuente que se respete el consumir una misma comida dependiendo del día. Sin embargo, aunque no todas las personas perciben los mismos significados de manera consciente, parece ser que sí se considera su carga emotiva:

Las comidas son cómo... todo en la vida, a veces expresan muchas cosas hay personas que saben que les gusta algo y lo hacen porque, lo demuestran con la comida, entonces, sí tiene mucho que ver también. Pero no tengo mucha experiencia en esos aspectos. Pero sí, de que tengo conocimiento de que las comidas como dicen, enamora mucho el sabor pues sí, y a las personas igual porque, por ejemplo, hay postres, hay comidas, bebidas. Todo eso tiene mucho significado para muchas personas... (Entrevista, doña Bella, 48 años, estrato bajo, familia uniparental).

5.2. Actores de transmisión de conocimiento

Todas las personas que se encargan de preparar los alimentos en casa han tenido influencias importantes en el desarrollo de sus habilidades, hábitos y preferencias; es a esas personas a quienes se denomina actoras de transmisión de conocimiento, y son quienes han participado con mayor influencia en el modo en que las mujeres participantes se encargan de la preparación de sus alimentos. Es importante remarcar el hecho de que, en todos los casos, las mujeres recibieron esos conocimientos de parte de otras mujeres, mayores a ellas, no hubo ningún caso en el que los aprendizajes se dieran desde alguna figura masculina, lo cual es consistente con el papel tradicional que jugaban las personas mayores a las participantes, dado que se encontraban en un momento histórico en el que el rol femenino se centraba en las tareas del hogar, y que, por supuesto, la comida y la alimentación familiar, fungían como una de sus principales labores (Márquez & González, 2017).

La naturaleza de la relación de las actoras de transmisión de conocimiento con las participantes es variada, ya que generalmente se habla de las madres y abuelas, pero tiende a cambiar en el estrato socioeconómico bajo, en el que las madres solían salir a trabajar para contribuir a los ingresos del hogar y no estaban presentes para tal menester. En esos casos, se menciona a alguna vecina o conocida de la familia, con las cuales además de aprendizaje, se generó un vínculo fuerte de cariño.

...ella me decía, hija esto vas a hacer, ella me decía hija, y cuando ella tenía tiempo, me decía vente a la casa el sábado porque vamos a preparar algo y así yo iba a su casa y preparábamos pastel y preparábamos cosas y ella me

enseñaba. Un día hubo un concurso en La Alborada y me gane una vaporera grandota con todo, ella me enseñó a hacer un pastel de carne (Entrevista, doña Laura, 32 años, estrato bajo, familia nuclear).

En las familias de estrato alto, se menciona a la madre como la principal transmisora de conocimientos culinarios o como el principal ejemplo a seguir en el ideal de convertirse en una buena esposa, o buena madre. En esas familias, la abuela (madre de la participante) funge como la figura que representa la mejor cocina, pues es común que los miembros de la familia se reúnan para compartir los alimentos con ella. también existe cierto grado de amor nostálgico por la comida que prepara la abuela y los momentos en que sus preparaciones fueron motivo de unión familiar, se expresa con suma claridad, el poder de vinculación que tiene el compartir el alimento con seres queridos como los abuelos.

Además de los modos de cocinar, las conductas alimentarias de toda la familia se ven influenciadas por las actoras, desde el momento de elegir un ingrediente, dónde comprarlo, de qué manera prepararlo para que sea cocinado, dado que aprendieron esas conductas desde que eran niñas acompañando a su madre a hacer las compras. Ahora bien, algunos de esos aprendizajes no se pueden reproducir en la actualidad, debido a que ciertas tiendas ya no existen, o ya no cumplen con los estándares de calidad esperados, esto es algo que se da en todos los estratos socioeconómicos y en todos los tipos de familias.

5.3. El papel de la mujer en la alimentación familiar

Tradicionalmente se ha considerado a la mujer como el pilar esencial en las tareas del hogar, crianza de los hijos y particularmente, en todo lo relacionado con la alimentación de la familia. Es a la mujer a quien históricamente se le ha visto en la cocina realizando las preparaciones que posteriormente su familia consumirá. Este rol, al ser una asignación social a la figura femenina, por mucho tiempo no fue cuestionado, lo cual se deja ver en los diálogos en torno a la alimentación, ya que en el discurso de las participantes se expresa cómo a través de las generaciones, han sido las mujeres quienes se han encargado de enriquecer y transmitir los conocimientos y las habilidades de la cocina (Márquez & González, 2017).

Desde una perspectiva de género se puede comprender que la inequidad social de los roles asignados a hombres y mujeres ha propiciado y mantenido ese papel, y que se basa en el entendimiento de que las mujeres tienen la responsabilidad de criar y velar por el bienestar de los hijos, del esposo (en su caso) y de la familia. Sin embargo, se pueden observar actualmente, importantes cambios sociales que se han impulsado a partir de la visibilización de esas inequidades que han cuestionado tal situación. Sumado a ese fenómeno social, está la necesidad económica de que ambos cónyuges laboren en actividades fuera del hogar. Por lo tanto, se observan tres vertientes: mujeres que laboran fuera del hogar y no se encargan ya de la crianza familiar como únicas responsables, mujeres que laboran fuera del hogar, pero aún se atañen a los preceptos sociales y el menos frecuente, mujeres que no laboran fuera del hogar y se dedican por completo a las tareas caseras. Entre las participantes se pudieron observar las tres vertientes, aunque de las nueve, solamente una había optado por no laborar fuera del hogar (doña Ana), y en el caso de doña Bella, en el momento de las entrevistas se encontraba desempleada y su situación de vida, le complicaba poder acceder a un trabajo, incluso informal; sin embargo, era algo que ella deseaba y buscaba.

En el discurso de todas las participantes, se denota que la responsabilidad de la comida sigue siendo completamente de ellas, no necesariamente como una obligación irrevocable, sino más bien porque se sienten cómodas en el cumplimiento de la tarea, que, aunque puede llegar a ser cansada, hablan de ella con una emoción que demuestra que no es un obstáculo. Ahora, no es la tendencia de la autora el decir que se sienten completamente satisfechas, sino más bien, se generó la impresión de que las mujeres participantes hablaban de su tarea en la cocina como algo que forma parte de ellas, de cierta manera como una tarea íntima que, aunque requiere esfuerzo, les causa satisfacción el ver a su familia disfrutando y reunida para compartir los alimentos.

...nos gusta mucho poner música, cocinar además para mí es una actividad placentera, no solamente que me guste comer, me gusta cocinar, me abstraigo, puedo estar cocinando y pensando en mil cosas, ni el teléfono reviso, a veces pongo ahí mi música o pongo videos de cocina, como esta chico mi teléfono pongo en mi teléfono la música y luego agarro la tableta de mis hijas y ahí lo

pongo para que yo pueda ver lo que se tiene que hacer, entonces sí, cocinar es muy importante para mí y comer más y repartirlo igual... (Entrevista, doña Linda, 40 años, estrato alto, familia uniparental).

Sin embargo, en algunos casos se observa también cierto cuestionamiento del papel que juegan como las encargadas de la alimentación. En ese sentido, algunas mujeres se cuestionan el por qué han seguido el dictado que la sociedad les impuso, y son capaces de verlo como tal, al grado que, de cierta manera, reconocen que no están dispuestas a continuar aceptándolo ni mucho menos, transmitirlo a sus hijas. Particularmente, las mujeres de estrato alto comentan que la incursión al mundo laboral ha exigido alejarse de las tareas del hogar, o simplemente los intereses apuntan hacia un desarrollo personal que no siempre es compatible con los papeles tradicionales que se acostumbraban en Mérida, e incluso el rompimiento con esa responsabilidad, puede implicar el fin de un matrimonio.

...antiguamente las mamás pues eran muy sacrificadas, es la verdad, lo reconozco, hacían de todo, ellas todo, todo. Pero ya la generación como la mía ya rompimos eso, siempre lo platicamos amigas y mis hermanas, creo que somos el intermedio y por eso hay muchos divorcios, porque estamos rompiendo esa cadena de hacer todo en la casa, ser pulpos. Yo dije un día ya no, ya no, que cada quien se ocupe de sus cosas porque yo ya no puedo más. Ya no puedo más y lo que se tenga que romper y los que se tengan que ir de mi vida que se vayan... (Entrevista, doña Elsa, 54 años, estrato alto, familia extensa).

Además, el interés de las mujeres más jóvenes por dedicarse a los papeles tradicionales cada vez es menor, y eso es apoyado por sus madres, quienes las empujan a explorar horizontes que les permitan una realización personal diferente a la tradicionalmente familiar. Es mucho más común el fuerte interés personal y el empuje social para formarse académicamente y seguir los esfuerzos por la creación de espacios laborales igualitarios. Aun así, el pensamiento que impone a las mujeres la responsabilidad de mantener ese rol tal vez no se exprese de manera explícita, pero continúa siendo vigente, aunque con ciertos cambios y cuestionamientos hacia el mismo.

A Laura (hija) no le gusta cocinar, sí a momentos prepara algo rapidito, pero no le gusta cocinar, a lo mejor le llegará su día que quiera hacerlo, pero no obligada ni nada. No obligada, ella hace sus cosas, ella se entiende con sus cosas (Entrevista, doña Elsa, 54 años, estrato alto, familia extensa).

Por lo tanto, es necesario comprender que, como menciona Marín (2013), dado que la alimentación es inalienable a la cultura y ésta, al evolucionar, ha generado nuevos roles femeninos frutos de la modernidad. Todo ello ha llevado a consecuentes transformaciones en la alimentación familiar, al incorporar productos industrializados que antes no se consumían, y debido a estos se han generado cambios en la dieta. Sin embargo, aun así, es visible la asignación de roles muy antiguos a ambos sexos, siendo las mujeres, quienes cargan con una mayor responsabilidad sobre las decisiones de qué y cómo se prepara el alimento en casa; los cambios que la cultura ha tenido no son suficientes para que, como sociedad, se logre desprender el rol femenino de la tarea alimenticia, y la ausencia de los hombres en la cocina, como tarea obligada, sigue siendo evidente.

5.4. Cambios percibidos en la alimentación

En este apartado se expondrán los cambios en la alimentación que las personas entrevistadas han observado a lo largo del tiempo. Se presentan de igual manera, las explicaciones que dan a esos cambios y el modo como han percibido que les afecta en sus vidas cotidianas. El estrato socioeconómico juega un papel determinante, dado que muchos de los cambios que las personas comentan tienen que ver con el poder adquisitivo de cada familia. En el estrato alto, las personas comentan que los cambios se dan debido a que la variedad de productos disponibles, lo que ha generado el interés por el consumo de alimentos diferentes a los meramente tradicionales. Asimismo, se percibe que esa variedad influye principalmente en los hijos, y que son ellos quienes introducen a los padres para probar comidas nuevas. Un elemento que surgió como explicación a esos cambios es el estilo de vida y las obligaciones laborales a las que las familias se encuentran atadas. Las jornadas laborales largas obligan a las familias a encontrar maneras nuevas para satisfacer sus necesidades alimentarias, ya sea

comprando comida en vez de cocinar, o encargando sus preparaciones a empleados domésticos.

Es en el estrato alto en el que se cuestiona más el papel tradicional de la mujer como la principal responsable de la preparación de los alimentos. Sin embargo, a pesar de ese cuestionamiento, es muy común ver que las mujeres de familia se siguen percibiendo como las responsables de servir los alimentos. Es decir, no necesariamente se encargan de cocinar o preparar la comida, pero sí recae sobre sus hombros la tarea de que la familia tenga algo para comer (no de su dinero necesariamente), especialmente a la hora del almuerzo. Por lo tanto, muchas veces su forma de solucionarlo es con una persona contratada para cocinar o bien comprando comida, y es aquí donde se abre el abanico de posibilidades debido a la gran variedad de comida que existe.

Por lo anterior, se entiende que muchos cambios en la alimentación se dan como resultado de la dinámica entre las actividades de las mujeres tanto dentro como fuera de casa, su cansancio, nuevos intereses y su obligación implícita de alimentar a su familia:

...las necesidades de la vida laboral, el trabajo básicamente, sí, eso. Nada más. A veces es flojera, a veces no quiero cocinar y digo no quiero, vamos a pedir algo, pero no de la cocina económica, algo chatarra de restaurante, que si la pizza que les gusta a las niñas o por ejemplo el sushi que le gusta a Beti, pedimos sushi, cosas así... (Entrevista, doña Tita, 38 años, estrato alto, familia nuclear).

En el estrato medio, los cambios se expresan prácticamente siempre en función de la salud. Otro elemento es la percepción de una variedad más amplia de alimentos, sobre todo, en aquellas personas cuyas familias de origen eran de estrato medio o bajo. Su desarrollo económico les ha permitido acceder a nuevos alimentos, y también han sido testigos conscientes del incremento de dicha variedad, dándose cuenta de que el poder adquisitivo es uno de los principales elementos que configuran los alimentos que se consumen. Las personas de este estrato, además de estar conscientes del incremento en la variedad, se preocupan por el origen de los alimentos, consideran que es muy difícil conseguirlos con las mismas características con los que lograban adquirirlos en

el pasado, cuando vivían con sus familias de origen. Se atribuye esa dificultad al modo en que los ingredientes son cosechados o criados, en el caso de los animales.

Pues ellas cocinaban muy sanamente también, pues mataban a su pollito, aquí tienes que comprar pollo. Dentro de Muna, allá mataban gallina, mataban cría, o sus huevos de la gallinita, allá brotaban los huevitos, nosotros pues nos asegurábamos que estuvieran bien (Entrevista, doña Ana, 52 años, estrato medio, familia nuclear)

Asimismo, uno de los elementos clave es la búsqueda de practicidad. Es decir, encontrar alimentos que puedan ser preparados de manera rápida, sean o no tradicionales, y de esta forma poder llevar a cabo todas las actividades que su vida les exige, principalmente para poder cubrir sus horas laborales o fungir con sus papeles asignados dentro de su hogar, como llevar a los hijos a sus diferentes ocupaciones. En este estrato, el factor del tiempo es muy relevante pues mantener un estilo de vida que resulte cómodo y les permita mantener su estatus requiere muchas horas laborales a la semana; motivo por el cual es difícil consumir alimentos preparados por ellas mismas. En el caso de las amas de casa, el trabajo y exigencias económicas se relacionan más con la convivencia familiar, ya que los hijos o el esposo, suelen pasar muchas horas fuera de casa, por lo que el momento de compartir los alimentos en la mesa, suele ser rezagado a los fines de semana o días especiales, como cumpleaños.

En el estrato socioeconómico bajo, se puede observar la percepción de un profundo cambio en el modo actual de alimentarse. Se hace un análisis sobre los modos en los que las familias han tenido que adaptarse para poder responder a sus necesidades económicas, ya que, para poder sobrevivir en la sociedad globalizada, suelen laborar en empleos mal pagados que consumen muchas horas de sus días. De esto se comprende que la afectación en su alimentación es más profunda, ya que su ingreso económico no es suficiente para adquirir los alimentos que preferirían y muchas veces acuden a alimentos procesados de baja calidad, que son más accesibles y de bajo costo. Por si fuera poco, tampoco tienen el tiempo suficiente para preparar su comida en casa debido al número de horas que pasan laborando.

I: ¿gasta mucho en comida usted?

P: No, por ejemplo, medio kilo de frijol, a veces de 30 a 40 pesos de carne compro.

I: ¿diario?

P: No pues cuando se va a comer carne, porque cuando se va a comer pollo vamos a la granjita, pierna y muslo vamos a comer que está a 16 pesos el kilo, compramos un kilo y lo completamos con alitas, mollejitas, la sopa y todo, la variamos, no es carne y carne lo que se come acá.

I: ¿hay días que no comen carne?

P: Hay días. Cuando no hacemos espagueti, solo espagueti.

I: ¿con su tomate?

P: Con su puré, su puré de caja.

(Entrevista, doña Paty, 45 años, familia extensa, estrato bajo)

Otra forma en que se perciben los cambios en la alimentación en este estrato es el origen de los alimentos. Las personas consideran que el estilo de vida acelerado, propio de esta época, ha generado el mismo tipo de producción de los alimentos, ya no es posible consumir la carne o las verduras de la misma calidad que antes, ya que las nuevas formas de producción han disminuido su frescura y sabor. Esto se relaciona íntimamente, con el abandono del campo, ya sea por la migración de la zona rural hacia la zona urbana, o porque las personas ya no tienen tiempo de producir sus propios vegetales o de criar a sus animales. Comentan que antes, era muy común que las personas tuvieran el tiempo y espacio para cosechar sus propios alimentos, por lo que la calidad era superior, el sabor era mejor y se podía tener plena confianza en ellos. Ahora se desconoce el origen de los alimentos, pero se tienen que consumir dado que es la opción más viable, además de que se han perdido las tradiciones de cosecha. Los jóvenes ya no quieren salir al campo, prefieren trabajar fuera de casa.

