



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CÓRDOBA  
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS  
ESCUELA DE NUTRICIÓN

**Trabajo de Investigación para la Licenciatura**

*“Historia de las cocinas de las familias de Villa la Tela, sus sentidos corporales y significaciones asociadas”*

*Directora:* Prof. Dra. Butinof Mariana

*Co-Directora:* Mgter. Huergo Juliana

*Alumnas:*

Cruz, Cristel Gabriela

Gariboglio, María Cecilia

Musali, Romina Sofía

**Abril 2012**

**HOJA DE APROBACIÓN**

*“Historia de las cocinas de las familias de Villa la Tela, sus sentidos corporales y significaciones asociadas”*

**Tribunal**

Prof. Lic. Ana Moos .....

Lic. Mamondi Verónica .....

Prof. Dra. Butinof Mariana .....

**Calificación:** .....

*Art. 28: Las opiniones expresadas por los autores de este Seminario Final no representan necesariamente los criterios de la Escuela de Nutrición de la Facultad de Ciencias Médicas*

## **AGRADECIMIENTOS**

Queremos agradecer a la comunidad de Villa la Tela por habernos abierto sus puertas, brindado su tiempo y dedicación, y enseñarnos su historia.

A cada una de las Directoras: a Mari y a Juli por la oportunidad brindada para realizar esta investigación, por depositar confianza en nosotras y acompañarnos durante esta última etapa de la formación profesional, como así también en nuestro crecimiento personal.

Al tribunal evaluador por sus aportes y tiempo dedicado en nuestro trabajo de investigación.

A nuestras familias por siempre brindarnos su apoyo incondicional, amor y comprensión, y por acompañarnos en cada paso que damos y elegimos en la vida.

Y a nuestros amigos, gracias por todos los momentos compartidos, secretos y risas, estudio y mateadas, y sobre todo por su amistad.

**“Historia de las cocinas de las familias de Villa la Tela, sus sentidos y significaciones asociadas”**

**Directora:** Prof. Dra. Butinof Mariana. **Co-directora:** Mgter. Huergo Juliana. **Alumnas:** Cruz Cristel Gabriela, Gariboglio María Cecilia, Musali Romina Sofía. **Tribunal:** Prof. Lic. Moos Ana, Lic. Mamondi Verónica, Prof. Dra. Butinof Mariana.

**OBJETIVOS:** 1) Recuperar y analizar la historia de las cocinas de las familias vinculadas al equipo de trabajo del Centro Comunitario Rincón de Luz de Villa La Tela. 2) Discriminar los sentidos corporales que se activan durante el proceso alimentario de las mencionadas familias. 3) Interpretar las significaciones atribuidas a la alimentación por las ya señaladas familias.

**METODOLOGÍA:** Estudio cualitativo. *Muestra:* 13 familias vinculadas al Centro Comunitario Rincón de Luz. *Técnicas e instrumentos de recolección de datos:* Observación participante, encuentros domiciliarios con las familias, entrevista semi-estructurada a informantes claves.

**RESULTADOS Y CONCLUSIONES:** Los componentes de la *cocina* en relación a la *preparación de la comida* son: a) la selección de alimentos y bebidas supeditada a la variedad y tipo de comidas que se consumen, y b) las formas aprendidas de preparación. Estos se encuentran condicionados por: la búsqueda de una alimentación sana para los niños, la situación de salud de los comensales, sus gustos, el factor climático, los servicios y el equipamiento de las cocinas, y la oferta alimentaria del mercado. La *creatividad* es desplegada en el momento de la preparación de la comida que emerge a partir de los limitados recursos de los hogares. Las *recetas* familiares se definen a partir de los ingredientes (incluidos allí sus condimentos), sus cantidades en medidas caseras, los utensilios, las formas de preparación y cocción, la persona que la prepara, la denominación y el motivo por el cual se prepara la misma. Se transmiten generacionalmente por vía oral en conversaciones informales y se identifican a las mujeres como agentes transmisores. Se reconocen dos tipos de *comensalidad*: a) cotidiana y b) especial. Los momentos “del comer” se dan en compañía, no se acepta el comer en soledad. Existen *normas* dentro de la organización de la comida de la vida que gobiernan las *costumbres* alimentarias familiares. Los modos de obtención de alimentos y bebidas son principalmente la compra directa y los programas sociales, y en menor medida la autoproducción. La comida y el comer están sumergidos en un mundo simbólico donde se entretejen sensaciones y sentimientos que se describen desde un *nivel corporal* y desde un *nivel social*. La participación del varón se refleja en la preparación de la comida sólo en ocasiones especiales y con elaboraciones particulares. Las tareas de la cocina (compra, preparación, servido y limpieza) en la cotidianeidad son asumidas por las mujeres.

**Palabras claves:** *cocina, comensalidad, recetas, roles, sentidos corporales y significaciones.*

## **ÍNDICE**

I. INTRODUCCIÓN .....	7
II. PLANTEAMIENTO Y DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA .....	9
III. OBJETIVOS .....	11
Objetivos Generales .....	11
Objetivos Específicos.....	11
IV. HIPÓTESIS DE TRABAJO.....	12
V. MARCO TEÓRICO .....	13
1. Concepciones teóricas acerca de la alimentación .....	13
1. 1. Alimento como derecho .....	13
1. 2. Alimento como mercancía .....	15
1. 3. La cocina como marco de la comida y el alimento como proceso socio-cultural .....	15
1.3.a. Cocina, lenguaje e identidad .....	16
1.3.b. Funciones de lo culinario .....	22
1.3.c. Componentes de la cocina.....	23
2. Historización de la forma de comer en Córdoba.....	24
2. 1. El comer en Córdoba a lo largo del tiempo.....	24
2. 2. El comer en contextos de pobreza.....	27
3. El comer en Villa La Tela.....	31
3. 1. Descripción sociodemográfica.....	31
3. 2. El comer propiamente dicho .....	34
VI. DISEÑO METODOLÓGICO.....	36
1. Tipo de estudio .....	36
Ejes de Indagación .....	38
2. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Información.....	38
VII. CONSIDERACIONES ÉTICAS.....	51
VIII. RESULTADOS .....	52
1. Presentación de las familias participantes.....	52
2. Organización de la comida de la vida .....	55
2.1. Historia de las cocinas familiares en el tiempo.....	55
2.1.a. Comensalidad: cotidiana y especial .....	56

2.1.b. Preparación de la comida de la vida.....	60
2.1.c. Recetas .....	71
2.2. Normas y costumbres alimentarias .....	74
2.3. Sentidos corporales y significaciones asociadas a la alimentación .....	77
2.3.a. Descriptores de la comida y del cocinar.....	78
2.3.b. Autodefinition de su alimentación.....	82
2.3.c. Creencias de la alimentación.....	84
2.3.d. Alimentación futura.....	86
2.4. Género y comida de la vida: división de tareas y roles.....	87
IX. DISCUSIÓN .....	89
X. CONCLUSIONES .....	94
XI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	97
XII. ANEXOS .....	102

## **I. INTRODUCCIÓN**

Las cocinas<sup>1</sup> comprenden una división de los procesos de producción, distribución, preparación y consumo de los alimentos, que permiten aproximarse a la comida de manera más integral (1). En este marco conceptual, el acto de alimentarse abarca aspectos de carácter biológico, económico, social, cultural, político e ideológico que denotan su complejidad. A través de la combinación de los sabores, aromas, colores, texturas, sonidos y pensamientos que se encuentran en el universo de la comida, los grupos humanos construyen fuertes relaciones sociales y simbólicas. En el acto de comer se entrelaza la doble condición de los seres humanos: su dimensión cultural y biológica. Cada sociedad ha codificado el mundo de los sentidos corporales y sociales desde su propia racionalidad, y en el comer están presentes sus particularidades: la comida es un amplio espacio de significados que expresan una historia vivida y compartida.

Asimismo, la comida es un derecho humano, un bien colectivo que debe ser garantizado. Por lo tanto, son roles del Estado y de la sociedad actuar y construir medidas integrales que lo aseguren como tal (2). En ese sentido, la Declaración Universal de los Derechos Humanos de 1948 proclamó que "Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación...". Casi 20 años después, el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (1996) profundizó en estos conceptos más exhaustivamente (3).

Argentina, es reconocida como un importante país productor y proveedor de alimentos a nivel mundial. A nivel nacional, cuenta con una disponibilidad plena de 3100kcal/día/hab., y a su vez presenta, paradójicamente, un gran porcentaje de su población en situación de pobreza, desnutrición y hambre. El problema no radica en la disponibilidad de alimentos sino en el acceso a ellos, a la capacidad de producirlos y/o a los ingresos disponibles (4). En efecto, puede afirmarse que el derecho a la alimentación, no se encuentra al alcance de todos los habitantes, a pesar de presentarse las condiciones legales para ello.

Desde la década del '90, en toda América Latina y el Caribe, se produjeron grandes

---

<sup>1</sup> Se entiende cocina en un sentido amplio, incluyendo tanto a los alimentos como a las bebidas.

transformaciones socio-económicas como resultado del auge del capitalismo y sus consecuencias: desregulación y apertura del mercado, convertibilidad, privatización y modificaciones en las políticas sociales direccionadas hacia la focalización y descentralización. Esto logró ampliar la brecha entre ricos y pobres, acentuando a gran escala las desigualdades sociales (5).