...y por eso te digo que es muy diferente la alimentación de ahorita a lo de antes, comían algo que produces, que es natural, hoy vas a comer una calabaza, lo siembro hoy y mañana ya dio, pero porque en realidad es así, desafortunadamente, por el metabolismo de la vida que ya está evolucionando

súper rápido, todo mundo trabaja, todo mundo corre acá, corre allá o va por ahí, ¿qué hace? Lo primero que haces, lo que hay al alcance es lo que consumes, y a veces desafortunadamente es tanta la rutina de trabajo y todos los días que se te olvida que lo que estás consumiendo es algo que te puede dañar, a largo plazo ¿no? O a un plazo mediano o corto, ¿por qué? Porque a veces las cosas no son tan nutritivas. ¿Qué haces? Compras carne reservada de quién sabe cuánto tiempo. Lo metes en el congelador, cuando te va a servir lo metes en el micro. Entonces a veces todos los nutrientes, la vitamina, todo lo que tienen en si los víveres en vitamina, ya se perdió, porque tanto congelarlo se muere todo eso. Entonces, ¿qué comemos? Prácticamente, algo como... ¿cómo te lo puedo explicar? Como si... algo que ya no tiene... como zocato, que ya no tiene... como que algo artificial, vamos a decirlo de esa manera, ya está seco ya no tiene nada (Entrevista, doña Bella, 48 años, estrato bajo, familia uniparental)

Resulta interesante observar el énfasis que hacen el estrato alto y medio, comparándolo con el estrato bajo ya que, en los primeros, se toma más en cuenta aquello que se presenta como opción, y los principales cambios se atribuyen a la posibilidad de adquirir nuevos alimentos. Mientras que, por su parte, en el estrato bajo se habla más bien de una ausencia, se comparan los ingredientes de antaño, se extraña la calidad y se percibe cierto anhelo por la producción de autoabastecimiento, de sembrar, acompañar en su crecimiento y cosechar los alimentos.

Los cambios que se percibieron en la alimentación, desde las estructuras familiares presentan algunas diferencias. Las familias uniparentales expresan que el factor tiempo, tiene una fuerte influencia en el modo en que se relacionan con los alimentos ya que, al recargar el peso sobre una sola persona, las actividades de casa y las actividades económicas, se suele tener poco tiempo para ocuparse de los alimentos. Incluso en los casos en que los hijos apoyan con las tareas, es común que se recurra a la compra de alimentos preparados, ya sea en cocinas económicas o en centros de comida rápida. Por su parte, las familias nucleares centran su atención en el tiempo, enfocándolo en las actividades que los hijos realizan, y para las cuales requieren el

transporte o apoyo de sus madres y, es así, como algunas veces se ven limitados los tiempos de preparación de alimentos y se opta por comprarlos fuera de casa.

En las familias extensas, se observa la influencia de las nuevas generaciones sobre lo que se consume en casa. Esta situación se comprende mejor cuando se toma en cuenta que la persona encargada de elaborar los alimentos generalmente es la abuelita de aquellos niños que se encuentran en primaria, y con quienes ellas tienen una buena cantidad de años de diferencia, por lo que perciben que los gustos son demasiado diferentes, hay poca relación entre lo que ellas esperarían consumir, y lo que los niños de la familia prefieren y piden. Es en estas familias donde se puede observar una brecha generacional, y donde las diferencias en la alimentación, la introducción de alimentos procesados y el alejamiento de las comidas tradicionales, se hace más patente y claro. Por supuesto que la convivencia de familiares de edades tan dispares, puede generar comparaciones más radicales entre los gustos de cada uno; sin embargo, también son interesantes los puntos de convergencia, que generalmente son comidas tradicionales, con ciertas modificaciones, como la omisión de algún ingrediente o el modo de servir ese alimento. Es más común que se converja en un alimento tradicional que en alguno globalizado, de modo que, de cierta manera, se regresa al origen, hacia la identidad del yucateco, desde su gastronomía.

5.5. Consumo de alimentos industrializados

Se ha hablado con anterioridad del modo en que la globalización y la industria alimentaria ha generado cambios en el modo en que las personas se alimentan, dado que son impulsadas por una economía capitalista que domina prácticamente en todo el mundo; por lo que estas transformaciones en el modo de alimentarse son a nivel global (Pérez, y otros, 2012). Retomando la definición que se estableció de los alimentos industrializados, se recuerda que hacen referencia a aquellos que han pasado por un proceso de transformación y que son producto de la industria alimentaria, en todas sus vertientes (González-Castell, González-Cossío, Barquera y Rivera, 2007, p. 348) Las personas entrevistadas consideran que es muy bajo, o incluso nulo el uso de los mismos.

No es que sea cerrada a ellos, es que, si yo quiero una alimentación sana, obviamente voy a escoger algo que no tenga exceso de sal, exceso de

conservadores incluso las que se supone más sanas son las llamadas al alto vacío, pero aun así procuro no consumirlas, como el jamón que lo consumo ocasionalmente, no a diario (Entrevista, doña María, 54 años, estrato medio, familia extensa).

Sin embargo, durante las observaciones participantes, se notó la constante presencia de ingredientes de origen procesado como quesos, leche, panes, enlatados, etc., ya sea para la preparación que se estaba realizando al momento, o guardados en la alacena, a disposición de la familia. En este sentido, se puede vislumbrar como un elemento interesante para el análisis, la poca percepción que se tiene del uso de esos alimentos, posiblemente por su arraigada incorporación en la cotidianeidad en la vida de las familias, o por el desconocimiento de que son productos procesados.

Asimismo, una de las preocupaciones más imperantes observada en el discurso de todas las familias, aunque con un enfoque diferente, era la relación que existe entre los alimentos consumidos y la salud física. Para las clases media y alta, la principal preocupación era la disminución de las grasas en su dieta regular, incluso cuando eso daba pie al abandono de las comidas tradicionales yucatecas.

Él (su esposo) ya no come, por ejemplo, algo que tenga demasiada grasa, aunque le gusta, cuando estaba chico bajaba de Muna, su abuelo era abastecedor, vendía carne y todo lo que hacía... frituras, fritanga (refiriéndose al puyul, comida yucateca) todo lo que comía, pero ahora si lo ve ... ¡ah no sé cómo pude comerlo! dice (Entrevista, doña Ana, 49 años, estrato medio, familia nuclear).

Por su parte, para las familias de estrato bajo, lo saludable de la alimentación depende de la frescura de los ingredientes, en conocer el origen de los mismos, incluso en saber que la persona a la que le compran es quién cosechó o benefició las verduras o el animal en cuestión, deslindándose del efecto estético que la comida puede tener en su cuerpo. Al tomar en cuenta las limitadas opciones que su situación económica les impone, es fácil comprender este hecho.

...se te olvida que lo que estás consumiendo es algo que te puede dañar, a largo plazo ¿no? O a un plazo mediano o corto, ¿por qué? Porque a veces las cosas no son tan nutritivas. ¿Qué haces? Compras carne reservada (refiriéndose a que

ha sido conservada a través de la congelación, para su traslado y posterior consumo, como dictan los patrones de higiene de la industria alimentaria) *de quién sabe cuánto tiempo. Lo metes en el congelador, cuando te va a servir lo metes en el micro. Entonces a veces todos los nutrientes, la vitamina, todo lo que tienen en sí los víveres en vitamina, ya se perdió, porque tanto congelarlo se muere todo eso* (Entrevista, doña Bella, 48 años, estrato bajo, familia uniparental).

Lo que doña Bella expresa en el párrafo anterior es una creencia que se basa en el contraste que se ve entre aquello que para ella es tradicional y las nuevas opciones, probablemente no tiene un sustento científico. Sin embargo, para ella es real el déficit de nutrientes en los alimentos congelados y eso motiva su conducta para evitar consumirlos. Además, está claro que les confiere un sabor menos agradable que el de los alimentos frescos. Esta creencia es compartida en algunas personas de los otros estratos, sin embargo, en estos el ritmo de vida que implica sortear el tiempo entre la familia, ocio y las obligaciones, exige a las personas aceptar los alimentos industrializados.

Las familias perciben claramente las diferencias que la modernidad ha promovido en los ingredientes que utilizan para sus preparaciones. Así, se ha generado apertura mental para consumir alimentos diferentes a los que los adultos de entre 40 o 60 años consumieron en su infancia, tanto en sus preparaciones como en aquellos que consumen fuera de casa. Sin embargo, aparenta haber muy poca claridad en cuanto a cuáles son los alimentos procesados. Es decir, las personas declaran consumir pocos alimentos procesados; sin embargo, en la alacena guardan (y posteriormente consumen) una cantidad considerable de ellos. Esto puede ser atribuible a la amplia difusión de la industria alimentaria, que ha llegado a ser tal, que sus productos se han vuelto indispensables para las familias y ya no se ven como un producto procesado, sino como un alimento natural. La aceptación y uso de estos productos es tal que no necesariamente existe un cuestionamiento acerca de las consecuencias que puede tener su consumo para la salud física.

[después de preguntarle si consumen productos procesados] *Pero no soy de comprar pero sí lo he comprado, esas cosas que ya están listas, que sólo son para meter al refri. Por ejemplo, el otro día qué compré, un tamal que jamás en mi vida había visto que había tamal estilo México, literal, lo quitas del paquete lo metes al horno y ya está listo, cinco minutos, tres y listo, y está delicioso* (Entrevista, doña Tita, 38 años, estrato alto, familia nuclear).

Durante la observación, se pudo constatar que Tita tiene en la alacena diferentes productos alimenticios procesados, como enlatados, embutidos, algunas golosinas. Lo valioso de esto es la manera en que se le asigna otro significado a esas comidas, se le deja de ver como algo artificial, la persona las integra a su vida y las vuelve funcionales.

5.5.1. Factores sociales que promueven el consumo de alimentos industrializados.

A pesar de que la decisión de consumir o no, cualquier alimento pareciera ser un acto meramente individual, existen muchos factores sociales que favorecen directamente la elección de ciertos productos. El ser humano es un ser social, por lo tanto, se ve influido en gran medida por el contexto dentro del cual desarrolla todas sus actividades. Es debido a la tremenda complejidad de la trama social que no se puede adjudicar únicamente a la persona, el acto de consumir los alimentos procesados, incluso cuando cuenta con la información pertinente sobre las consecuencias sanitarias del consumo; esto sin considerar los aspectos fisiológicos que también propician la elección de los productos industrializados.

5.5.1.1. Disponibilidad.

En primera instancia, es preciso comentar que existe cada vez una mayor cantidad de opciones disponibles para el consumo por lo cual resulta muy difícil evadir los alimentos procesados que llegan a las familias, especialmente cuando éstos promueven un estilo de vida más práctico, ya que ahorran tiempo y esfuerzo en la conservación y posterior preparación de los alimentos.

El atún, porque la lata es más fácil conservarlo, compramos de lata, porque en realidad puedes comprar tu atún hay natural pero no lo compramos...por

facilidad, porque no se echan a perder tanto (Entrevista, doña Ana, 49 años, estrato medio, familia nuclear)

Asimismo, la variedad que se encuentra ahora resulta un factor importante y que la gama de productos ofertados es francamente abrumadora y en todos los estratos socioeconómicos existe el consumo de esos alimentos. El grado en que se aceptan depende de cuestiones individuales de cada familia.

Es más difícil elegir. Hasta en el súper, cuando vas a elegir, porque empiezas, frijol de este, frijol del bayo, frijol de aquel, te quedas así. En cambio, antes ibas a la tienda, pedías frijol (Entrevista, doña Elsa, 54 años, estrato alto, familia extensa)

5.5.1.2. Crisis económica.

La crisis económica actual ha forzado a las personas a llevar estilos de vida diferentes a los que se podían observar hace algunas décadas. Los trabajos cada vez requieren mayor cantidad de horas presenciales, por lo que son las personas quienes tienen que acomodar todas sus demás actividades en función de la actividad laboral que desarrollen. Por lo tanto, muchas veces los tiempos de vida son demasiado rápidos y, generalmente, no se cuenta con un espacio de tiempo en que las personas puedan preparar sus alimentos en casa y consumirlos ahí. Esta situación lleva a una serie de conductas adaptativas que pueden ir desde preparar la comida en casa, pero empaquetarla para comerla posteriormente, hasta comprar comida en la calle, si cuentan con el recurso económico necesario.

Mi marido trabaja lejos, hasta por Umán, y es mucho rollo que venga a comer todos los días, así que ya tiene por ahí un lugar donde compra. A veces cuando cocino algo que le gusta mucho al día siguiente lo lleva, pero casi nunca (Entrevista, doña Ana, 49 años, estrato medio, familia nuclear).

5.5.1.3. Transformación constante de la organización económica familiar.

Es un tema muy conversado el hecho de que la economía familiar se ha transformado de manera tal que las personas requieren pasar más tiempo fuera de casa laborando, para poder cubrir sus necesidades básicas, o mantener cierto estatus social, según sea el caso. Esa transformación se ha generado en esferas muy lejanas de la vida

del individuo, sobre las cuales no tiene ninguna influencia, sin embargo, son las que moldean su vida económica (Mintz, 1996). En el contexto dentro del cual se ha llevado a cabo esta tesis, esas transformaciones se reflejan más, desde el discurso de las personas entrevistadas, en el tiempo que la familia puede disfrutar juntos. Además, se ha generado una dependencia mayor hacia los padres (abuelos) que son quienes muchas veces, toman el papel de cuidadores de los hijos (nietos) para que sus padres puedan desarrollarse profesional o laboralmente.

Cada quien está por su lado, desgraciadamente así es. Camilita desayuna a veces en la escuela, Laura o desayuna acá o se lleva su desayuno, yo desayuno hasta las 9 que me levanto. Y ya el día que no viene Camila, todos comemos por nuestra cuenta (Entrevista, doña Elsa, 54 años, estrato alto, familia extensa)

En el aspecto alimenticio, esto se refleja principalmente en que los horarios y modos de alimentación se han visto afectados. Los miembros de la familia que están en edad de trabajar, casi en su totalidad consumen fuera de casa por lo menos una de sus comidas. Están prácticamente a merced de encontrar algo que satisfaga la necesidad de comer aunado a la practicidad que requieran, dado el escaso tiempo libre para ello. O, en su caso, buscan alimentos que puedan ser llevados a su lugar de trabajo sin que las personas tengan que moverse de su espacio laboral. Es probable que estas adaptaciones puedan generar en las mujeres especialmente, cierto distanciamiento del constructo social que les pone la responsabilidad de procurar los alimentos cuando en un futuro, formen su propia familia (si es el caso). Otro elemento a considerar es el hecho de que comer fuera de casa, invita a las personas a conocer nuevos estilos de alimentación, porque ya no se quedan dentro de los confines de las costumbres familiares, sino que tienen abierta una gama amplia de posibilidades, siempre que su situación económica se los permita.

5.6. Implicaciones psicosociales de la nueva alimentación.

Dado que la naturaleza del fenómeno alimenticio es multifactorial, es necesario considerar que los cambios en éste generan consecuencias de diversos tipos en las personas que los experimentan. Es por ello, que en este apartado se analizan dos

aspectos psicosociales expresados en el discurso, que hacen referencia a cómo las personas los perciben en sus vidas en cuanto a su alimentación.

La nueva alimentación afecta a las personas principalmente porque las diferencias intergeneracionales ahora son grandes. Muchos niños no aceptan con facilidad las comidas tradicionales, aquellas con caldo, con diferentes carnes, o el tradicional frijol en grano con caldo.

O como hoy, tengo frijol que hice en joroques, pero lo hago para que Camila coma frijol, porque casi no le gusta. Pienso que el frijol en las casas se está perdiendo, ya no se come. Antiguamente se ponía diario y se gastaba, pero los niños ya no tienen la costumbre del frijol. Da más trabajo que lo coman. Por ejemplo Camila, cuando hago frijol, lo estoy terminando, le saco una tacita, Ay abuelita!, tómalo hija. (Entrevista, doña Elsa, 54 años, estrato alto, familia extensa)

Sumado a esto, como se ha mencionado con anterioridad, en algunos hogares se ha perdido la costumbre de comer juntos porque todos tienen diferentes actividades para llevar a cabo, y algunas personas consideran que la convivencia familiar se ve afectada.

Llega un momento que no hay esa reunión, esa unión de sentarnos a comer juntos. No se da. O a veces. Por ejemplo, ahora que está enferma Lili, hemos estado desayunando o almorzando juntas, ella me dice -Ay mamá, hasta raro lo siento, y lo siento rico, porque como tranquilamente- (Entrevista, doña Elsa, 54 años, estrato alto, familia extensa)

5.6.1. Alimentación y salud.

Se refiere a todas aquellas relaciones que se establecen entre los alimentos y la salud física de una persona, ya sea por acercamiento o por evitación de un alimento. Algunas de las aseveraciones que las personas realizan se basan en información que han obtenido a través de la educación formal o por el contacto con algún profesional de la salud nutricional. Otras, por el contrario, se basan en creencias que se han construido a través de las experiencias vividas, o enseñanzas familiares que se han transmitido a través de los padres o de la sociedad en la que se desenvuelve el individuo.

Por ejemplo, el consumir grasa no es deseable para la salud física y para mantener un peso adecuado, o el caldo de pollo es bueno para alguien que tiene malestar estomacal.

La relación que se establece entre el consumo de alimentos y la calidad en la salud de las personas, ha sido uno de los principales temas de análisis de las ciencias de la salud (Domingo- Bartolomé y López- Guzmán, 2014), especialmente de la nutrición. Sin embargo, también desde la medicina se puede observar que, ante ciertas enfermedades, entre las indicaciones se consideran ciertas restricciones en los alimentos que puede consumir el paciente. Por ejemplo: cuando una persona padece síndrome de colon irritable, se le retiran todos aquellos alimentos que tengan alto índice de grasa, entre otros. Al ser este tipo de información de conocimiento prácticamente público, es normal que las personas establezcan conexiones empíricas entre lo que consumen y los efectos que esto produce en sus cuerpos, y aplican esos conocimientos en su cotidianidad.

Es por lo anterior que la preocupación por el cuidado de la salud por medio de la alimentación es un tema que se ve reflejado en el discurso de todas las personas que fueron entrevistadas. Sin embargo, existen diferencias en cuanto al modo en que se comprende la salud; es decir, el entendimiento que las personas exponen del tema, es sustancialmente diferente dado que, en los estratos alto y medio, se comprende a la salud como el mantener un peso adecuado y una imagen corporal delgada, por lo tanto, las conductas alimentarias se dirigen hacia ello.