En ese marco, uno de los desprendimientos de las políticas alimentarias surgidas durante la crisis del año 2001 fueron los Comedores Comunitarios<sup>2</sup>. Su instalación en las comunidades y su perpetuación en el tiempo ha generado como consecuencia la sustitución de la comensalidad familiar por la colectiva. Tal práctica impactó en la modificación y renovación de las costumbres alimentarias históricas de las familias, entre otras (6, 7).

A través de los modos y formas de la mesa, y lo que hay en la olla se pone en evidencia la identidad del comensal. Lo que forma parte de la segunda, habla tanto de los gustos como de las posibilidades socioeconómicas. Lo que pasa en la mesa, habla de las relaciones establecidas en la familia, con las organizaciones, con la sociedad en general, y los modos de comunicación. También se ponen en evidencia las ausencias (2, 8).

Como futuras Licenciadas en Nutrición, se asumió el desafío de trascender los conocimientos propios de nuestra disciplina para incorporar insumos teóricos y metodológicos provenientes de las Ciencias Sociales a la hora de observar, describir y analizar el objeto de estudio elegido en la presente investigación: las cocinas familiares en contexto de pobreza, incursionando caminos de comprensión e interpretación desde una perspectiva social, cultural y antropológica.

Por lo expuesto anteriormente, fue nuestro particular interés conocer el mundo de las cocinas familiares de las familias de Villa la Tela, Ciudad de Córdoba, a lo largo del tiempo.

---

<sup>2</sup> Comedor comunitario: todo aquel que es puesto en marcha por cualquier organización ya sea esta estatal, privada, religiosa o comunitaria, que tiene por objeto brindar en forma gratuita a los asistentes comida preparada, ya sea: desayuno, almuerzo, merienda y/o cena (9).

## II. PLANTEAMIENTO Y DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA

Este trabajo, realizado en Villa la Tela, Ciudad de Córdoba, durante el periodo comprendido entre marzo 2011 a enero 2012, forma parte de un proyecto de investigación extensionista de la Cátedra de Epidemiología General y Nutricional de la Licenciatura en Nutrición titulado: *La producción y creación de la comida como medio de expresión de historias y sentidos. Vínculos en movimiento: con la tierra, en familia, con las organizaciones y comercios locales.*

En ese marco se persiguió responder a los siguientes interrogantes:

- a) *“¿Cuál es la historia de las cocinas de las familias vinculadas<sup>3</sup> al equipo de trabajo del Centro Comunitario Rincón de Luz de Villa La Tela?”*
- b) *“¿Qué sucede en la interacción entre el proceso alimentario familiar y los sentidos corporales?”*
- c) *“¿Cuáles son las significaciones atribuidas a la alimentación de las mencionadas familias?”*

Villa la Tela es uno de los asentamientos urbanos marginales más grandes y antiguos de la Ciudad de Córdoba, sus orígenes datan del año 1970. Está localizada en la Av. Fuerza Aérea Argentina, adyacente a la Escuela de Suboficiales. La misma comprende un total de veintidós manzanas, ubicadas en dos hileras de once, atravesadas por la calle principal llamada Pasaje Aviador Zaar (anexo 1), (8).

En la manzana tres, se localiza el Centro Comunitario (CC) “Rincón de Luz”, el cual funciona desde hace aproximadamente dos décadas. Su creación respondió a motivos estrictamente alimentarios: la necesidad colectiva de comer. Recuperando el relato de una de sus encargadas, el alimento “tangible”, inherente a la nutrición para la vida, a lo largo del tiempo logró ser complementado por otros alimentos “intangibles” e igualmente necesarios para los seres humanos: juego, cuidados, estimulación temprana, actividades recreativas. En ese sentido, lo que primeramente fue un comedor,

---

<sup>3</sup> La vinculación es planteada en términos de: parentesco, amistad y/o vecindad.

dio un salto cualitativo a CC. Actualmente, por problemas edilicios, funciona momentáneamente en un espacio cedido por la Municipalidad de Córdoba dentro de las instalaciones del Centro Integrador Comunitario (CIC) local, ubicado en la misma manzana (8).

### **III. OBJETIVOS**

#### **OBJETIVOS GENERALES**

Recuperar y analizar la historia de las cocinas de las familias vinculadas al equipo de trabajo del Centro Comunitario Rincón de Luz de Villa La Tela.

Discriminar los sentidos corporales que se activan durante el proceso alimentario de las mencionadas familias.

Interpretar las significaciones atribuidas a la alimentación por las ya señaladas familias.

#### **OBJETIVOS ESPECIFICOS**

- Analizar los componentes de la preparación de la comida a lo largo de la historia familiar.
- Analizar los principales momentos familiares inherentes al acto de comer a lo largo del tiempo.
- Analizar los roles según género en la organización de la alimentación familiar.
- Describir los elementos que definen las recetas familiares y su transmisión.
- Describir los modos de obtención de alimentos y bebidas desplegados por las familias.

#### IV. HIPÓTESIS DE TRABAJO

- Los bajos recursos económicos condicionan los componentes o elementos de la *cocina* de las mencionadas familias.
- Las *cocinas* de estas familias se construyen a partir de la *cocina* de las generaciones pasadas.
- La condimentación constituye un ingrediente identificador en los platos de comida de estas familias.
- Los ingredientes de las recetas utilizados por las familias actualmente, difieren (por sustitución, supresión y/o inclusión) de los utilizados por sus generaciones anteriores.
- La alimentación familiar se comporta como medio de transmisión de afectos y expresión de cuidado.
- En los momentos de la preparación de la comida y del acto de comer los sentidos no se activan a un mismo nivel perceptivo para las mencionadas familias.
- Un plato de comida es un conjunto de ingredientes atravesado por las significaciones alimentarias de las familias.
- En la vida cotidiana de estas familias, los momentos formales de consumo alimentario (almuerzo, cena, reuniones familiares) constituyen instancias claves de expresión de significaciones.
- Los varones forman parte de las decisiones alimentarias de las familias (selección de alimentos, comidas y bebidas, y preparación).

## V. MARCO TEÓRICO

### 1. Concepciones teóricas acerca de la alimentación

#### 1. 1. Alimento como derecho

La concepción de la alimentación como derecho, surge a partir de la Declaración de los Derechos Humanos en 1948. El Derecho a la Alimentación fue consagrado en el artículo 25 de la anterior (10).

Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado, que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios, tiene así mismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, viudedad u otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad.

En Argentina, con la reforma constitucional del año 1994, este derecho ha sido dotado de jerarquía constitucional en el artículo 75 inciso 22. En otras palabras, a partir de ese momento pasa a formar parte de la normativa nacional, por ende, en nuestro país se lo considera un derecho claramente exigible (11). El Estado tiene la obligación de actuar de tal modo que progresivamente todas las personas dentro del territorio no sólo no pasen hambre sino que puedan producir o procurarse, de forma plenamente acorde con su dignidad humana, alimentos adecuados para una vida activa y sana, que se corresponda con sus tradiciones culturales (12).

Amartya Sen, en *El derecho a la Alimentación. Definición, avances y retos*, define como titularidades o “entitlements” al derecho o dominio sobre los recursos, los cuales, a su vez, dan control sobre los alimentos o bien pueden intercambiarse por ellos. En ese sentido, plantea que la utilización por parte de las personas de sus “titularidades o derechos” son determinantes para satisfacer sus necesidades alimentarias. En mayo de 1999, el Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales de las Naciones Unidas, establece la obligación de los Estados de respetar, proteger, facilitar y hacer efectivo el derecho a la alimentación. En relación a ello, Jean Ziegler, en el ya mencionado documento *-El derecho a la Alimentación. Definición, avances y retos-*, lo define como (11):

El derecho a tener acceso, de manera regular, permanente y libre, directamente o mediante compra con dinero, a una alimentación cuantitativa y cualitativamente adecuada y suficiente, que corresponda a las tradiciones culturales de la población a que pertenece la persona y que garantice una vida psíquica y física, individual y colectiva, libre de angustias, satisfactoria y digna.

Sin embargo, es necesario hacer unas precisiones conceptuales en relación a este derecho y sus alcances:

a) Soberanía alimentaria: es un término introducido por la organización Vía Campesina durante la Cumbre Mundial de la Alimentación realizada en Roma en el año 1996, entendido como (13):

...el derecho de los pueblos a definir sus propias políticas y estrategias sustentables de producción, distribución y consumo de alimentos que garanticen el derecho a la alimentación para toda la población, con base en la pequeña y mediana producción, respetando sus propias culturas y la diversidad de los modos campesinos, pesqueros e indígenas de producción agropecuaria, de comercialización y de gestión de los espacios rurales, en los cuales la mujer desempeña un papel fundamental.

b) Seguridad Alimentaria (SA): este concepto aparece en el año 1974 en el marco de la Conferencia Mundial de la Alimentación realizada en Roma. En la ya señalada Cumbre organizada por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), se profundiza en su definición haciendo énfasis en el “acceso” a los alimentos. Se estableció que existe SA cuando todas las personas gozan en todo momento del derecho al acceso físico y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos, para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias en cuanto a los alimentos a fin de llevar adelante una vida activa y sana (14). En efecto, el acceso a los medios de producción de la tierra, la disponibilidad y el acceso alimentario son factores determinantes esenciales de la SA. Sin embargo, los primeros no son garantía del tercero (15).