En el estrato alto, casi todas las personas comentan que ciertos alimentos pueden ayudarles a mantener un peso e imagen corporal estéticos, tema que se mantiene como uno de los principales temas de preocupación. Esto se relaciona con el papel que el profesional de la nutrición juega en el desarrollo de su alimentación, ya que es en este sector económico donde más frecuentemente se menciona al nutriólogo, que es quien brinda información oficial y orientación sobre cómo se debe comer, aunque no necesariamente se lleven a cabo cabalmente las enseñanzas dadas por el especialista. De igual forma, es preciso comentar que, en este grupo, existe cierta incertidumbre sobre aquello que puede considerarse saludable y aquello que no, dado que la información a la que se tiene acceso no es siempre confiable o científica, e incluso

algunas veces puede resultar contradictoria a los conocimientos previos de las participantes. Sobre esto se profundizará más adelante.

Entonces de lo que comían los antiguos, mucho tiempo a mi remordía la conciencia, yo decía Dios mío, no estamos comiendo frijol, me mortificaba eso, porque siempre, hay que comer frijol, hay que comer hierro, pero ahora escucho que todo está contaminado, entonces qué es alimento o no. Entonces a la hora digo voy a hacer mi huerto, pero ‘no puedes hacer tu huerta mamá tienes muy mala mano, se te mueren todas tus matas’ (risas). Entonces si nos bombardean con que ya todos los alimentos están contaminados, entonces ya ya... (Entrevista, doña Elsa, 54 años, estrato alto, familia extensa)

En el estrato medio, las participantes hicieron énfasis en el cuidado de los alimentos en función de la salud, para lo cual, la principal preocupación es evitar los alimentos que contengan altos índices de grasa y cocinar con ingredientes menos grasos. Por ejemplo, sustituyendo la manteca por aceite, cambiando los modos de preparación de las comidas, específicamente para promover la disminución de la ingesta de grasa, “limpiando” las carnes.

Resulta interesante, el hecho de que entre todas las opciones de alimentos que se pueden recortar o incluir en una dieta, en este estrato, la grasa es el principal y más mencionado elemento que se busca evitar, de manera que se expresa una idea generalizada sobre este macronutriente como el más dañino para la salud y la imagen corporal. Asimismo, existe cierta preocupación por el origen de los ingredientes, enfocado hacia el consumo de alimentos orgánicos, dentro de una concepción globalizada de lo considerado orgánico; es decir, que cuente con certificación y se pueda conseguir en el supermercado.

Mientras tanto, en el estrato bajo se relaciona la calidad y origen de los alimentos con su capacidad para nutrir el cuerpo. Se cuestionan los modos de almacenaje y producción de los mismos, y se considera que mientras menos frescos, menos alimenticios pueden ser. En este estrato se compara la calidad de los ingredientes en el presente, ya que se considera que en el pasado los alimentos eran de mayor

calidad. Se recuerda con cierta nostalgia el modo en que se podían cosechar los alimentos a modo de auto abasto y cómo eso se ha vuelto cada vez más difícil.

...desde los ingredientes, ajá, por ejemplo, antes hacías una comida que, no sé cómo lo cocinaban antiguamente que hasta solo la carne, el pollo estaba muy sabroso. Ahorita haces un pollo, y está todo mariscos y tiene mucha grasa. Pero por la misma manera en que lo producen, pues digo, en las granjas, como crecen los pollos, de la noche a la mañana, tiene mucha grasa, entonces, todo eso ya no es natural, como quien dice, estamos acelerando nuestra vida como quien dice, tanto en lo alimentario como en lo cotidiano de todos los días (Entrevista, doña Bella, 48 años, estrato bajo, familia uniparental).

De igual forma, la salud se relaciona con la alimentación en el sentido de que cuando una persona se encuentra viviendo una enfermedad, sea grave o no, los alimentos pueden servir para minimizar los síntomas o evitar complicaciones, de modo que se consumen de manera deliberada o se procura no consumirlos. En este estrato no surge el papel del nutriólogo como un elemento de análisis por su influencia en las conductas alimentarias. Es importante el hecho de que no sea mencionado en ningún caso, ya que eso puede estar implicando que las diferencias de poder adquisitivo son tales que no se considera ni siquiera una opción acudir al nutriólogo, además de que la comida no cumple la función de regular el peso o imagen corporal, sino alimentar y sanar.

En términos de la estructura familiar, no se encontraron diferencias en el modo de relacionar la salud con la alimentación, que no sean mejor descritas en función del estrato socioeconómico, ya que al parecer esta relación no se define desde la estructura familiar, sino más bien, desde el contexto socioeconómico mismo donde se relaciona la familia, los medios de acceso a la información con que cuentan y el tipo de alimentos que pueden adquirir.

5.6.2. Incertidumbre sobre lo saludable.

Una de las consecuencias observables de la globalización es la difusión demasiado amplia de información acerca de aquello que es saludable consumir, al punto que se genera cierto grado de incertidumbre en las personas, ya que muchas veces

se tiene a la mano información poco fidedigna, que confunde a las personas. Un estudio realizado en 2016 por Nekane Murga, comenta que el 30% de las búsquedas de internet en España están relacionadas con aspectos de salud; sin embargo, expresa su preocupación al analizar el tipo de información que circula en esas redes ya que no toda ha pasado por un correcto filtro científico que informe a la comunidad de aquello que es adecuado o no para ellos.

Esta realidad se refleja de manera clara en la incertidumbre que gira en torno a que no siempre se sabe con absoluta claridad hacia dónde deben enfocar sus esfuerzos para conseguir una alimentación óptima:

A mí mucho tiempo me remordía la conciencia, yo decía Dios mío, no estamos comiendo frijol, me mortificaba eso, porque siempre, hay que comer frijol, hay que comer hierro, pero ahora escucho que todo está contaminado, entonces qué es alimento o no. Entonces a la hora digo voy a hacer mi huerta, pero no puedes hacer tu huerta mamá tienes muy mala mano, se te mueren todas tus matas (risas). Entonces si nos bombardean con que ya todos los alimentos están contaminados, entonces ya... ya... ¿qué es saludable y qué no es saludable? y otra cosa en el Facebook nos bombardean con que esto no se debe de comer, esto no sé qué, esto está contaminado, yo leo mucho de eso, entonces empiezas a ver y dices entonces qué comemos, qué es alimento ahora” (Entrevista, doña Elsa, 54 años, estrato alto, familia extensa).

Por otro lado, se encuentra el concepto de comida orgánica como algo que permite tener una comida aún más saludable, como un esfuerzo por retomar el contacto con lo que viene directo de la tierra, pero de manera segura, libre de pesticidas o cualquier otro material que se intuye es negativo para la salud.

(hablando de las comidas yucatecas tradicionales) ... pienso que hay unas que son más sanas, por ejemplo, los caldos, un escabeche, me parece que es bastante sano, si el pollo fuera orgánico mejor, pero bueno, o sea, es caldito, no tiene tanto frito... (Entrevista, doña Bety, 43 años, estrato medio, familia uniparental)

5.6.3. Nostalgia.

Se perciben fuertes deseos de que los ingredientes o la forma de proveerse de ellos o de alimentarse, fueran como antes. Las personas compararon la calidad de los ingredientes que logran conseguir actualmente con aquellos que sus padres conseguían cuando el comercio no estaba tan abierto, cuando los supermercados todavía no eran populares. Existe una mayor consciencia en los estratos bajo y medio acerca de los cambios que han ocurrido en el origen de los ingredientes. Pueden palpar haber transitado de la obtención de alimentos muy frescos, vegetales de primera mano a comprar productos que han sido congelados o madurados “a la fuerza”. El contacto con la tierra es algo que se pierde cuando migran a la ciudad, pero el recuerdo de lo ella da no se pierde, continúa en sus memorias, generando añoranza y nostalgia.

[hablando de su madre y su abuela] ellas mataban a su pollito, aquí tienes que comprar pollo, dentro de Muna (población), allá mataban gallina, criaban sus huevos, brotaban los huevitos...cocinar lo que ellas cocinaban no se puede (Entrevista, doña Ana, 49 años, estrato medio, familia nuclear)

Yo creo que antiguamente había más posibilidad, había campesinos, vamos a decirlo de esa manera, no sé si es bueno o malo lo que voy a comentar, pero a veces la economía como que es buena y a la vez no, funcionan tanto las cosas que se nos olvida lo que es en realidad... lo que es... nuestras raíces, porque ahorita ya no encuentras a alguien que siembre, ya no encuentras a alguien que tenga un huerto (Entrevista, doña Bella, 48 años, estrato bajo, familia uniparental).

A lo largo de este capítulo, se analizaron las principales categorías resultantes del discurso de las participantes, con el fin de comprender aquellos temas más relevantes para la comprensión de los significados y creencias relacionados con las conductas alimentarias. La principal reflexión que surge al revisar el capítulo es que las conductas alimentarias se relacionan con una amplia variedad de temas, incluso con algunos que a primera vista no parecieran tener ningún vínculo con ellas, como es el exceso de información que al final, promueve una desinformación y confusión acerca de lo que es o no saludable para las personas. Además, se ratifica el papel indiscutible

que sigue ocupando la mujer como la principal encargada de la alimentación familiar, a pesar de los muchos avances sociales en temas de igualdad de género.

Capítulo 6. Conductas alimentarias actuales: autónomas, apropiadas, impuestas o enajenadas.

En este capítulo se buscó establecer la relación entre la Teoría del control cultural y cultura apropiada -TCCCA- de Bonfil Batalla (1988) y los elementos pertinentes identificados en esta tesis, que se relacionan con las conductas alimentarias. En primera instancia, se ponen de manifiesto las similitudes que existen entre un grupo étnico y la población estudiada, con el fin de esclarecer la relevancia de la TCCCA en el análisis de la información obtenida y descrita en capítulos previos. Posteriormente, se procede al análisis de los elementos culturales en función de las categorías presentadas por la TCCCA, lo que permite comprender el modo en que corresponden con los tipos de cultura que presenta el autor, dependiendo de su origen y las decisiones que se tomen dentro del grupo sobre los elementos culturales.

A pesar de que, considerando las conceptualizaciones antropológicas de “grupo étnico”, no es posible definir a la muestra estudiada en esta tesis como tal, existen ciertas características de los grupos étnicos que se presentan en la población, por tanto, se consideró adecuado analizar los resultados desde la óptica de esta teoría. Se comentan a continuación las principales características que permiten la elaboración del análisis que se presentará más adelante.

En primera instancia, así como los grupos étnicos, las personas de la muestra involucrada en este estudio son parte de una sociedad dentro de la cual, los recursos pertenecientes a ella, se administran de acuerdo con las normas culturales, es decir, es la cultura misma la que define y estructura el modo en que éstos se manejan. Lo anterior se relaciona con una estratificación social, no a modo de diferenciación étnica, pero sí en el modo en que esos recursos se utilizan. En el caso de la muestra estudiada, esto correspondería a los grupos o estratos socioeconómicos: bajo, medio y alto, mismos que rigen la forma en que se puede tener acceso o no a distintos elementos culturales. Además, es posible comentar que las personas se identifican como parte de un mismo grupo, que se puede definir como la identidad yucateca y meridana, misma que de manera tácita se encuentra dividida en los estratos económicos ya mencionados. A pesar de la división estratificada de clases, todas las personas pertenecientes a esta

cultura se aceptan e identifican como parte de ella y se distinguen y diferencian de otras culturas externas.

Otra característica que la muestra estudiada comparte con los grupos étnicos es el hecho de que existe dominación colonial, que afecta de diferentes maneras al grupo. Las principales expresiones de esta característica se dan en las preferencias que se tienen en cuanto a los alimentos. Asimismo, se observa claramente la interacción entre los diferentes alimentos tradicionalmente pertenecientes a la cultura yucateca y aquellos que vienen de fuera y han sido adoptados. Este elemento de dominación cultural es uno de los más relevantes para términos del análisis, ya que uno de los objetivos de la investigación es analizar la dialéctica entre el consumo de alimentos industrializados y los tradicionales. En este caso los alimentos industrializados son en su mayoría adoptados de diversas culturas externas que en ocasiones fungen como elementos de dominación económica de la cultura dueña de esos alimentos sobre la cultura local, eso sin mencionar el alto impacto cultural que representa su consumo.

6.1. El control cultural y ámbitos de la cultura

Lo que Bonfil Batalla busca esclarecer cuanto expone su teoría es la relación que existe entre un grupo de la sociedad, poseedor de cultura e identidad, con otros grupos que tienen sus propias identidades y sus culturas (Bonfil Batalla, 1988, p. 4). A continuación, se presenta de manera esquemática el modo en que el control cultural se expresa en la población estudiada que vive inmersa en una cultura yucateca que se precia de ser fuerte y arraigada. Los elementos presentados en la figura 12, corresponden a los que se han comentado con anterioridad en otro capítulo y que resultan esenciales para comprender la manera en que la TCCCA es aplicable a la muestra y problema estudiado en esta tesis.

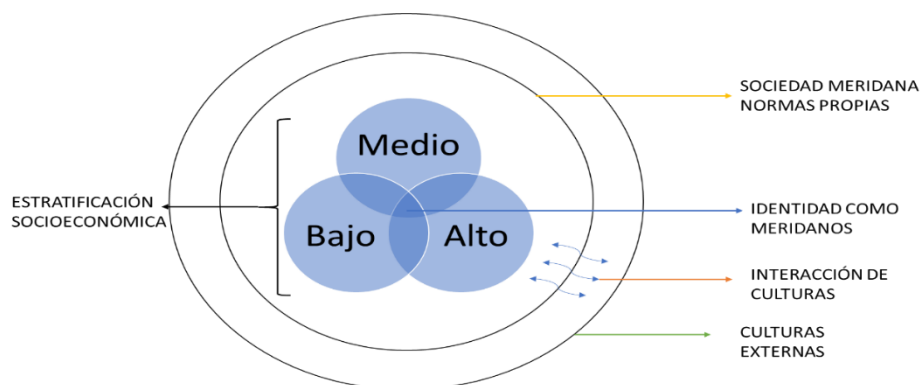


Figura 21. Características del grupo estudiado.

En la figura se pueden observar los elementos analizados de la sociedad meridana, con las estratificaciones consideradas, mismas que convergen entre sí al formar la conciencia e identidad como personas meridianas. Todas las personas que participaron en el estudio se identifican plenamente como pertenecientes a la cultura meridana. Se visualiza, además, a esta sociedad como una entidad influida por otras culturas, ajenas a sí misma, pero interactuando con ellas en la cotidianidad. Asimismo, la muestra de este estudio cumple con otras características, un tanto más generales que el autor comenta en su texto (Bonfil Batalla, 1988, p. 4):

- a) Es un conglomerado social, capaz de reproducirse biológicamente
- b) Que reconoce un origen común
- c) Cuyos miembros se identifican entre sí como parte de un “nosotros” distinto de los “otros” (que son miembros de grupos diferentes de la misma clase) e interactúan con estos a partir del reconocimiento recíproco de la diferencia
- d) Que comparten ciertos elementos y rasgos culturales, entre los que tiene especial relevancia la lengua.

Más adelante se analizan las esferas de esa interacción para definir el modo en que se expresan los ámbitos de la cultura al entremezclarse diferentes aspectos de una y otra.

6.2. Los elementos culturales en la alimentación

El autor refiere a los elementos culturales como “todos aquellos componentes de una cultura, que resulta necesario poner en juego para realizar todas y cada una de

las acciones sociales” (Bonfil Batalla, 1988, p.5). En esta sección se realiza una breve descripción de las categorías de los elementos que el autor propone en

Tabla 7.