En líneas generales, tanto la noción de SA como la de soberanía alimentaria se basan en el derecho al alimento en pos de garantizar la salud de la población. Sin embargo, Vía Campesina

manifiesta que la diferencia entre ambos se expresa en “cómo” lograr ese objetivo (16). En este trabajo se utilizará el concepto de derecho al alimento en los términos planteados por la noción de soberanía alimentaria.

## **1. 2. Alimento como mercancía**

La alimentación como derecho humano, remite a una postura ética en la cual el alimento no puede ser tratado como un “bien” cualquiera que puede dejarse al arbitrio del mercado para su distribución en la sociedad. La mercantilización de los alimentos a nivel mundial ha demostrado su desinterés en proteger el derecho fundamental a la alimentación dada su incompatibilidad. El contexto de aplicación de éste último está presidido por: la globalización económica, la concentración del poder y la riqueza por parte de una minoría, la circulación y el consumo de los más variados productos alimentarios, y la mundialización del mercado alimentario. En consecuencia, se puede observar un cambio de hábitos y de necesidades del comensal -consumidor, introducción de nuevos alimentos y productos alimentarios e industrialización -tecnificación del proceso productivo alimentario; fenómenos que representan la contracara del hambre y la exclusión social (17).

La economía moderna no produce los bienes y servicios para el bienestar de toda la población, sino mercancías para quienes puedan pagar por ellas. De esa manera, los individuos implícitamente están forzados a acudir "libremente" al mercado de trabajo tras la búsqueda de recursos monetarios para acceder al mercado de alimentos y/o a sus bienes de producción (18).

Este modelo alimentario, se desentiende tanto de las necesidades sociales y ecológicas (sus consecuencias actuales y futuras) de su población, como así también de los individuos que se encuentran imposibilitados de acceder a estos mercados. Teniendo como marco al derecho a la alimentación, el Estado es quien debería funcionar como ente protector del bienestar de estas personas.

## **1. 3. La cocina como marco de la comida y el alimento como proceso socio-cultural**

Los condicionamientos biológicos no son suficientes para explicar el comportamiento alimentario humano. Tal como plantean Jesús Contreras y Mabel Gracia Arnaíz, es necesario reconocer

la complejidad del hecho alimentario y tener en cuenta también cuestiones de carácter ecológico, tecnológico, económico, social, político e ideológico (19).

Los seres humanos tienen la necesidad de aprender elecciones alimentarias que no perjudiquen su salud (agentes nocivos, tóxicos), y las aprenden no sólo por un método individual de ensayos y errores, sino también a partir de un saber colectivo que se ha ido construyendo a lo largo de las generaciones, bajo la forma de un cuerpo de creencias<sup>4</sup>. Existe, en efecto, indicios que muestran que los humanos eligen sus alimentos, en buena parte, en función de sistemas culturales alimentarios que pueden llamarse *cocinas*. La cocina se define habitualmente como un conjunto de ingredientes y de técnicas utilizadas en la preparación de la comida. Asimismo, se la puede entender en un sentido más amplio y específico, según Claude Fischler abarca: "...las representaciones, creencias y prácticas que están asociadas a ella y que comparten los individuos que forman parte de una cultura, o un grupo en el interior de esta cultura" (20).

De manera complementaria, las costumbres alimentarias son definidas por Contreras en términos de formación y persistencia de esta cocina cultural, entre las que se incluyen (19):

- ✓ La selección de un conjunto de alimentos básicos (principales o secundarios).
- ✓ El uso frecuente de un conjunto característico de sabores.
- ✓ La elaboración característica (cortado, cocinando, etc.) de estos alimentos.
- ✓ La adopción de una variedad de reglas referentes a la aceptabilidad y combinación de alimentos, las comidas festivas, el contexto social de las comidas y los usos simbólicos de los alimentos.

### 1.3.a. Cocina, lenguaje e identidad

La *cocina* de una sociedad es, según Lévi Strauss -citado por Fischler-, un lenguaje en el que la sociedad "traduce inconscientemente su estructura, a menos que, sin saberlo, no se resigne a desvelar sus contradicciones". La misma, tiene una virtud fundamentalmente "identificadora"; una vez "cocinado", el alimento está marcado por un sello, etiquetado, reconocido, en una palabra: identificado.

---

<sup>4</sup> Creencias: desde la perspectiva de la Programación Neurolingüística se la entiende como el conjunto de "generalizaciones basadas en experiencias pasadas, que modelan futuras reacciones" (21).

Este autor también señala una analogía entre lenguaje y cocina: “todos los humanos hablan una lengua, pero existe un gran número de lenguas diferentes; todos los humanos comen una comida cocida, pero existe un gran número de cocinas diferentes” (20). El comer es esencialmente una actividad social: los modos como son preparados y servidos los alimentos apuntan a ser compartidos con otras personas (19).

Siguiendo la analogía entre lenguaje y cocina, las exigencias formales de la cocina (composición, horario, denominación, orden interno o tipos de platos propuestos), son análogas a la sintaxis de la gramática lingüística. Este conjunto de convenciones, que llamamos gramática, configura el *sistema culinario* no como una suma de productos y alimentos ensamblados de manera casual, sino como una estructura en el interior de la cual cada elemento define su significado. Cada cocina dispone de una gramática específica, y cuando las reglas gramaticales no se aplican, los menús resultan ininteligibles para nuestros sentidos corporales y sociales, y pueden ser rechazados (9).

En la gramática de la cocina se pueden identificar (9):

- ✓ *Léxico*: sobre el que el lenguaje se funda, se basa en el repertorio de productos disponibles, plantas y animales. El mismo variará según la condición ambiental, económica, social y cultural.
- ✓ *Morfología*: modos con los que los productos son elaborados y adaptados a las diferentes exigencias de consumo, por medio de las prácticas de cocina. Estos gestos y procedimientos concretos (modos de preparación y de cocción) transforman las unidades de base (alimentos) por medio de palabras (recetas), en platos de comida. Son estas recetas las que determinarán las relaciones de sentido entre las unidades de base.

Contreras, define específicamente a las recetas como prescripciones culinarias para la preparación de un plato o de una comida determinada; en la misma, se detallan los ingredientes e instrucciones básicas para realizar un plato de comida particular (18). A través del tiempo, las recetas de cocina han pasado de ser un conjunto de consejos, a asentarse y consolidarse en un espacio propio y bien diferenciado del resto del material publicado en los medios de comunicación (televisión, internet, radio, periódicos, revistas, y libros). Aún así, las recetas de cocina presuponen un conocimiento general sobre lo culinario, es decir, enumeran los ingredientes y procesamientos generales en un orden determinado, sin detallar paso a paso los

procedimientos implicados en ello, ni los métodos de cocción empleados, ya que suponen que la persona conoce cómo realizarlos. Por lo tanto, la forma principal de aprender la cocina de la cultura de pertenencia, es mediante la observación y la transmisión por vía oral, más que por la vía de la lectura y la escritura (22).

- ✓ *Sintaxis*: es la estructura de la frase, la que le da sentido al léxico y sus variantes morfológicas. En este caso es la comida, que ordena los platos según criterios de sucesión, combinación y relación recíproca.
- ✓ *Retórica*: sería la manera de preparar, servir y consumir la comida.

Todo ello expresa los modos mediante los cuales los individuos de diferentes sociedades proyectan sus identidades. Las preferencias y aversiones sobre determinados alimentos proporcionan una identidad, no sólo en el sentido de expresar la pertenencia a un grupo, sino también, en el de reclamar atención en variadas circunstancias sociales (19). Un ejemplo de ello son las huelgas de hambre realizadas por comunidades indígenas para exigir al gobierno mayor respeto sobre sus tierras, o lo que refiere Herkovits sobre el círculo de la inapetencia, el que se explicará más adelante (6).

Hay que tener en cuenta que los *sistemas culinarios* o *cocinas* evolucionan. Existen circunstancias que pueden provocar cambios en los hábitos alimentarios y/o conducir a la homogenización de los mismos. Así, por ejemplo, los niños constituyen un importante vector de cambios en la alimentación, en tanto que son receptores de un complejo código de regulaciones alimentarias que provienen de diversos agentes (la familia, los pares, la escuela y la televisión) (19). La socialización del niño tiene efectos de rebote en las prácticas alimentarias de su familia, es decir, sobre las formas socialmente aprendidas de hacer en lo cotidiano en relación a la alimentación, abarcando “qué”, “cómo”, “cuánto”, “con quién” se come, las formas de preparar y consumir los alimentos. De esta manera, importan e imponen en la familia prácticas alimentarias pertenecientes a la cultura de acogida que ellos mismos han adquirido en contacto con sus semejantes (20, 23). A nivel familiar y societal, esta serie de cambios y la tendencia a la hiperhomogenización provoca una cierta nostalgia relativa a los modos de comer y a los platos que han ido desapareciendo, suscitando un interés por regresar a las fuentes de los “patrimonios culturales”. La “insipidez” de tantos alimentos ofrecidos por la industria agroalimentaria provoca el recuerdo de las “delicias” y las variedades de ayer. Es por ello que se vuelve necesario -por peligro de extinción - rescatar los sabores locales, familiares, de nuestros

antepasados (19).