Elementos culturales (Bonfil, 1988, p.5-6)

Clasificación	Definición	En conductas alimentarias
<i>Materiales</i>	Objetos en su estado natural o transformados por el trabajo humano, que un grupo esté en condiciones de aprovechar en su devenir histórico: tierras, <i>materias primas</i> , fuentes de energía, herramientas y utensilios, <i>productos naturales</i> y manufacturados, etc.	Dentro de esta clasificación es posible incluir primordialmente a aquellos ingredientes que se funcionan como base de la dieta, que son transformados para el uso en la cocina cotidiana. En términos generales se pueden mencionar el maíz, las carnes, lácteos, huevo, panes, entre otros. Asimismo, los utensilios de cocina que se encuentran en todos los hogares estudiados fueron el refrigerador y la licuadora. Entre las fuentes de energía para cocinar, se pudo observar cierta variedad: gas, carbón (comentaron sobre su uso) y leña, en algunos casos.
<i>De organización</i>	Son las formas de relación social sistematizadas, a través de las cuales se hace posible la participación de los miembros del grupo cuya intervención es necesaria para cumplir la acción. La <i>magnitud</i> y <i>otras características demográficas</i> de la población son datos importantes que deben tomarse en cuenta al estudiar los elementos de organización de cualquier grupo o sociedad.	En este tipo de elementos culturales, el autor parece estar haciendo referencia a las tareas macrosociales que son necesarias para que se pueda cubrir una necesidad social, pero también a aquellas que se reflejan en un sentido más íntimo, como puede ser la familia. De esta forma, se pueden considerar los movimientos privados del sector empresarial que se encargan de proveer a la población de todos los productos necesarios para cubrir sus necesidades alimentarias, siempre y cuando tengan la posibilidad económica de cubrir los gastos que ello implica. Asimismo, se puede integrar a este rubro, el modo en que cada familia organiza sus actividades y recursos para cubrir su necesidad

		de alimentación, y dado que cada persona y familia puede tener modos muy particulares de actuar, las posibilidades de interacción y modos de organización son tan diversas como lo son las personas.
<i>De conocimiento</i>	Son las experiencias asimiladas y sistematizadas que se elaboran, se acumulan y se transmiten de generación en generación y en el marco de las cuales se generan o incorporan nuevos conocimientos.	Este rubro es uno de los más importantes en cuestiones de alimentación, ya que las recetas, costumbres y tradiciones se han transmitido por muchas generaciones, y los cambios que se han dado en ellas han sido más abruptos en las últimas décadas, principalmente por causa de la globalización y las experiencias sociales que invitan a las personas a relacionarse, conocer y aprender de otras culturas, con mucha facilidad a través de los medios de comunicación, en todos los estratos socioeconómicos. Ha sido a través de la transformación y proliferación de la industria alimentaria, que se ha transformado el modo en que las personas se aproximan hacia sus alimentos e integran aprendizajes nuevos a aquellas recetas que se han mantenido por generaciones.
<i>Simbólicos</i>	Son los diferentes códigos que permiten la comunicación necesaria entre los participantes en los diversos momentos de una acción. El código fundamental es el lenguaje, pero hay otros sistemas simbólicos significativos que también deben ser compartidos para que sean posibles ciertas acciones y resulten eficaces.	En cuanto a los elementos simbólicos, el principal puede ser aquel que desde la sociedad mantiene implícitamente la responsabilidad de la cocina directamente sobre las mujeres, especialmente cuando son madres de familia o esposas. Sin embargo, existen otros sistemas simbólicos, que se dan en los estratos socioeconómicos y que implican la expresión de quién se es y cómo se percibe la persona en el mundo que vive. Por ejemplo: en los estratos más altos, se tiende a consumir los

		<p>alimentos orgánicos que, de cierta manera, proyectan una imagen de autocuidado y preocupación por lo que se consume y los efectos que aquello pudiera tener para el cuerpo. Por su parte, en el estrato bajo, se suelen consumir con mayor regularidad aquellas preparaciones tradicionales, que mantienen a la persona cercana a sus raíces, con el tinte nostálgico que eso puede representar, especialmente cuando se comparan con el modo en que cocinaban sus madres y abuelas, la cocina es un espacio íntimo de transmisión de saberes, lo que pareciera querer expresar la identidad cultural y cierta resistencia a las nuevas tendencias.</p>
<i>Emotivos</i>	<p>Que también pueden llamarse subjetivos. Son las representaciones colectivas, las creencias y los valores integrados que motivan a la participación y/o la aceptación de las acciones: la subjetividad como un elemento cultural indispensable.</p>	<p>Se ven representados en todas las creencias que las personas dan a los alimentos, los tiempos que comparten alrededor de ellos, las tareas que se vuelven parte de la vida porque representan amor, amistad, el ser buena esposa, buena madre. Otro ejemplo es la búsqueda de la salud a través de los alimentos ingeridos, tanto en uno mismo como en los hijos o las personas a cargo. Son todas las creencias y significados culturales que dirigen la acción colectiva hacia esos puntos de encuentro, en apariencia subjetivos, pero que en realidad son una representación de la cultura, el espacio social y el tiempo específico en que se desarrolla la vida de la gente.</p>

Una especificación importante en cuanto a los elementos de la cultura es que la clasificación es un modo metodológico de organizar la información, no de manera inconexa a modo de agregados, sino por el contrario “poseen una condición común que

permite establecer una relación orgánica entre ellos... y es posible encontrar inconsistencias y contradicciones entre los elementos culturales, que permiten, precisamente, entender la dinámica sociocultural” (Bonfil Batalla, 1988: 6). Sobre los elementos culturales, las personas toman decisiones y los utilizan para poder llevar a cabo su vida cotidiana y todas aquellas acciones que impliquen la vida en sociedad. El modo en que se toman decisiones acerca de los elementos culturales, es decir, las instancias sociales involucradas, los niveles, los mecanismos son lo que el autor denomina control cultural.

6.3. Los ámbitos de la cultura y el control cultural en las conductas alimentarias

Como se expuso en capítulos anteriores, los ámbitos de la cultura se dan en función de dos características: el origen del elemento, que puede ser propio del grupo o ajeno a él, y del origen de las decisiones que se toman sobre ese elemento, que pueden ser provenientes de la cultura misma, es decir propios; o ajenos, cuando las decisiones sobre un elemento se toman fuera de la cultura, y se genera un grado de dependencia entre una y otra cultura. A partir de esta descripción, el Bonfil Batalla (1988) genera cuatro categorías de cultura: la autónoma, la apropiada, la enajenada y la impuesta, dentro de las cuales se pueden analizar todos los elementos que se utilizan para llevar a cabo la vida social como se conoce dentro de una cultura cualquiera.

Como menciona el autor, los elementos de la cultura tienen una naturaleza orgánica, es decir, no se dividen y exponen de forma inconexa, sino que para comprender lo que ocurre con unos es necesario entender también, el modo en que se ven afectados otros. Por ejemplo, el elemento material de la tortilla se ha transformado muy profundamente en su modo de elaboración, dado que en el elemento de organización social, han surgido necesidades y se han llevado a cabo adaptaciones que repercuten directamente sobre diversos aspectos. Además del material, se ha modificado el elemento de conocimiento pues cada vez menos las personas que aprenden a preparar las tortillas con el método tradicional (tortear a mano y cocer en comal); ahora se compran en molinos que utilizan maquinaria para su producción.

Por lo tanto, lo que se busca es esclarecer la relación que guardan los elementos de la cultura al explicar un solo fenómeno. Es preciso recordar, que como Bonfil

comenta, las decisiones que se toman sobre los elementos culturales, se pueden dar en varios niveles, desde acciones macrosociales, hasta incluso, acciones individuales o familiares y:

en cada una de ellas, las decisiones se dan de manera concreta, cuyas características son material de investigación empírica... porque la posibilidad de comprender un fenómeno descansa en el postulado de que hay regularidad en su ocurrencia y en sus características, lo que permite una aproximación metódica de los mismos (Bonfil Batalla, 1988, p. 6).

Con base en lo anterior se decidió realizar el análisis en función del estrato socioeconómico al que pertenecen las familias participantes, y el modo en que manejan los elementos culturales relacionados con los alimentos. Éstas se conforman como un grupo particular, de acuerdo con el estrato al que pertenecen, dado que comparten características con las otras familias que pertenecen al mismo estrato. Dichas características se consideran en función del tipo de prácticas, lugares, costumbres e ideales que persiguen. En los siguientes apartados se analiza la forma en la que se expresa el control cultural en cada uno de los estratos estudiados. En todos los estratos socioeconómicos es posible notar la influencia que las posibilidades económicas tienen en las conductas alimentarias de las familias, obteniendo diferentes características en el modo en que se expresan los ámbitos de la cultura en cada uno.

6.3.1. Estrato socioeconómico bajo.

Recordando que las conductas alimentarias se dan desde el momento en que se eligen los alimentos a preparar, el modo en que se preparan y se consumen, en este estrato fue muy característico observar elementos de una cultura autónoma. Las personas continúan reproduciendo antiguas prácticas que han heredado de mucho tiempo atrás: consumir alimentos que no han sido congelados, comprar vegetales frescos, muchas veces a personas que las cultivan ellas mismas y que son sus vecinos.

Lo anterior se da gracias a un proceso cíclico en el que los productores locales ponen a la venta ingredientes que son tradicionales, como la carne de cerdo o las verduras locales, a precios accesibles para las personas y, a su vez, ellas consumen esos productos, dándoles completa prioridad por encima de aquellos que son ofertados en

los supermercados, no únicamente por el precio, sino por la creencia de que lo fresco es mejor para la salud y, además, tiene un sabor más agradable que lo que se vende congelado o sobre procesado. Aunque es preciso comentar que cada vez son menos las personas que se dedican a la cría de animales, desde sus pequeñas empresas ya que no es posible criarlas en casa, como se solía hacer hace unas décadas. Y a esto se suma la alta competencia que grandes corporaciones de la industria alimenticia representan para los pequeños productores.

Otro elemento de la cultura autónoma se pudo observar en el uso preferente de la leña, que funciona en vez de la estufa de gas, para casi todas las actividades de cocina. Las personas suelen acudir al monte para recoger su leña, conocen y reproducen la técnica que sus ancestros les compartieron, reproduciendo esa costumbre en su vida. No es de asombrarse que las personas de este estrato mantengan esas antiguas tradiciones de manera natural, ya que muchas de las familias que viven en la zona estudiada, son migrantes de las zonas rurales del estado de Yucatán, donde muchas veces esas tradiciones siguen vivas y conforman la normalidad de la zona, muy diferente al caso de las zonas más urbanas que ya han adoptado varias de las prácticas globalizadas.

Por otro lado, resulta interesante el hecho de que mucha de la oferta alimenticia que se da en las pequeñas tiendas de los alrededores, es de alimentos industrializados. Es decir, que han sido procesados dentro de la industria alimentaria que, a su vez, se encuentra cobijada por el modelo económico neoliberal, por lo que no forman parte de la cultura estudiada. Sin embargo, la aceptación de esos alimentos procesados es tan amplia, que se puede afirmar que forman parte de la cultura; a pesar de que no tienen el control sobre ellos, la gente decide consumirlos, los hacen parte de sus vidas.

Algunos ejemplos de la cultura apropiada para este estrato, es el consumo de la Coca-Cola® y las frituras marca Sabritas®, los cuales son de usanza tan común dentro de este grupo que se suelen utilizar a manera de premios para los niños o incluso para demostrar afecto. Dada la naturaleza compleja de las decisiones que se pueden tomar sobre lo que se consume o no para alimentarse, tal parece se expresan dos razones principales para la aceptación de elementos nuevos, para hacerlos propios. La primera

razón parece ir en función del precio del producto, es decir, mientras más barato, hay más posibilidades de que se consuma, y la segunda razón se relaciona con el placer que se obtiene al consumirlo. No hay que dejar a un lado las respuestas físicas que se dan al consumir ciertos alimentos, y los constantes debates sobre los efectos adictivos que pueden conllevar. Nuevamente la Coca-Cola® es un buen ejemplo de ello, ya que tiene un costo elevado pero muchas familias realizan el esfuerzo de comprarla a pesar de la escasez del dinero. Desde el punto de vista psicológico, el placer y la convivencia pueden asociarse también a ciertos alimentos, y propiciar su consumo.

Tabla 8.

Ámbitos y elementos de la cultura y alimentación en el estrato socioeconómico bajo.

Elementos culturales	Decisiones	
	<i>Propias</i>	<i>Ajenas</i>
<i>Propios</i>	<p>Cultura AUTÓNOMA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Materiales: en este rubro se puede observar la utilización de la <i>leña</i> para cocinar, elemento que ha utilizado tradicionalmente en la cocina yucateca y que las personas continúan utilizando, en parte porque es más accesible económicamente, pero más porque prefieren el sabor de la comida preparada a la leña. Otro elemento importante de la cultura autónoma, es el consumo de la <i>carne de cerdo</i>, que ha sido básico en los platillos tradicionales y que aún es muy común su consumo en este estrato, así como lo <i>recados</i> tradicionales de la comida yucateca. Asimismo, el uso del <i>molcajete</i>, el consumo del <i>chile habanero</i>, entre otros, forman parte de la cultura autónoma. • De organización: el principal elemento de organización es el papel que las <i>mujeres</i> tienen dentro de la familia como <i>proveedoras</i> de alimentos transformados en platillos para 	<p>Cultura ENAJENADA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Materiales: la <i>cría de los animales para consumo humano</i> dentro de las casas particulares que hace apenas algunas décadas esta era una práctica común en los hogares de la ciudad, es elemento que ha pasado a estar, prácticamente en su totalidad bajo control de unas cuantas industrias de la alimentación en el estado, dado que las personas ya no se encuentran en posibilidades de encargarse del cuidado de esos animales porque la necesidad alimenticia y social hace más urgente que laboren fuera del hogar durante muchas horas de su día. Es probable que este fenómeno se dé como resultado del estilo de vida que se lleva en las ciudades, ya que en la zona rural aun es común que las familias críen ciertos animales en casa, los cuales sacrifican y utilizan posteriormente en sus preparaciones. • De organización: la <i>tarea del huerto familiar</i>, que solía ser una

alimentar a sus seres queridos. Le hecho de que socialmente sea algo completamente normalizado y sistematizado, hace que las personas de este estrato no lo cuestionen. La otra cara de la moneda, es que es muy común en este estrato que una **figura masculina** sea quien se encarga principalmente de llevar los **recursos económicos** con los cuales la mujer se encargará de preparar la comida familiar.

- De conocimiento: los saberes que se transmiten de generación en generación tienen toda la carga cultural que se puede atribuir a la comida y al acto alimentario. Aquellas que todavía guardan su **esencia tradicional** de manera clara son las que pueden considerarse parte de la cultura autónoma, por ejemplo: la carne fresca tiene mejor sabor, los alimentos vegetales cosechados localmente son mejores, el modo de cortar los ingredientes, las recetas y modos de preparar ciertos alimentos, los toques particulares de sabor, etc.
- Simbólicos: en cuanto a los elementos simbólicos, es necesario comentar que, al ser subjetivos, es complejo determinar si las decisiones son propias o ajenas sobre los elementos. Sin embargo, es posible comentar aquellos **significados** que los alimentos tienen para las personas, que se apegan principalmente a las **normas locales**, por ejemplo: la comida casera es mejor para la salud por el simple hecho de haber sido cocinada en casa, por alguien que se preocupa.
- Emotivos: particularmente este elemento trasciende a todos los

de las principales ocupaciones familiares, se ha visto relegada por la falta de tiempo que conlleva la necesidad de comprar los vegetales.

- De conocimiento: los **saberes locales** para realizar las tareas expuestas anteriormente se han comenzado a perder, además otros conocimientos como el de las estaciones del año en que se puede obtener algún alimento en particular han comenzado a ser, hasta cierto punto, innecesarios, ya que la industria alimentaria se encarga de que la producción y distribución de muchos alimentos ya no sea limitada por las estaciones del año, efecto que es denominado en el marco teórico como “desestacionalización”, y que es posible observarlo con claridad en este espacio social.

	<p>estratos socioeconómicos, y es el hecho de que el preparar y servir los alimentos para alguien, es un acto demostrativo de afecto. También denota la creencia de que así se cuida la salud de la familia. Asimismo, el gusto de compartir los alimentos con la familia expresa la creencia de que los lazos familiares se fortalecen.</p>	
<p>Ajenos</p>	<p>Cultura APROPIADA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Materiales: uno de los elementos con mayor aceptación y, por ende, apropiación, es el consumo de refrescos embotellados, específicamente la Coca-cola®, cuyo consumo está completamente normalizado y aceptado en la población de este estrato, a pesar de que el costo económico de esa bebida es alto, en proporción con los ingresos familiares. Consumo de Sabritas® a pesar de su elevado costo. • Otros elementos materiales que se han vuelto parte de la cotidianeidad son aquellos que brindan practicidad al acto de cocinar, por ejemplo: los cubos de caldo de pollo en polvo, las salsas enlatadas. En cuanto a los instrumentos de cocina que se pueden observar en este estrato, se encuentran los más sencillos, como el refrigerador y la licuadora, así como quemadores que utilizan gas, a modo de estufa, aunque algo rudimentarios. • De organización: la proliferación de pequeñas tiendas que venden productos industrializados representa un apoyo económico para las familias que los establecen y para quienes consumen los productos. • De conocimiento: los esfuerzos por mejorar la higiene de los alimentos y por disminuir los 	<p>Cultura IMPUESTA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Materiales y de organización: en orden de sobrevivir, las personas se ven obligadas a tomar trabajos mal remunerados que les exigen muchas horas de su vida diaria, esto propicia la pérdida de la convivencia familiar al consumir los alimentos y hace necesaria la adquisición de estrategias para alimentarse fuera del hogar, como comprar algún alimento económico, que generalmente suele ser industrializado, por lo que realmente la persona no es libre de decidir sobre qué consumir, sino que su ambiente se le impone un cierto rango de opciones, de las cuales no puede alejarse porque no tiene los recursos económicos para elegir libremente. Es por esto que se considera que los productos procesados de bajo costo corresponden a la cultura impuesta. • De conocimiento: se busca enseñar a través de diversos programas que generalmente son de gobierno, a utilizar los productos procesados con ciertos objetivos, por ejemplo: a los niños hay que darles por lo menos, leche de vaca para que mantengan la salud de sus huesos, o a que consuman soya cuando el dinero no es suficiente para comprar carne,

	<p>índices de obesidad, han tenido sus frutos en la educación de las familias en esos aspectos, permitiendo que esos conocimientos se integren a los modos en que se preparan los alimentos, lavándolos, desinfectándolos, y siendo conscientes de los efectos del consumo excesivo de grasas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Simbólicos y emotivos: el significado que se da a las bebidas embotelladas, como la Coca-cola® antes mencionada, es importante en este estrato, ya que no en el discurso se puede denotar cierto <i>apego</i> o incluso tristeza en el caso de quienes, por salud, ya no pueden consumirla. El consumir esa bebida, tiene una fuerte carga emocional, que podría estar expresando un tipo de <i>identificación</i> con la campaña del producto, como si fuera parte importante de su realidad o implicara una aspiración a ser. 	<ul style="list-style-type: none"> • Simbólicos: el <i>significado de niño sano</i>, que tradicionalmente era la visión del niño robusto, “hermoso”, ha cambiado por el concepto de salud globalizado, enseñado e impuesto; que también se relaciona con el concepto propio de belleza y su relación con el tipo de alimentos consumidos. • Emotivos: fue posible identificar cierta <i>desvaloración de los elementos culturales</i>, como si su prestigio fuera menor a aquellos que proceden de una cultura externa. Por ejemplo, al cocinar utilizando la leña, las personas tendían a dar una explicación detallada del motivo por el que no cocinaban en estufa, a modo de disculpa, como si considerarían que era algo de lo que debían avergonzarse, lo cual surge de un discurso social generalizado.
--	--	--

6.3.2. Estrato socioeconómico medio.

Las familias de este estrato muestran ya cierto alejamiento de la cultura autónoma. Sin embargo, aún existen algunos elementos que pueden interpretarse como tales, como el uso del molcajete para moler los chiles o preparar salsa, así como las comidas tradicionales que se preparan porque son apreciadas y se consideran de mucha importancia, como el frijol con puerco que incluso, se reconocen en algunas familias como comidas de lujo. Sin embargo, los ingredientes que se utilizan para esas preparaciones muchas veces provienen del supermercado, donde las personas pueden decidir qué comprar, pero dentro de las empresas ofrecen, la cultura propia no siempre se tiene un control sobre ellos.

En el ámbito de la cultura apropiada, se pueden observar muchos más elementos que demuestran la amplia exposición que las familias de este estrato han tenido a productos alimenticios y modos de alimentarse que solían ser externos a la cultura y, por el uso tan generalizado que se les ha dado, han sido adoptados dentro de ella y se

han comenzado a reproducir en la misma cultura, desde los utensilios y artefactos más comunes como sartenes de teflón, ollas de aluminio, cucharones y espátulas de plástico o bambú, hasta preparaciones tradicionales de países remotos, como Italia, Japón y China. Se han integrado de tal forma que es posible observar la fusión entre las culturas expresada en los platillos. Precisamente, esas fusiones, son elementos muy comunes de consumo en el estrato medio, no de modo cotidiano, pero sí son considerados platillos para salir de la rutina y para probar nuevos sabores, dado que se expresa el deseo de no comer siempre lo mismo.

Otro aspecto para considerar es la cultura apropiada en cuanto a la visión globalizada sobre la comida saludable que se *debe* consumir para mantener una figura estética y llena de salud. Muchas veces, la creencia de que algunos alimentos pueden producir enfermedades genera cierto alejamiento de la comida tradicional, debido a que se considera que las formas de preparación y los ingredientes, pueden ocasionar enfermedades como la obesidad que, además, no es deseada en términos de estética. En ese sentido, el papel de los profesionales de la nutrición juega un papel decisivo, ya que orienta a las personas hacia lo que se puede o no consumir como alimento, sin embargo, es común que la preparación de los nutriólogos ha sido formada en términos globalizados, considerando alimentos que no son los tradicionales para las familias meridianas. Es por esto, que cuando en alguna familia se ha tenido contacto con estos profesionales, la tendencia a alejarse de las comidas tradicionales es mayor, y se adoptan alimentos globalizados diferentes a los que se consumían en las familias de origen.

Tabla 9.

Ámbitos y elementos de la cultura y alimentación en el estrato socioeconómico medio.

Elementos culturales	Decisiones	
	<i>Propias</i>	<i>Ajenas</i>
<i>Propios</i>	<p>Cultura AUTÓNOMA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Materiales: el uso de ingredientes tradicionales, como los <i>recados (no industrializados), el chile habanero</i>, así como ciertos instrumentos como el <i>molcajete</i> y 	<p>Cultura ENAJENADA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Materiales: existen ciertos ingredientes y preparaciones cuya elaboración solía llevarse a cabo de manera tradicional, pero han sido adoptados por la industria

	<p>varios <i>platillos tradicionales</i> que se preparan en las familias.</p> <ul style="list-style-type: none"> • De organización: la <i>mujer</i> sigue siendo la <i>principal encargada</i> de los alimentos. *En este elemento se puede observar una inconsistencia entre los ámbitos, ya que a pesar de que las mujeres siguen teniendo la batuta en la cocina, también han comenzado a laborar fuera del hogar, como respuesta a la necesidad económica impuesta por el sistema económico, por lo que se relaciona de manera directa con el elemento de organización del ámbito de la cultura impuesta* • De conocimiento: se sigue dando mucha importancia a las <i>recetas tradicionales</i> y su preparación correcta, aunque con cierta apertura a probar nuevos ingredientes o eliminar algunos otros (se menciona en el ámbito de la cultura apropiada) • Simbólicos: • Emotivos: <i>mostrar afecto</i> a través de la preparación de alimentos a otras personas. 	<p>alimentaria y se ponen a disposición de las personas como formas más prácticas de elaborar sus preparaciones, que, por cuestiones de tiempo, las personas consumen: <i>recados y especias industrializados</i>.</p> <ul style="list-style-type: none"> • De organización: los modos de interacción con respecto a los alimentos de la familia tienen que modificarse por las distintas ocupaciones de todos los miembros, los niños usualmente realizan alguna actividad extra escolar, los adolescentes en algunos casos trabajan. Todas estas <i>adaptaciones</i> se dan como respuesta al modelo socioeconómico que exige más habilidades y mayores ingresos para mantener un estilo de vida. • De conocimiento: aquello que antes era considerado saludable, pero desde la concepción globalizada no cubre con las expectativas, ejemplo: los niños deben comer frijol para crecer fuertes, es algo que ha dejado de ser vigente y ese conocimiento ha evolucionado.
<i>Ajenos</i>	<p>Cultura APROPIADA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Materiales: muchos ingredientes provienen del <i>super mercado</i> y no son los tradicionalmente utilizados en los platillos tradicionales. Las compras se hacen prácticamente en su totalidad en supermercados y Costco (tienda de mayoreo, perteneciente a una cadena norteamericana). • Todos los aparatos y utensilios que se han adoptado como parte de la cotidianeidad, que en el caso de la alimentación: el refrigerador, el horno de microondas, los hornos tostadores, la estufa y el horno de 	<p>Cultura IMPUESTA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Materiales y De organización: en este estrato, al igual que en el bajo, es una realidad que los trabajos y las necesidades económicas de las familias les urgen pasar <i>mucho tiempo fuera de casa</i>. Esa misma falta de tiempo en algunos casos limita la posibilidad de cocinar y las familias recurren a las cocinas económicas o alimentos precocinados. • De conocimiento: las <i>enseñanzas</i> de los nutriólogos sobre lo saludable, cuando se dan <i>descontextualizadas</i> a la cultura y las tradiciones.

	<p>gas, la licuadora, y varios más, que en algunas ocasiones suelen ser de alto costo, pero las familias consideran que son lo suficientemente necesarios y útiles como para hacer un esfuerzo por conseguirlos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • De organización: ante la incorporación de la mujer al mundo laboral es más común que las tareas del hogar se distribuyan por lo que, en ciertas ocasiones los hombres elaboran algunas preparaciones de los alimentos. • De conocimiento: existen muchas nuevas recetas, preparaciones, alimentos <i>de origen extranjero</i>, ingredientes e información obtenida por las redes sociales, y por probar comida de restaurantes extranjeros. • La preocupación por la salud ha implicado que se busque la orientación de los <i>profesionales de la nutrición</i> que, en muchos casos, enseñan a las personas a comer de manera diferente, intercambiando ingredientes o eliminando algunos. • Simbólicos y emotivos: los significados de <i>estatus</i> al consumir alimentos no tradicionales, han sido apropiados por este estrato. Aun se consumen los alimentos tradicionales, pero las ocasiones especiales que comparten con sus seres queridos, o lo que se desea mostrar en redes sociales, suelen ser los alimentos no tradicionales. Además, se puede identificar un acercamiento a los nuevos estilos de alimentación, que van en contracorriente del modelo dominante, se hace notar una gran <i>sensibilidad hacia el sufrimiento animal por el consumo de su carne</i>. 	<ul style="list-style-type: none"> • Simbólicos y emotivos: el subyacente sentimiento de que los alimentos tradicionales son menos importantes que los de otras culturas, parte de un discurso social aprendido y enseñado de manera psicológicamente violenta, dando por sentado que la cultura propia no es tan valiosa como la ajena.
--	--	---

6.3.3. Estrato socioeconómico alto.

En este grupo de familias, el contacto con culturas externas es mucho mayor, dado que tienen la capacidad de relacionarse con ellas, no es únicamente a través de lo que la globalización introduce a su propia cultura, sino a través de las experiencias directas, que pueden adquirir mediante viajes y mediante las experiencias de otros miembros de su círculo social. Generalmente esas otras culturas con las que se tiene contacto son aquellas que históricamente han resultado dominantes en la relación con la propia cultura, por lo tanto, la apropiación cultural de las familias de estrato alto es mayor que en los otros estratos, especialmente comparada con el estrato bajo. La identificación más frecuente se da con las culturas dominantes, lo que implica un paulatino (pero marcado) alejamiento de las prácticas tradicionales. Además, es claro el rechazo de las preparaciones por parte de las nuevas generaciones, que prefieren consumir alimentos no tradicionales y muchas veces pre-preparados.

Es menos común que las familias de este grupo se identifiquen con prácticas netamente tradicionales incluso en las fechas más representativas, como el día de muertos. Cuando atienden este tipo de fechas, suelen consumir las preparaciones compradas y no preparadas en familia, como dicta la tradición. Se pueden observar algunos elementos de cultura autónoma, que llevan a un disfrute de las preparaciones tradicionales, pero únicamente en determinados contextos y en relación con personas específicas, como los padres (abuelos) o la familia extensa. Además, la modificación de las prácticas culturales es más común... por ejemplo no comer los “pibes” tradicionales sino rellenos de chaya con queso, e incluso los que se venden como “veganos”.

Todo lo anterior no implica necesariamente que estas familias se encuentren completamente alejadas de sus tradiciones. Por el contrario, se pueden observar diferentes modos de participar con su cultura, como la apreciación de los elementos culturales más representativos y el orgullo por lo deliciosa que se considera la comida típica de su ciudad y estado. A pesar de que generalmente, no forme parte de su cotidianidad, la reconocen y aprecian como parte de sí, con lo cual se demuestra

nuevamente la capacidad de los alimentos para generar sentido de pertenencia e identidad.

En el día a día suelen ser reproducidas prácticas globalizadas que corresponden a la cultura apropiada, especialmente en la persecución de una figura esbelta y un cuerpo saludable. De igual manera, las actividades recreativas comunes en este grupo, implican el gusto y a veces la necesidad, de compartir los alimentos fuera de casa con las amistades o contactos laborales. Particularmente la necesidad de comer fuera de casa por motivos de trabajo, implica comprar alimentos globalizados, industrializados ya apropiados por los miembros de la cultura para cuando se tenga oportunidad de comer en casa.

En términos de elementos materiales, sería lógico pensar que cuentan con mayor diversidad que en el estrato medio. Sin embargo, las diferencias entre estratos no están en el tipo de artefactos o utensilios utilizados, sino en el costo de los mismos. En ninguno de los dos estratos se utiliza la leña para cocinar. Solo el carbón es utilizado algunas veces con fines recreativos para asar carnes con él, en asadores especialmente contruidos con esos fines, personalizados o comprados en tiendas donde se distribuyen productos extranjeros.

Tabla 10.

Ámbitos y elementos de la cultura y alimentación en el estrato socioeconómico alto.

Elementos culturales	Decisiones	
	<i>Propias</i>	<i>Ajenas</i>
<i>Propios</i>	<p>Cultura AUTÓNOMA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Consumir las comidas tradicionales en familia como un modo específico de organización familiar. Esto involucra también, elementos emotivos, ya que es de este modo como las familias extensas conviven e introyectan su identidad como yucatecos a través de los alimentos. • Adquieren conocimientos acerca de los alimentos a partir de la memoria colectiva y los corazones de los individuos el contacto con 	<p>Cultura ENAJENADA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Materiales y de conocimiento: los platillos tradicionales que se preparan en los restaurantes que enfocan su trabajo hacia las personas de este estrato, se convierten en cultura enajenada cuando las personas los toman como su único medio de contacto con dichos platillos, ya que el control y el conocimiento de las recetas queda bajo decisión de un grupo ajeno al grupo. • De organización

	<p>sus raíces, aunque de forma limitada.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Simbólicos y emotivos: el significado que las mujeres dan al cuidar de su familia siendo ellas quien se encargan de su alimentación es un elemento propio que responde a la identidad cultural. 	<ul style="list-style-type: none"> • De conocimiento • Simbólicos y emotivos:
<i>Ajenos</i>	<p>Cultura APROPIADA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Materiales y de conocimiento: todos los ingredientes cotidianos de la dieta en este estrato, suelen ser comprados según las características que presentan. Se prefieren aquellos que se pueden comprar en <i>tiendas extranjeras</i>, como Costco, en donde las <i>carnes y vegetales son importados</i>. Los alimentos considerados <i>superalimentos</i>, también tienen una amplia aceptación. Hay personas de este estrato que suelen consumir alimentos comprados en el <i>mercado local sobre todo en los orgánicos</i>, y lo hacen bajo la <i>creencia de que son más saludables</i> ya que contienen menos pesticidas que los que se venden en el supermercado. • De organización: las familias suelen <i>enfocar sus recursos</i> en la preparación de alimentos bajos en grasas y con gran cantidad de ingredientes frescos. • Simbólicos y emotivos: La mayoría de las familias de este estrato comentaron que no se suele consumir con regularidad las preparaciones tradicionales ya que buscan apegar su dieta a lo considerado saludable, dadas las enseñanzas del profesional de la salud. Se da importancia a la <i>conservación de un cuerpo sano y delgado</i> a través de la alimentación y el ejercicio es resultado de un modelo 	<p>Cultura IMPUESTA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Simbólicos y emotivos: este grupo social es el que tiene mayor capacidad de responder a las ofertas publicitarias, lo cual también hace que sean más vulnerables a ideas promovidas mediante la <i>publicidad</i> y de interiorizar los mensajes que se promueven desde este tipo de maniobra de venta, como puede ser la expresión de estatus.

	<p>globalizado de belleza, en el que se espera de tanto hombres como mujeres respondan a él para poder tener acceso y pertenecer al grupo social deseado. Se acepta este modelo de manera parcialmente voluntaria, ya que es impuesto, pero ha tenido mucho éxito en este estrato, tanto que la decisión de mantenerlo ha sido una apropiación.</p>	
--	---	--

6.4. Conclusiones

La influencia de las culturas ajenas ha llegado a cambiar de manera profunda la alimentación y la percepción misma que se tiene sobre ella en el contexto meridano, ya sea porque la persona tiene acceso directo a otras culturas y modos de alimentarse o porque el sistema económico obliga a las familias a adaptarse a un nuevo estilo de vida. De cualquier modo, la conclusión es que la transformación ha sido y muy probablemente seguirá siendo insondable. Es cierto que muchas veces se tiene cierto grado de libertad en la toma de decisiones, pero la influencia simbólica y emotiva que muchas de las nuevas opciones tienen en las personas, especialmente de los estratos medio y alto, es muy fuerte, y moldea las conductas alimentarias hacia el alejamiento de lo tradicional, de forma que las nuevas generaciones no están dándose la tarea de adquirir los conocimientos que sus ancestros han transmitido de generación en generación para el mantenimiento de las tradiciones. Ahora, ¿valdría la pena cuestionarse acerca de la permanencia en el futuro de los alimentos tradicionales? Probablemente la respuesta sea no, pues difícilmente desaparecerán. Sin embargo, la tendencia es que dejen de ser un elemento cultural autónomo y pase a ser más claramente enajenado. Quizás, esas tradiciones se conviertan también en un producto más que puede ser vendido y procesado o que la transformación de los ingredientes mismos con que son preparados los platillos cambien a un grado tal, que no se pueda considerar un alimento tradicional y propio de la cultura autónoma local.

Fue sencillo notar que, de los tres estratos, es el bajo el que se mantiene, hasta cierto punto más cercano a la cultura autónoma, aún da valor a aquellos elementos de su cultura que han sido los que rigen el modo en que se alimentan y trata, en la medida de lo posible de mantenerlos. Sin embargo, no se puede dejar de lado la evidencia de la necesidad de consumir productos alimenticios que nada tienen que ver con la cultura autónoma, sino más bien, como se comentó con anterioridad, son la respuesta del medio al modelo socioeconómico vigente. Por otro lado, en términos del análisis, es posible comentar que los contrastes se dan más al mirar la información desde el estrato socioeconómico, ya que no hay diferencias en los tipos de familia, probablemente esto se deba a que el tipo de familia tiene más relevancia en cuanto al modo en que se organizan los integrantes para cubrir con las tareas necesarias, sin embargo no resulta relevante para comprender los aspectos más sensibles del modo en que se manejan los elementos culturales, para ello resulta más relevante la subcultura que representa el estrato socioeconómico.

A modo de conclusión, es preciso hacer énfasis en que la verdadera importancia de este análisis radica en cómo las personas perciben su realidad y el valor que le dan a su cultura propia, así como la apertura y flexibilidad mental para aceptar y apropiarse de prácticas culinarias ajenas; aunque valdría la pena juzgar si este proceso no verifica el hecho de que, según comenta el Bonfil Batalla, en los grupos estudiados, se da mayor importancia y valor a los elementos que se adoptan de culturas ajenas, como parte de este devenir histórico en el que el grupo pertenece a una cultura en situación de dominación y con un auto desprecio de lo propio.

Capítulo 7. Discusión

7.1. Reflexiones finales

Antes de comenzar a discutir los resultados ya expuestos y analizados en los capítulos previos, es preciso esclarecer la postura personal, teórica y empírica, desde la cual se comenzó a desarrollar la presente tesis. Al ser una persona cuya vida entera se ha desarrollado en la ciudad de Mérida, asumir una postura crítica para analizar las cotidianidades de las prácticas alimentarias resultó sumamente retador. Teniendo experiencias previas en el estudio de temas relacionados con las conductas alimentarias, desde el ámbito psicológico y las consecuencias negativas que pueden traer a la salud mental, cuando esas generan enfermedades prevenibles como la obesidad, en un principio esta tesis parecía encaminarse hacia un enfoque con tintes psicológicos. Sin embargo, al buscar analizar la raíz de las conductas alimentarias actuales, fue necesario comprenderlas desde otras disciplinas.