La estabilidad de ciertas características inherentes a las prácticas alimentarias, encuentran su correlato en las poblaciones migrantes que, después de la llegada a una nueva sociedad, conservan en gran medida su estilo alimentario y culinario. La persistencia de estos rasgos culinarios parece más fuerte y más durable que la de otras características culturales básicas (como el vestido, las prácticas religiosas, el uso de la lengua materna). En efecto, las prácticas alimentarias serían las últimas en desaparecer en caso de asimilación total. Quienes las llevan consigo les atribuyen una significación considerable, que supera la que podían tener en la cultura y país de origen. Ciertos platos, por ejemplo, se convierten en “platos tótem”: se les atribuyen un papel simbólico, que hace de ellos una clave de la identidad y no solamente los “marcadores” de ciertas ocasiones, festivas, rituales o religiosas como en la sociedad de origen. Los “platos tótem”, que son la oportunidad de la rememoración y la emoción, se convierten también en “marcadores” de la especificidad y de la diferencia. Sirven además para la transmisión de un mismo patrimonio de pertenencia que servirá más tarde para la rememoración emotiva por parte de la generación siguiente (20).

A través de la transmisión cultural, los sujetos se proveen, generación tras generación, del conjunto de saberes y habilidades prácticas que les permiten identificar, en base a la experiencia de los antepasados, los alimentos comestibles mediante la adquisición de preferencias o aversiones fundadas en la experiencia que contribuye a disminuir los riesgos ligados a la elección de alimentos (19).

#### *Sentidos corporales y significaciones (sentido social)*

Se entiende por sentido orgánico o corporal al proceso fisiológico de recepción y reconocimiento de sensaciones y estímulos que se produce a través de la vista, el oído, el olfato, el gusto o el tacto (24). Según Contreras, estos sentidos constituyen la puerta de entrada a la cultura ya que los alimentos tienen una presencia principalmente física, y los seres humanos interactúan con ellos a través de los primeros. A priori, no se necesitan del lenguaje ni del discurso para experimentar la comida. Sin embargo, ambos (lenguaje y discurso) están integrados en los significados que se construyen alrededor de ella (comida), es decir significaciones, en cómo se interpretan y se llevan a los otros (con quién se comparte la mesa) las propias experiencias sensitivas, preparando, manipulando y comiendo los alimentos (19). Cabe destacar que los sentidos orgánicos son socialmente aprendidos y no siempre se hace uso de ellos con la misma intensidad en el mismo momento.

Para comprender la significación que las familias atribuyen a su alimentación, es necesario referir a determinados términos que permiten explicar esta situación: signo, significado y significante. Los elementos que componen la lengua y el habla son los signos lingüísticos, definidos por Ferdinand de Saussure como la combinación de un concepto y una imagen acústica<sup>5</sup>. Ésta, no es el sonido material sino su huella psíquica, es la representación que dan los sentidos. El signo es una entidad psíquica de dos caras interrelacionadas e interdependientes, que dicho autor las denomina como significado (concepto) y significante (imagen acústica), y la relación entre ellos se denomina significación (25). Esta última es entendida por Carlos Rincón Castellanos como una convención social, es decir, una construcción humana que nace de la facultad de representación mediadora de la realidad como resultado de una triple relación: el hombre, las cosas y los fenómenos; el hombre y su experiencia subjetiva con los objetos, y el hombre y su interacción con sus semejantes (sujetos). Aquí se utilizará el concepto significación y sentido social de manera indistinta. De esta manera, la significación surge como representación de la realidad, como experiencia subjetiva y como medio de interacción social (26). En la representación de la realidad alimentaria de un grupo social, Pierre Bourdieu hace referencia a la relación entre: los conocimientos, creencias, percepciones y opiniones acerca de los alimentos y sus propiedades (23).