Para esta tarea, la antropología fungió como piedra angular del estudio, a manera de guía metodológica para alcanzar los diferentes objetivos planteados, sobre todo para comprender la naturaleza de las decisiones tomadas en función de los alimentos y el modo en que las conductas alimentarias se ven influenciadas por los procesos macrosociales, especialmente las transformaciones sociales de naturaleza económica. Además, permitir la visión de los participantes como un grupo social con características culturales propias permitió que la discusión se enfocara en las características compartidas desde el ámbito social, con las diferencias que el estrato socioeconómico podía marcar en cada uno de los grupos.

Como resultado de la revisión de diferentes perspectivas teóricas, una de las principales reflexiones fue que las problemáticas resultantes de las conductas alimentarias inadecuadas como la obesidad, sobrepeso y desnutrición, tienen un trasfondo cultural inalienable. En la actualidad, se ven aún más influenciadas por los grandes cambios sociales, dado que las exigencias económicas cotidianas a las que las familias tienen que adaptarse, parecieran estar generando graves problemas socioeconómicos y familias desintegradas, debido al tiempo de las personas requieren para laborar fuera del hogar para poder alcanzar cierto nivel de vida. Es por todo ello,

que la postura teórica asumida personalmente para la realización y desarrollo de esta tesis es que resulta imposible comprender el modo en que las personas de una sociedad se relacionan con los alimentos si no se comprende el espacio social que ocupan en su sociedad. Pero, a su vez, se ve a las personas como individuos que son absolutamente capaces de decidir y actuar, en función de sus experiencias, conocimientos y preferencias, por lo que se buscó analizar ese espacio entre lo que social y económicamente se dicta a las personas y su capacidad de decisión y control sobre sus elementos culturales. En pocas palabras, entender el control cultural que se expresa en las conductas alimentarias de las familias meridanas.

Las conductas alimentarias representan una serie de procesos sumamente complejos, dentro de los que convergen aspectos sociales, psicológicos y biológicos, sin una jerarquía marcada, y con distintos grados de influencia, dependiendo de tantos factores como personas, experiencias y condiciones de vida existen. Entender todos los elementos que las influyen exige comprender el contexto determinado donde ocurren, dentro de un margen de tiempo y espacio delimitados con claridad. No es posible realizar generalizaciones en cuanto a sus expresiones prácticas, a menos que se les analice desde un punto de vista cultural, e incluso dentro de la cultura, las expresiones de las conductas alimentarias varían de una persona o grupo a otro, de un momento a otro.

Además, un aspecto a considerar es la gran importancia que tienen los procesos macrosociales sobre las conductas alimentarias, ya que esos cambios han revolucionado la sociedad hasta llegar a la actualidad, y se han dado principalmente desde la globalización, la cual, entre otras consecuencias, ha promovido que distintas culturas se entretejan y generen intercambio de conocimientos y experiencias, y desde la perspectiva teórica trabajada, se genera una relación asimétrica de poder. Cuando se considera lo anterior, la influencia de otras culturas sobre las ya por sí mismas complejas conductas alimentarias, el proceso se torna en algo mucho más complicado, y comienzan a cristalizarse ciertos aspectos individuales, más íntimos que, sin lugar a duda, hablan de la posición que las personas tienen dentro de su contexto, como

oportunidades de expresar individualidad, emociones, afectos, todo a través de los alimentos.

Así también, se ha de considerar la dimensión simbólica de los alimentos, que como se mencionó en capítulos anteriores, son portadores de significados que únicamente tienen sentido dentro de un espacio social particular, y que se expresan a través de la manera en que las personas se alimentan; esta dimensión simbólica comprende uno de los elementos de análisis más representativos de la cultura, y su evolución siempre será en función de la sociedad misma, como resultado de las transformaciones que se den en ella, por lo tanto, su estudio y comprensión jamás deben considerarse estáticos. En cuanto a los atributos individuales de los miembros de una sociedad, es imprescindible mantener presente que existen diversos valores, normas, estereotipos, opiniones, creencias, que, como atributos personales, resultan en orientaciones actitudinales positivas o negativas, por lo que rigen su comportamiento alrededor de los alimentos.

Son esos elementos psicológicos personales los que permiten a los individuos reafirmar su propia identidad, poniendo de manifiesto la influencia del espacio social que habitan y dentro del cual se desenvuelven. Sobre este punto, el estrato social es relevante ya que delimita el rango de opciones a los que pueden acceder las personas, lo que, a su vez, determina las experiencias, gustos, preferencias, significados y creencias que se dan en cuanto a los alimentos y las conductas alimentarias. Es por ello, que el estrato social, fungió como uno de los elementos de análisis más significativos y que generó información referente al apego o desapego de las conductas alimentarias tradicionales, lo cual es consistente con Bourdieu (1979) quien considera que las prácticas alimentarias son definidas y construidas según la posición de una persona en su espacio social. La interacción entre las características individuales y la posición dentro del contexto social de la persona constituye un espacio de análisis, que obliga a comprender que no se es puramente libre al decidir sobre las conductas alimentarias, pero tampoco se encuentra por completo limitadas al abanico de posibilidades que ofrece su espacio social.

Se ha discutido con anterioridad la complejidad que la interacción de las culturas propicia en la comprensión de las conductas alimentarias, no únicamente en el presente, sino en el contexto histórico, específicamente del proceso de colonización. Especialmente en un contexto como el yucateco, en el que la imposición de nuevos ingredientes, platillos e instrumentos de cocina, trajo consigo una clasificación explícita de lo que era bueno o adecuado socialmente y aquello que no, misma que se conserva en la actualidad, y que pone en desventaja las costumbres indígenas. Esa clasificación no se dio de manera pacífica, sino a través de la violencia física y simbólica, misma que en la actualidad permanece y continúa poniendo en un lugar privilegiado a los elementos impuestos. Sobre este último punto, se considera que la situación de pobreza en que viven las personas del estrato bajo les priva de la capacidad de acceder aquellas conductas alimentarias consideradas superiores (en el proceso de colonización) y continúa estableciendo límites y diferencias entre uno y otro sector de la población.

Si se contrastan los efectos de la colonización, con los que la actual globalización ejerce sobre sociedades que son vulnerables por no contar con las herramientas que les permitan alinearse a un modelo de desarrollo uniforme, se puede intuir que la situación de desventaja es similar a lo que vivieron los pueblos colonizados, pero quizás a mayor escala. Esto puede verse reflejado en la manera que las personas se han adaptado a las opciones que la industria alimentaria les provee, apropiándose de los significados sociales de esos alimentos y alineándolos a sus sistemas de creencias, por ejemplo: el estatus que representa en las comunidades mayas el consumir Coca Cola® (Marín, 2013). Por lo tanto, es posible comprender la presión social de las economías dominantes sobre los países tercermundistas, como una presión colonizadora que continúa imponiendo modos de consumir y actuar.

Es preciso puntualizar que las personas son conscientes de la influencia que la globalización ha tenido en su estilo de vida y en su alimentación, los actores sociales pueden notar las transformaciones que se han dado en las últimas cuatro décadas, y de cómo esos cambios han requerido importantes adaptaciones de su estilo de vida familiar y laboral. Se considera que son esas adaptaciones las que impulsan el consumo

de alimentos industrializados, especialmente en las familias de estrato bajo, ya que les ahorran tiempo y dinero. En las familias de estratos medio y alto, la globalización se ha mostrado en la cantidad y variedad de opciones a las que se puede acceder, de manera que el mercado culinario se ha revolucionado y es posible adquirir prácticamente cualquier alimento, en cualquier época del año, y con la total aceptación de muchos alimentos no tradicionales.

Con el fin de discutir el eje central de esta tesis, se recuerda que se buscó comprender el modo en que las personas se acercan a sus alimentos considerando las circunstancias sociales y el marco cultural cargado de significados y creencias propias de la cultura a la que pertenecen. En cuanto a los significados observados en el trabajo de análisis, resulta particularmente interesante corroborar la información que la literatura expone sobre los aspectos emocionales de la alimentación y el modo en que éstos afectan las conductas alimentarias, por ejemplo, preparar un platillo en particular para alguien a quien se quiere, es una tarea consciente ya sea con el objetivo de cuidar su salud o de generar alegría en la persona, está claro que los alimentos son una vía de expresión de afecto. Además, la reproducción de los significados implícitos en las tareas que las mujeres han de reproducir en sus hogares se expresa casi sin cuestionamientos en las conductas alimentarias.

Por otro lado, las creencias que el discurso de las participantes reflejaba en cuanto a las conductas alimentarias, se dirigían más hacia el compartir en familia y lo que ello implicaba para los miembros, especialmente el tener la oportunidad de consumir los alimentos al mismo tiempo, todos juntos. Una de las creencias implicaba que comer juntos generaba unión familiar, sentaba las bases para la comunicación entre los miembros y el conocerse más profundamente. Asimismo, se consideró que las personas que tienen la oportunidad de comer en casa, con la familia, comen de forma más saludable a que si lo hicieran fuera de casa, por lo que se comprende, que la comida que no es preparada en el hogar, es menos saludable y no contribuye al cuidado de la persona, esto se vincula con el significado de que cocinar para alguien es amarlo porque así se protege su salud.

En esta tesis se han considerado tres aspectos básicos: las mujeres, la familia y el estrato socioeconómico como elementos de análisis en función de las conductas alimentarias, dado que su complejidad actual comienza a vislumbrarse con mayor claridad al comprender esos tres aspectos. Las mujeres surgen como el principal pilar de la vida culinaria de las familias, en todos hogares son ellas quienes se encargan principalmente de las tareas relacionadas con la alimentación. Son ellas quienes transmiten conocimientos a sus hijas, o quienes reciben el conocimiento de sus madres u otras mujeres con quienes comparten un vínculo afectivo, que se genera a partir del compartir conocimientos y experiencias en la cocina. La familia por su parte es el espacio social donde se cristalizan las consecuencias de los cambios macrosociales que se han dado a partir de la globalización y otros factores, y donde es más evidente la evolución en las conductas alimentarias, especialmente cuando se comparan las preferencias de las generaciones más alejadas, como son los abuelos y los nietos.

Por último, el estrato socioeconómico constituye en gran medida el espacio social dentro del cual se desenvuelve la familia, es decir, las experiencias, gustos, preferencias, contactos directos con otras culturas, acceso a alimentos no tradicionales, serán en gran medida determinados por la capacidad adquisitiva con la que cuenten y como se mencionó con anterioridad, delimita el rango de posibilidades de elección que tiene la familia. Además, los estratos sociales fungen como subgrupos dentro de la misma sociedad, y cada uno dicta diferentes maneras de relacionarse entre las personas pertenecientes, pero también determina si sus miembros deben aceptar o rechazar los diferentes elementos de la cultura.

Considerar el aspecto macrosocial dentro del cual se encuentran los tres estratos socioeconómicos que forman parte de esta tesis, hace recordar a Mintz (1996) cuando plantea la relación entre el poder estructural y las consecuencias que ese poder tiene en la vida cotidiana de sus miembros, específicamente en cómo se alimentan. En el caso de la sociedad estudiada en este trabajo, se comprende al contexto macrosocial, en términos de Mintz, los significados externos, como aquellas políticas económicas que pretenden alinear la forma de vida de los países tercermundistas con la de los países desarrollados. La relación queda clara en el discurso de las participantes, cuando

expresan su percepción sobre los cambios que la sociedad ha vivido desde su infancia, hasta el presente. Específicamente, se habla de una transformación en las necesidades económicas y laborales, que impacta de manera directa en el tipo de alimentos que se consumen, muchas veces dando pie a la aceptación, de los alimentos industrializados de muy bajo valor nutricional. La cantidad de trabajo que se requiere para poder cubrir las necesidades básicas de las familias es mayor que hace cuarenta años. Además, el número de horas que se debe trabajar fuera de casa para lograr los ingresos necesarios es muy alta, sobre todo cuando la formación profesional es limitada, como es el caso de las personas del estrato bajo. En conclusión, la gente necesita trabajar más horas fuera de casa, dedica menos tiempo a la cocina y por practicidad y economía, consume productos industrializados, y es así como se visibiliza la adaptación de las conductas alimentarias al modelo de desarrollo vigente en el país.

La evidencia indica que el consumo de ciertos alimentos de alta densidad energética ha aumentado; muchas de las explicaciones al respecto hablan acerca de fenómenos macroeconómicos mencionados, como la disponibilidad, accesibilidad y economía de la comida chatarra, así como la amplia difusión en los medios de comunicación masivos o los cambios de estructura laboral que afectan la organización familiar para la adquisición y preparación de los alimentos. Sin embargo, esos factores no explican la aceptación e incorporación cultural de esos productos, así como nuevas formas de prepararlos o consumirlos. Esto último únicamente puede ser entendido a través del estudio de ciertos aspectos de la cultura ya que, para que un elemento ajeno pueda ser integrado a la cultura, requiere tener congruencia con elementos ya existentes dentro de ella. En el caso de la cultura yucateca, en la que históricamente se promovió un rechazo explícito a lo indígena, que ahora podría considerarse lo tradicional (aunque no es en el sentido estricto) y se promovió la aceptación de la superioridad de aquellos elementos no indígenas, es concordante que se acepten fácilmente elementos totalmente ajenos a la cultura y que incluso, se perciban como superiores.

7.1.1. Otros aspectos sociales de las conductas alimentarias

Son muchas las ideas que surgen en la mente cuando se habla de alimentación, especialmente cuando se adhiere la palabra “familia” al concepto. Pareciera inevitable

pensar en la propia experiencia y evocar memorias que ligan a la familia de origen y las prácticas culinarias que se llevaban a cabo en ella. Sin embargo, al investigar con personas que vienen de distintos trasfondos familiares, sus experiencias se convierten en ojos nuevos para entender su mundo y así tener una pequeña muestra del modo en que se viven otros espacios relacionados con la alimentación. Al respecto se han analizado ya varios temas, sin embargo, existen aún algunos temas que no se consideran el foco de esta tesis, pero que se encuentran relacionados de manera íntima con los resultados obtenidos.

El primer tema por comentar es la clara desigualdad en el acceso a la alimentación balanceada, dependiendo del estrato socioeconómico; no hay duda de que la pobreza es la raíz de muchas deprivaciones y violaciones a los derechos humanos, y lo descrito a lo largo del trabajo, nuevamente dirige la atención hacia aquellas limitaciones que una persona con escasos ingresos económicos vive cuando se trata de cubrir la tarea de alimentarse a sí mismo y a su familia. Por supuesto que la naturaleza de la desigualdad social parte de un serio problema estructural, mismo que ha caracterizado al país por muchísimo tiempo y que, de cierto modo, se relaciona con el concepto mismo de desarrollo que se tiene y se busca para la sociedad mexicana, que sostiene y amplía la brecha económica y, por ende, las desigualdades sociales.

Esto último invita a reflexionar y redirigir la mirada hacia la responsabilidad del Estado de intervenir de manera eficaz en la mejora del estado nutricional y la seguridad alimentaria de los ciudadanos. Para ello, se hace evidente la necesidad de implementar políticas públicas de desarrollo que promuevan diversas acciones dirigidas a la mejora de la salud y seguridad alimentaria, desde la raíz, es decir, desde la posibilidad real de acceso a alimentación de calidad para todos los ciudadanos partiendo de un enfoque de derechos donde la persona deje de ser vista como objeto de necesidades sino como poseedora de derechos que puede exigir, teniendo como principal eje de acción el respeto a la dignidad humana del individuo a quien se atiende.

Asimismo, al analizar las desigualdades, se hace evidente la ausencia de la figura del nutriólogo en las personas del estrato bajo. Resulta en cierto grado obvio y natural que al parecer no exista una preocupación por acercarse a este profesional,

aunque por supuesto esto no se puede explicar con un desinterés personal por la salud alimenticia, sino que es el resultado de un contexto social que no permite a las personas la posibilidad de poner este asunto como una prioridad. Incluso cuando existen servicios gubernamentales que de cierta manera se ocupan de la educación en salud alimentaria, son esporádicos e insuficientes como para generar cambios o enseñanzas en las personas y si además se suma el hecho de que los que existen se alinean a un modelo de alimentación muchas veces insostenible para los ciudadanos, la posibilidad de que tengan éxito es muy baja.

Lo anterior denota el esfuerzo inadecuado que se ha dirigido hacia la problemática de obesidad y desnutrición desde sus causas estructurales, ya que se busca generar en las personas conductas que no son correspondientes con sus capacidades adquisitivas o con su contexto y normas sociales. Tal es el caso de los comedores comunitarios pertenecientes al DIF, instalados en las colonias con más necesidades económicas, y que son proveídos con múltiples ingredientes, enviados desde el centro de la república, los cuales no corresponden a las costumbres locales de alimentación, por lo que las personas prefieren no consumir los alimentos que ofrecen y por lo tanto no funcionan de manera adecuada.

En ese sentido, es posible considerar que la homogenización de la alimentación se hace presente en las políticas públicas correspondientes a la alimentación. Estas derivan en programas y proyectos que al ser establecidos buscan de manera deliberada unificar el modo en que las personas deben escoger, preparar y servir sus alimentos, respondiendo a un concepto de salud que obliga a las personas a abandonar hasta cierto punto, aquellos platillos o comidas que forman parte de sus experiencias personales y que han estado presentes a lo largo de sus vidas, lo que los convierte en platillos deseados y tradicionales. Lo anterior puede explicar en cierta medida el fracaso de un programa de alimentación, o incluso el desapego a un plan alimentario específico para promover la salud. En posteriores estudios, este tema puede ser retomado para ampliarlo y definir hasta qué punto la cultura puede influir en el modo en que las personas aceptan o rechazan la modificación de sus patrones culturales y personas de alimentación, con el fin exclusivo de mejorar su salud.

Otro tema de importancia vinculado con la educación en salud alimenticia es que, de manera general, se puede comentar que las personas han adquirido una clara consciencia de la importancia de reducir los alimentos grasos en su dieta. Sin embargo, no se han apropiado de igual manera de la importancia de evitar los alimentos altos en contenido de azúcar y sodio, asunto que valdría la pena indagar por qué la información sobre las grasas ha sido más trascendental, especialmente porque la generalidad de los productos industrializados, son los que tienen más altos índices de azúcares y sodio y son consumidos con mucha aceptación entre los estratos bajo y medio. Probablemente, este fenómeno de consumo tiene que ver más con cuestiones bioquímicas, como las respuestas de placer que se tienen en el cuerpo al consumir esos productos. Por ello es importante considerar que, para disminuir los índices de obesidad, se tendría que poner mucha mayor seriedad en la regulación de la distribución y fácil acceso a esos productos. Nuevamente, se hace importante cuestionarse la responsabilidad del Estado en la regulación de los productos que permite comercializar y la publicidad que se genera para convencer al público sobre la seguridad de consumirlos.

En cuanto a la modernidad y la industria alimentaria, existen aspectos sobre los cuales se puede reflexionar. El primero de ellos es la interrogante del papel de la modernidad en el abandono de las prácticas tradicionales. Pareciera, que únicamente puede sobrevivir uno de ellos dado que la experiencia señala que tanto la adopción de nuevas tecnologías en el proceso de los alimentos, como la aceptación e incorporación de platillos ajenos a la tradición cultural, ha provocado que un menor número de personas se interese por aprender las recetas familiares. Incluso la modernidad ha propiciado que, desde el aspecto económico, sea más difícil preparar esos platillos.

Lo anterior no pone en tela de juicio que necesariamente estén condenados a desaparecer los platillos tradicionales. Sin embargo, sí genera la interrogante de quiénes serán los encargados de retomar esas recetas, en qué ámbitos se podrán adquirir en un futuro todos los platillos que las abuelas acostumbraban preparar, y en la actualidad son menos comunes. A juicio de la autora, parece poco probable que los platillos tradicionales, incluso los más olvidados, desaparezcan por completo, dado que todos tienen una fuerte carga emotiva en la vida de los yucatecos, al formar parte de su

espacio íntimo familiar y nostálgico. Por lo tanto, aceptar la modernidad no necesariamente implica el abandono de lo tradicional ya que la carga de identidad es un escudo adecuado para la protección de los bienes intangibles tradicionales.

Existe un espacio en el que lo tradicional y lo globalizado han comenzado a convivir. Esto se ve claramente en la oferta de platillos que tienen una base tradicional; mas le es agregado un toque de lo ajeno, ya sea de salud o por el uso de un ingrediente no tradicional. Un ejemplo de ello, son las conversiones de los platillos en nuevas preparaciones que excluyen el elemento de la carne, para ser consumidos por personas vegetarianas o veganas, tal es el caso del “Frijol sin puerco” de un restaurante de origen yucateco, que orientaba sus ofertas hacia el público del estrato alto, que es el que se encuentra más alejado de lo tradicional, dado que las oportunidades de relacionarse con elementos culturales de otros lugares, les permite explorar, conocer y abrir la mente hacia nuevos intereses y modos de relacionarse con los alimentos. Sumado a esto, la importancia del conservar un cuerpo sano a través de la alimentación, desde la concepción globalizada de lo que se considera sano consumir, hace más difícil que se logren conectar con los platillos típicos. Sobre las transformaciones de los platillos tradicionales, al ser adaptados a lo tradicional, surge una aparente incomodidad o malestar psicológico al observar que los platillos se convierten en algo nuevo, que responde principalmente a las exigencias de la modernidad. Es decir, productos en versiones ligeras, sin carne, con súper alimentos, etc. y esta incomodidad es un elemento interesante de análisis, sobre el que es necesario profundizar en las causas y consecuencias que pudiera conllevar. A partir de ahí se tiene el potencial de generar información interesante sobre el camino que espera a los platillos tradicionales en la sociedad.

7.1.2. Entre el discurso y la acción

A continuación, se discutirá el contraste observado entre el discurso brindado por las personas y la realidad observada a través del método etnográfico. Es importante hacer énfasis en que uno de los principales hallazgos de esta tesis es la contradicción que existe entre lo que las personas dicen consumir en sus alimentos y lo que consumen en su vida cotidiana. Este contraste radica principalmente en la integración común de

alimentos industrializados, que no se perciben como tales, es decir, se han “naturalizado” en la dieta, hasta el punto en que no consideran productos, sino alimentos comunes, que pueden equipararse a los alimentos naturales. Tal ha sido el efecto que la mercadotecnia y otros factores han tenido sobre la concepción que se tiene sobre estos productos. Asimismo, muchas de las participantes percibían que su alimentación era completamente saludable, aunque en su alacena tuvieran productos con alto contenido de azúcar, sodio y/o grasas saturadas; de cierta manera, es posible que la deseabilidad social haya tenido cierto efecto en el discurso de las personas, sin embargo, la evidencia parece apuntalar más hacia el hecho de que comprar un producto marcado como “light” u “orgánico” daba seguridad a las consumidoras de estar tomando decisiones adecuadas para su salud, sin cuestionarse acerca del contenido de los productos y mostrando una confianza plena en los productores.

Esto fue visible principalmente en los estratos medio y alto. En el estrato bajo la concepción de lo saludable estaba orientada más hacia la preferencia productos frescos, incluyendo los vegetales y carnes rojas frescas. El punto de quiebre, sin embargo, se da en la necesidad del consumo de alimentos procesados de baja calidad, que son los que principalmente se encuentran a su disposición en las tiendas cercanas, y que son frecuentemente consumidos dado que proporcionan saciedad momentánea, algo que resulta importante dadas las circunstancias que viven las personas de este estrato, es decir, al percibir menor cantidad de ingresos requieren cubrir sus necesidades alimenticias con productos de bajo costo.

De igual forma, se pudieron observar contradicciones entre el discurso y la acción, en los roles de género, ya que las mujeres cuestionaban su papel, más seguían cubriendo las expectativas sociales de ser la principal responsable de alimentar a su familia, de asegurarse de que todos comieran de manera saludable, de luchar contra “la nueva alimentación” para tratar de dar a sus niños lo que ellas consideran lo mejor para su desarrollo físico. Al parecer, el hecho de que cuestionen su papel, no necesariamente brinda el empuje suficiente para dejar de cubrirlo y comenzar a exigir equidad en esta tarea, y sería interesante observar los cambios sociales que ocurrirían si las mujeres

verdaderamente abandonaran este papel que su sociedad les impone, ya que podría considerarse un pilar importante en el desarrollo de las tareas sociales.

Por último, en este apartado de reflexiones finales, existe un tema que se considera de suma importancia personal para la autora ya que, en el vínculo generado con cada una de las participantes, se pudo observar un elemento común en todos los casos. Se trata del hecho que las mujeres se sentían felices de que se tomaran en cuenta sus tareas dentro de la cocina, como un elemento de análisis científico. Que un momento que pasa cada día como absolutamente cotidiano, casi irrelevante y en muchas ocasiones en perfecta privacidad sea de pronto un espacio en el que ellas compartieran sus saberes, sus experiencias, su vida en función de la alimentación, abría la puerta a espacios de reflexión sobre ellas mismas, sus familias, su pasado y explicaban su presente y sus preferencias en función de todo ello. Por lo tanto, es impensable separar la tarea de la cocina, de los aspectos íntimamente humanos de las personas, la cocina es un espacio de íntima conexión humana y social en el que las mujeres vuelcan el amor y la dedicación hacia sus personas queridas, a pesar de que se cuestiona la imposición de la responsabilidad.

7.2. Alcances y limitaciones

En esta tesis, se pudo observar el modo en que las familias yucatecas han podido adaptarse a la influencia de otras culturas, impulsada por la globalización, y el modo como han tenido que adaptarse o resistir a los cambios en sus formas de alimentación; se describió la manera en que ellas deciden sobre sus conductas alimentarias, dependiendo de aquello que tengan a su disposición, y el impacto que esas decisiones pueden tener en sus vidas, sus modos de relacionarse y las consecuencias que ello puede tener para el desarrollo de sus conductas alimentarias. Se comprendió de manera parcial, la influencia que los procesos económicos y de desarrollo han ejercido en el modo que las familias ejercen su libertad de elección, misma que se encuentra determinada en gran medida por el espacio donde se desenvuelven, y por el acceso económico con el que cuentan. Sobre este punto, resulta interesante retomar los postulados de Mintz (1996), cuando explica la forma en que los procesos

socioeconómicos de gran escala alcanzan la vida familiar, y generan (o exigen) cambios profundos en la dinámica.

Lo anterior, fue confirmado en el modo en que las personas cuentan sus experiencias y necesidades económicas; las largas jornadas laborales, de los hijos o esposos y las consecuencias, y el modo en que esas circunstancias han generado cierta pérdida en la costumbre familiar de comer todos juntos, lo percibieron como un valor perdido, que desearían retomar, pero entienden lo difícil de hacerlo. Después de analizar la importancia de los alimentos en la vida familiar, resulta desconcertante la claridad que se tiene sobre la pérdida de los momentos dedicados a comer, a alimentarse y a convivir con personas cercanas. Existen teóricos que consideran que, además este fenómeno conlleva la ingesta apresurada de los alimentos, lo cual puede generar problemas asociados con el desarrollo de enfermedades relacionadas con la obesidad. Se ve claramente un círculo vicioso en el que participan la pérdida de valores familiares, apresurada vida laboral que, como consecuencia, generan problemas de salud en las personas; este proceso deja entrever lo multidimensional del individuo y la forma en que las esferas personas se afectan entre sí. Pareciera necesario que se retome desde el ámbito económico, la visión de la persona como un ser mucho más complejo que la visión lineal que el modelo económico vigente le exige ser.

De igual manera, un aspecto teórico que claramente fue confirmado, es el modo en que los alimentos han participado en la vida de las personas como medio de expresión de afecto, ya sea para hacer sentir bien a alguien que se aprecia, o explícitamente para demostrar que no importan los esfuerzos que se tengan que realizar, preparar un platillo que una persona a la que se quiere desea, es una muestra clara de cariño y ganas de complacer. Una de las principales contribuciones que se pueden adjudicar a esta tesis, es la luz que se pone en el aspecto psicosocial que implican los cambios en la alimentación, dado que son pocos los estudios que tocan el tema. El espacio de la entrevista permitió a las participantes, abrirse para comentar temas que dejaban notar que no son indiferentes ante las transformaciones de la dinámica familiar, sino que, por el contrario, al ser conscientes de ellas, se generan diferentes emociones, en su mayoría el deseo de que esos cambios no involucraran la

separación de sus seres queridos momento de comer. Asimismo, el exceso de información que se tiene en los estratos medio y alto acerca de lo saludable en términos de alimentación es un asunto que como se mencionó, ha generado confusión en las personas. Profundizar en este punto y determinar cuáles están siendo las fuentes de información que resultan más representativas para las personas.

De igual manera, este estudio constató que las mujeres siguen siendo las principales responsables de la alimentación familiar, aun cuando los hijos ya son mayores y autosuficientes sigue siendo la figura femenina la que es elegida socialmente como la principal proveedora de alimentos. Sin embargo, también es posible afirmar, que se comienza a cuestionar este rol por parte de las mismas mujeres, los factores que pueden estar generando este cuestionamiento son variados, principalmente se da el hecho de que las mujeres realizan prácticamente las mismas actividades que los hombres, es decir, estudian y se desarrollan de manera profesional, adquieren empleos remunerados fuera de casa y se encuentran en el mismo nivel relacional que los hombres, lo cual naturalmente lleva a poner en tela de juicio la asignación absurda del rol de proveedora de alimentos.

Lo anterior se ve principalmente en los estratos medio y alto, esto porque en el estrato bajo, desgraciadamente, las mujeres no tienen las mismas oportunidades que las mujeres de los otros estratos, no todas logran adquirir educación formal y en el tipo de trabajo remunerado que pueden adquirir, generalmente se les piden los mismos roles tradicionales que llevan a cabo en sus hogares, es decir: limpieza del hogar, cuidado de los niños o cocinar. Por lo tanto, se puede concluir que la educación formal juega un papel importante en este cuestionamiento de los roles de género, aunque otros factores como el contacto con las redes sociales donde se promueve el pensamiento feminista, los derechos humanos, o incluso programas de televisión que rompen con esos estereotipos, pueden fungir también como promotores de la diversidad de pensamiento en cuanto a lo que es posible aspirar como mujeres.

Por otro lado, la comprensión sobre el modo en que las personas deciden sobre sus conductas alimentarias, al margen de sus circunstancias sociales e incluso de la constante invitación que se hace a todos de participar en el consumo de alimentos

globalizados. Las implicaciones de los hallazgos de esta tesis, tienen que ver con la comprensión sobre las consecuencias que la globalización y el modelo económico que la promueve, han tenido sobre las conductas alimentarias de las familias meridianas. Sobre esto, es posible comentar que el estrato socioeconómico es determinante para relacionar el grado en que las familias se alejan de las diferentes tradiciones, siendo que mientras menor sea el ingreso económico, menor será el alejamiento y más expresiones de la cultura autónoma serán visibles en las conductas alimentarias, lo cual es consistente con la situación contraria, a mayores ingresos económicos, las familias tienden a alejarse de las prácticas tradicionales, y se observan mayores expresiones de la cultura apropiada.

De lo anterior, se desprende el análisis de que el sistema económico, beneficia el paulatino desprendimiento de la cultura tradicional en los individuos, no de modo dramático e irreversible, pero sí visible, además de que parece mantener esa idea de superioridad de las culturas extranjeras, que fue implantada en la población desde la época de la colonización y que es fácil de observar en la actualidad, incluso en el tipo de alimentos preferidos o considerados más deseables; el lado negativo de esto es que su trasfondo social es, en realidad, un profundo auto desprecio de la cultura propia, cuya existencia es muestra de la falta de educación y promoción de las tradiciones, no se enseña a la gente a amar ni promover su cultura. Lo mismo ocurre con los elementos materiales, el único estrato que cotidianamente utiliza la leña, el comal en las piedras, es el estrato bajo, que (quizás a su pesar) continúa utilizando técnicas tradicionales muy antiguas para cocinar sus alimentos.

Al tratarse de un trabajo desarrollado desde el paradigma cualitativo, es importante comprender que no se busca generar información que permita generalizar los datos encontrados, sino que se busca comprender a profundidad los elementos teóricos puestos para el análisis, siempre partiendo de aquello que las participantes compartieron durante el proceso. Es por ello que una de las principales limitaciones de esta tesis es que permite vislumbrar una parte de la realidad, aunque no busca extender los resultados encontrados hacia toda la población. Es un instrumento adecuado para la reflexión de los temas que trata e invita a la exploración de los mismos en contextos

diferentes o abre nuevas incógnitas referentes al tema, mismas que se discutirán en el apartado siguiente.

La pregunta clave entonces puede ser ¿para qué serviría comprender las conductas alimentarias? Sobre todo, cuando ha quedado establecido que el modo en que una persona se alimenta no es generalizable a todas las demás personas de su cultura, ni siquiera de su familia. No hay una respuesta inequívoca para esa pregunta, sin embargo, ampliar la comprensión, a través de este tipo estudios puede abonar a una visión más profunda del contexto y dignificar el lugar que la cultura y la sociedad tienen en el modo en que las personas se alimentan. Zanzar el hecho de que las personas se alimentan en función de quiénes son, obliga a entender que, para poder solucionar los principales problemas de salud alimentaria, es necesario hacer una profunda reflexión sobre el tipo de respuestas que actualmente se están dando a ellos y reconsiderar los modos de intervención siempre en función del contexto, ya que el hecho de que la obesidad sea un problema global no implica que sea igual en todas partes del mundo, por lo que las respuestas y soluciones tienen que ser contextualizadas al espacio social en el que se enmarcan, de lo contrario, los resultados seguirán siendo, como hasta el momento, parciales y poco efectivos.

7.3. Prospectiva

Desde el ámbito social, una de las ramas de estudio más prometedoras es la evolución del papel femenino en la alimentación de la familia, especialmente los factores que promueven el abandono de los roles tradicionales, es decir, aquellas características tanto personales como ambientales que permiten a las mujeres cuestionar su realidad social y no apegarse a los roles hegemónicos de género impuestos por la cultura y momento determinados. De igual forma, resulta importante conocer los aspectos de masculinidad que permiten la construcción de una sociedad equitativa y que, al convivir como pareja, no asumen que la mujer debe cumplir con los mandatos sociales de su género, sino que apoyan y promueven dicho pensamiento crítico en sus parejas. Un estudio cualitativo que aborde ambas perspectivas contribuiría a la comprensión de aquellos valores, creencias, ideologías, etc. que potencialmente tienen la capacidad de promover una sociedad más justa y equitativa

donde las mujeres y los hombres tengan libertad para desarrollar sus capacidades y ejercer como ciudadanos con el mismo grado de relevancia.

A lo largo de los capítulos de resultados, se toca reiteradamente el concepto de salud, mismo que surgió como una categoría de análisis desde los discursos que las personas compartieron con la investigadora. Este concepto de salud, marca ciertas pautas actitudinales, como el evitar los alimentos altos en grasa e incluir alimentos vegetales en las preparaciones cotidianas. Se considera que un estudio que analice el grado en que este concepto se queda a nivel discursivo o si realmente se lleva a cabo en la preparación de los alimentos. Esto surge como una interrogante dado que, en varias ocasiones se mantenía un imaginario acerca del uso restringido de los productos procesados, ya que las participantes no los consideraban adecuados para la preservación de la salud, sin embargo, sus alacenas se encontraban llenas de esos productos. Este fenómeno puede deberse a que el concepto de producto industrializado no es realista, sino que se limita a cierto tipo de alimentos que son considerados comida chatarra, mas no aquellos que son funcionales en la cocina, y que añaden practicidad a la tarea de preparar los alimentos. Sobre esta línea de pensamiento, surge la interrogante de si el concepto de saludable se ve reflejado en la acción, con la precisión que se muestra en el discurso.

Continuando con las perspectivas de estudio desde las ciencias sociales, se hace necesario reconsiderar el modo en que las políticas públicas del país y el Estado, se encuentran desarrolladas y planificadas en la solución a los problemas tan importantes como son la malnutrición, el hambre y la obesidad adulta e infantil. Dada la magnitud que estos problemas de salud que muestran en el estado, se hace necesaria la incentivación de estudios que logren comprender de qué manera las personas podrían adherirse a programas y servicios de salud que busquen contrarrestarlos. Mucho se ha dicho ya sobre la falta de eficacia de los programas establecidos, pero la necesidad de conocer a profundidad el contexto meridano, las creencias, valores, significados, preferencias, es muy importante si verdaderamente se busca disminuir la incidencia de dichas problemáticas.

Además, la regulación del modo en que se presentan los productos altamente procesados, que en muchos casos son dañinos para la salud, pone en tela de juicio el enfoque que el modelo económico tiene para definir desarrollo, es evidente que la conveniencia de unos cuantos es más importante que el respeto a la salud de las familias, especialmente de los más jóvenes, quienes tienen un papel excesivamente vulnerable tanto física como psicológicamente ante el tipo de publicidad que se permite en la legislación actual, por lo que un estudio que analice esta problemática con el rigor científico que requiere, puede sentar las bases para proponer nuevas maneras de proceder desde el ámbito legal.

Una línea de investigación puede partir desde el sentimiento de libertad que se percibe individualmente cuando se toman las decisiones sobre qué consumir, sin considerar que esa aparente libertad, se da dentro de un espectro de posibilidades limitadas, muchas veces por aparatos sociales sobre los que el individuo no tiene ningún control. Por lo tanto, esa libertad percibida, se encuentra delimitada y planeada por un grupo social muy reducido. Esclarecer los motivos por los que la sociedad no alcanza a percibir y analizar en su vida cotidiana, las razones que lo llevan a elegir como lo hace, y descubrir por sí mismo que muy probablemente, un amplio porcentaje de esa decisión se encuentra influenciadas por expectativas sociales que se tienen sobre sí y el deseo o necesidad de pertenecer a un grupo en específico, lo cual, por supuesto, implica el no pertenecer a otro. Por tanto, el tipo de producto que una persona elige en realidad está expresando el tipo de persona como quiere ser percibida. La complejidad psicológica y social de las elecciones es un amplio tema de análisis científico.

Por otro lado, un tema bastante interesante, es el hecho de que en la actualidad el modelo de belleza generalizado es el de un cuerpo atlético y saludable, delgado, especialmente para las mujeres. Sin embargo, esto se vuelve una contradicción social, dado que también, en la actualidad se vive la pandemia de obesidad más importante de todos los tiempos. Esta dualidad en el pensamiento y acción sociales abre muchas interrogantes sobre el proceso que se da entre el discurso y la acción, al referirse a las acciones individuales de alimentación. Existen ideales sociales que traspasan a todos los estratos, el comer saludable, el ser un individuo sano y prevenir enfermedades, sin

embargo, la variabilidad de las opciones sobre las cuales se puede elegir para alcanzar esos ideales sociales, son tan amplias que mucha gente se confunde en el proceso, por lo tanto, surgen varias interrogantes: ¿son acaso las opciones disponibles, tantas que abruma al individuo? O quizás ¿la información sobre los productos deja mucho que desear y lleva al individuo a tomar decisiones inadecuadas en la elección alimenticia?, ¿son las personas conscientes del tipo de alimentos que están consumiendo?, ¿acaso los ideales estéticos y de salud son imposibles de alcanzar cuando las opciones alimenticias son tan vastas y diferentes?

En cuanto a los aspectos biológicos de la alimentación en futuras investigaciones, es importante considerar el hecho de que a pesar de la enorme relevancia que lo social tiene sobre las conductas alimentarias, existen procesos biológicos que generan ciertas preferencias, tal como ocurre con las adicciones, como es el caso de los productos procesados que contienen altos índices de azúcar, sodio, grasas saturadas o compuestos químicos, los cuales generan respuestas particulares en el organismo humano y perpetúan su consumo, por lo que analizar la relación entre el control cultural y las reacciones biológicas podría arrojar datos más integrales, fusionando ambas perspectivas. Es por esto, que se requiere información clara y precisa que permita establecer un eje de acción para promover la salud alimenticia y el consumo moderado de esos productos. Además, la información contundente de un estudio de esta naturaleza puede dar pie a avanzar también en términos de legislación y normas sanitarias correspondientes.

Por último, en cuanto a la educación y formación de nutriólogos en el país, se propone que los programas educativos en esta disciplina hagan énfasis en los aspectos socioculturales de la alimentación para así poder comenzar a educar en función de la comprensión del espacio social con el que se pretende trabajar. Además, sería recomendable que los planes y programas de estudio se evaluaran, con el fin de analizar el grado de conocimiento sobre el contexto, en el cual se desarrollarán los futuros profesionales que decidan dedicar sus esfuerzos al área clínica de esta profesión. Se considera que dicha evaluación, llevada a cabo con la apertura necesaria, puede sentar las bases para que se trabaje desde la profesión con un enfoque multidisciplinario, a

través del cual, los futuros esfuerzos por mejorar la calidad alimentaria y salud nutricional de la población en general, pueda llevarse a cabo con herramientas más comprensivas de la realidad social y que promuevan el respeto por las normas culturales, sin poner cuestionar de ningún modo, la necesidad de realizar los cambios que promuevan la salud física, psicológica y emocional de las personas.

Ante un objetivo tan complejo, se sobre entiende la necesidad de trabajar desde diversas disciplinas, para poder incidir verdaderamente en las problemáticas alimenticias y sociales que atraviesa el país. Un papel importante lo juegan los nutriólogos, que en los sectores medio y alto de la sociedad son solicitados por un buen porcentaje de la población, y que en el estrato bajo tendrían la responsabilidad moral y ética de ejercer como agentes de cambio en la educación y promoción de la salud. Se debe enfocar en la promoción de los estilos de vida saludables, conociendo primeramente el contexto de la población en el cuál van a incidir, sin descuidar la importancia de todas lo que implica, el profundo respeto hacia una cultura en particular.

Referencias.

- Albán, A. (2010). Comida y colonialidad. Tensiones entre el proyecto hegemónico moderno y las memorias del paladar. *Revista Calle 14*, 4(5), 10- 23.
- Altieri, M., & Nicholls, C. (2002). Una perspectiva agroecológica para una agricultura ambientalmente más sana y socialmente más justa en la América Latina del siglo XXI. *Instituto Nacional de Ecología*, 286- 289.
- AMAI. (2008). *Nivel socioeconómico AMAI*. México: AMAI.
- Andreatta, M., & Martínez, A. (2017). Alimentación cotidiana y normas de género: un etnodrama. *Aposta. Revista de ciencias sociales.*, 73, 9- 29.
- Andreatta, M., & Martínez, A. (2017). Alimentación cotidiana y normas de género: un etnodrama. *Aposta. Revista de ciencias sociales.*, 73, 9- 29. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5990752>
- Arroyo, P., & Bertrán, M. (2006). *Antropología y nutrición*. México: Universidad Autónoma Metropolitana.
- Ayora, I. (2014). El performance de lo yucateco: cocina, tecnología y gusto. *Alteridades*, 24(48), 59- 69. Obtenido de <http://www.scielo.org.mx/pdf/alte/v24n48/v24n48a6.pdf>
- Belálcazar, D., & Tobar, L. (2013). Determinantes sociales de la alimentación en familias de estratos 4, 5 y 6 de la localidad de Chapinero de Bogotá D.C. *Rev. de la Fac. Nac. salud pública*, 31(1), 40- 47. Obtenido de <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=adb1b2ef-0cd0-4672-bcfa-28e8d4674cd1%40sessionmgr4006>
- Bertran, M. (2015). *Incertidumbre y vida cotidiana. Alimentación y salud en la ciudad de México*. México: Editorial UOC.
- Blanco, I., Bonvecchio, A., Carreto, Y., & Théodore, F. (2011). Representaciones sociales relacionadas con la alimentación escolar: el caso de las escuelas públicas de la Ciudad de México. *Salud colectiva*, 7(2), 215- 229.
- Bonfil, G. (1988). La teoría del control cultural en el estudio de procesos étnicos. *Anuario antropológico*, 86, 13- 53.
- Bourdieu, P. (1979). *La distinción, crítica social del juicio*. París: Minuit.

- Campbell, H., Murcott, A., & MacKanzie, A. (2011). Kosher in New York City, halal in Aquitaine: challenging the relationship between neoliberalism and food auditing. *Springer*, 28, 67- 79.
- Cardoso, M. (2006). La cultura como configuradora de estilos alimentarios antagónicos al tratamiento médico contra la diabetes. *Cultura, dieta y diabetes. Cuicuilco. Escuela Nacional de Antropología e Historia.*, 13(37), 129- 142.
- Carrasco, N. (2007). Desarrollos de la antropología de la alimentación en América latina: hacia el estudio de los problemas alimentarios contemporáneos. *Estudios sociales*, 16(30), 80- 101. Obtenido de <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=3&sid=69883e88-10ef-4bc4-a0ea-97e3e5caf775%40sessionmgr4007>
- Castillo, C., Busdiecker, S., & Salas, I. (2000). Cambios en los hábitos de alimentación durante la infancia: una visión antropológica. *Revista Chilena de Pediatría*, 71, 5- 11.
- Castillo, C., Osorio, J., & Weisstaub, G. (2002). Desarrollo de la conducta alimentaria en la infancia y sus alteraciones. *Revista Chilena de Nutrición.*, 29(3), 208- 285.
- Cruz, J. (1991). *Alimentación y cultura. Antropología de la conducta alimentaria.* España: Eunsa.
- DeWalt, K., & DeWalt, B. (2002). *Participant observation: a guide for fieldworkers.* California: AltaMira Press.
- Díaz, C., & Navarro, P. (1998). *Métodos y técnicas cualitativas de investigación en ciencias sociales.* Madrid: Síntesis.
- Dobzhansky, S. (2004). *Las primeras cocinas de América.* México: Fondo de Cultura Económica.
- Domingo- Bartolomé, M., & López- Guzmán, J. (2014). La "medicalización" de los alimentos. *Persona y bioética*, 2(18), 170- 183. Obtenido de <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=3&sid=59d26652-c076-4f27-95a7-880d3febd7a4%40sessionmgr4008>
- Elvridge- Thomas, R. (2010). De moles, pulques, dulces y bisteces: la comida en la Ciudad de México en el siglo XIX. *Fuentes humanísticas*, 38, 59- 70. Obtenido

de

<http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=44&sid=59d26652-c076-4f27-95a7-880d3febd7a4%40sessionmgr4008>

Entrena, F. (2008). Globalización, identidad social y hábitos alimentarios. *Revista de ciencias sociales*, 119(1), 27- 38.

Estrada, L. (2012). *El ciclo vital de la familia*. México: Random House.

Fernández- Armesto, F. (2004). *Historia de la comida. Alimentos, cocina y civilización*. Barcelona: Tusquets.

Fischler, C. (1995). *El (h)omnívoro: el gusto, la cocina y el cuerpo*. Madrid: Paidós.

Flores, F., Hayes, N., & Wagner, W. (2011). *El discurso de lo cotidiano y el sentido común. La teoría de las representaciones sociales*. Madrid: Anthropos.

Flores, M., Cortés, L., & Góngora, E. (2008). *Familia, crianza y personalidad: una perspectiva etnopsicológica*. México: Universidad Autónoma de Yucatán.

Fonte, M. (2008). Knowledge, food and place. A way of producing a way of knowing. *Sociología Ruralis*, 48(3), 200- 220.

Franco, P., & Milena, S. (2010). Aportes de la sociología al estudio de la alimentación familiar. *Revista Luna Azul*, 31, 139- 155. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=321727233011>

Geertz, C. (1973). *La interpretación de las culturas*. Barcelona: Gedisa.

González- Castell, D., González- Cossío, T., Barquera, S., y Rivera, J. (2007). Alimentos industrializados en la dieta de los preescolares mexicanos. *Salud pública de México*. 49 (5), 345- 356. Obtenido de: <http://www.scielo.org.mx/pdf/spm/v49n5/a05v49n5.pdf>

Guiddens, A. (2007). *Un mundo desbocado, los efectos de la globalización en nuestras vidas*. México: Taurus.

Kawulich, B. (2005). La observación participante como método de colección de datos. *Forum: Qualitative social research*. 6 (2). Obtenido de: <https://es.scribd.com/document/233065560/Kawulich-Barbara-2005-La-Observacion-Participante-Como-Metodo-de-Recoleccion-de-Datos>

- López, H. (2010). *Ilustración de los niveles socioeconómicos en México*. México: Instituto de Investigaciones Sociales, S.C.
- Losada, V., Leonardellim, E., Magliola, M. (2015) Influencia sociocultural y los trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 18, (1). Obtenido de: <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol18num1/Vol18No1Art19.pdf>
- Marín, A. (2013). *Estado nutricional y cultura alimentaria en Dzutóh, Yucatán: una mirada desde el género* (tesis doctoral). El colegio de la frontera sur.
- Márquez, M., & González, K. (2017). Creencias, rituales e interpretaciones hacia el acto de cocinar: la perspectiva de tres generaciones. *Enseñanza e investigación en Psicología*., 22(2), 229- 236.
- Marshall, C., & Rossman, G. (1989). *Desingning qualitative research*. California: Newbury Park.
- Mintz, S. (1996). *Tasting food, tasting freedom. Excursions into eating, culture and the past*. Boston: Beacon Press.
- Montero, M. (2004). *Introducción a la psicología comunitaria: desarrollo conceptos y procesos*. . Buenos Aires: Paidós.
- Mullie, P., Guelinckx, I., Degrave, E., Hulens, M., & Vasant, G. (2009). Cultural, socioeconomic and nutritional determinants of funtional food consumption patterns. *Europen Journal of Clinical Nutrition*, 63, 1290- 1296.
- Murga, N. (2016). e- ciudadanos, e- salud y redes sociales. Organizarse y formarse en alimentación y salud. *Revista Española de Comunicación en Salud*, 7S, 139-144. Obtenido de <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=6&sid=c7b24fba-3518-4b7b-bf1b-cd6619abce4b%40sessionmgr4006>
- Nicolau- Nos, R., & Pujol- Andreu, J. (2011). *Aspectos políticos y científicos del modelo de transición nutricional: evaluación crítica y nuevos desarrollos*. Barcelona: SEHA.
- Ogden, J. (2005). *Psicología de la alimentación*. Madrid: Morata.

- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Estadísticas sanitarias mundiales*.
Obtenido de
http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/131953/1/9789240692695_spa.pdf?ua=1
- Osorio, J., Weisstaub, G., & Castillo, C. (2002). Desarrollo de la conducta alimentaria en la infancia y sus alteraciones. *Revista Chilena de Nutrición*, 29(3), 280- 285.
- Patiño, F., & Milena, S. (2010). Aportes de la sociología al estudio de la alimentación familiar. *Luna Azul*, 139- 155.
- Pérez, S. (2010) Segregación, recreación y calidad de vida en Mérida. México, UNAM
- Pérez, O., Nazar, A., Salvatierra, B., Pérez- Gil, S., Rodríguez, L., Castillo, M. & Mariaca, R. (2011). Frecuencia del consumo de alimentos industrializados modernos en la dieta habitual de comunidades mayas de Yucatán, México. *Estudios sociales*, 20 (39), 156- 184. Obtenido de:
<http://www.scielo.org.mx/pdf/estsoc/v20n39/v20n39a6.pdf>
- Pérez, S., & Díez-Urdanivia, S. (2007). Estudios sobre alimentación y nutrición en México: una mirada a través del género. *Salud pública de México*, 49(6), 445- 453. Obtenido de
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342007000600012
- Petracci, M. (2007). La agenda de la opinión pública a través de la discusión grupal. Una técnica de nvestigación cualitativa: el grupo focal. En A. Kornblit, *Metodologías cualitativas en ciencias sociales. Modelos y procedimientos de análisis*. (págs. 77- 89). Buenos Aires: Biblos.
- Popkin, B. (1993). Nutritional patterns and transitions. *Population and Development Review*. 19 (1), 138-157. Obtenido de:
http://www.jstor.org/stable/2938388?seq=1#page_scan_tab_contents
- Ritzer, G. (2008). *The McDonaldization of society*. (5a ed.). Los Ángeles: Pine Forge Press.
- Robles, B. (2011). La entrevista en profudidad: una técnica útil dentro del campo antropofísico. *Cuicuilco*, 52, 39- 49.

- Romo, E., López, D., López, I., Morales, C. y Alonso, B. (2005). En la búsqueda de creencias alimentarias a inicios de siglo XXI. *Revista chilena de nutrición*, 32 (1). Obtenido de: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182005000100007
- Rosas, A., & Nivón, E. (1991). Para interpretar a Clifford Geertz. Símbolos y metáforas en el análisis de las culturas. *Alteridades*, 1(1), 40- 49.
- Saucedo- Molina, T. (2003). Modelos predictivos de dieta restringida en púberes, hombres y mujeres y en sus madres. *Tesis doctoral*. México: Universidad Autónoma de México.
- Solís- Becerra, C. (2014). Prácticas culinarias y (re)conocimiento de la diversidad local de verduras silvestres en el Colectivo Mujeres y Maíz de Tepiosca, Chiapas, México. *LuminaR. Estudios Sociales y Humanísticos*, 12(1), 148- 162.
- Ulijaszek, S. (2006). Obesity: a disorder of convenience. *Obesity reviews*, 8(1), 183- 187.