### Construcción social del gusto

Tal como lo plantea Fischler, lo que el sentido común llama “gusto” es mucho más que el gusto mismo. Esta sensación, resulta de una combinación de informaciones que proceden de varios sentidos diferentes de la gustación: las papilas gustativas, los receptores táctiles y térmicos de la lengua, y sobre todo, la mucosa olfativa que es estimulada por los olores alimentarios en el momento de la deglución. Técnicamente, esta sensación compleja se llama *flaveur* (20).

Los “gustos” se entienden, como sistemas normativos socialmente contruidos desde prácticas y representaciones diferenciadas; como sistemas que clasifican: gusto “popular”, gusto “burgués”, etc. Estos gustos, bajo la óptica de la sociología de la cultura, se explican desde la transmisión y la reproducción; su cambio se ha tomado poco en cuenta y, aún cuando se lo haya tomado, se explica por la movilidad social de los individuos o por el cambio de la composición social. Este punto de vista

---

<sup>5</sup> Imagen acústica: representación natural de la palabra en cuanto hecho de lengua virtual, fuera de todo acto de habla (25).

sostiene que las prácticas y las representaciones, los *habitus*, cambian poco o nada en su contenido: son los mismos individuos quienes cambian o buscan cambiar de status social (20). Bourdieu define *habitus* como “principio generador y unificador de representaciones y de prácticas distintas y distintivas” (23). Con esta definición se hace referencia a que los individuos adoptan prácticas que se adecuan a su contexto y grupo humano al cual pertenecen según sus posibilidades y oportunidades, y que difieren de otros contextos y/u otros grupos humanos.

Al menos cuatro factores intervienen en la génesis de los gustos alimenticios de un individuo: biológicos, psicológicos (dependientes de la experiencia individual), culturales y sociales. Se pueden distinguir dos modos de transmisión (20):

- 1) inter-generacional (transmisión que se realiza de una generación a la siguiente), se presentan dos posibilidades: transmisión por vía genética de ciertas predisposiciones o competencias; y por vía cultural, la que depende de la tradición y de la reproducción de las conductas. En el hombre, la cultura tiende a actuar sobre el entorno, modificándolo y controlándolo, y también sobre los individuos, imponiéndoles normas y límites en su comportamiento. Más que de transmisión, se trata de un proceso de aprendizaje o de reaprendizaje;
- 2) intra-generacional (por interacciones entre individuos de un mismo grupo social) como ya se hizo alusión cuando se señaló la transmisión de las recetas de cocina.

En la formación del gusto, existe una presión indirecta causada por el contexto sociocultural. En los niños en edad escolar, esta presión se ejerce esencialmente a través de un sistema de reglas y de representaciones que tienden a restringir el abanico de los alimentos. En la construcción de su cultura alimentaria, la capacidad que sus padres o los adultos tienen de orientar y de controlar sus gustos alimentarios, suele ser débil; el factor más importante es la influencia directa de sus semejantes. En la experiencia, los alimentos -comidas que no -se -dan cuentan tanto como los que -se -dan. La construcción del gusto, se trata entonces, de un proceso lento y gradual y no de una “huella” precoz e instantánea (20).

Bourdieu analiza el gusto según las clases sociales, y opone los gustos de clases populares (gusto de necesidad) con los gustos de las clases altas (gustos de lujo o de libertad): los primeros son

“necesidad hecha virtud”, favorecen la elección de comidas nutritivas y económicas (alimentos que producen una mayor sensación de saciedad a un costo mínimo). En cambio, los gustos de lujo son propios de los individuos que tienen asegurada la posesión de un capital económico -cultural, son el producto de condiciones materiales de existencia definidas por: a) la distancia respecto de la necesidad, y b) las libertades o las facilidades que les asegura este capital (23). Desde la mirada de Fischler y Contreras se señala que la anterior clasificación tiene un importante sesgo burgués que homogeniza la posibilidad real de elección del gusto de todas las clases sociales. Es decir, desde la postura de Bourdieu, de no existir estratos sociales, el gusto ideal para todos correspondería al “gusto de libertad”.

### 1.3.b. Funciones de lo culinario

En su variedad y su diversidad, las reglas culinarias constituyen otras tantas respuestas al problema antropológico del hombre y su relación con la comida. Existen tres particularidades del vínculo con la comida que aclaran las conductas alimentarias del hombre y hacen a algunas de las funciones de lo culinario (20):

- ✓ **La paradoja del omnívoro:** el hecho de ser omnívoro, posiciona al hombre como portador de autonomía, libertad y adaptabilidad. Tiene facultad de subsistir gracias a una multitud de alimentos y regímenes diferentes. A la vez, a esta libertad se asocian la dependencia y la coacción de la variedad. Biológicamente, el hombre no “sabe” obtener todos los nutrientes que necesita a partir de una sola comida, depende de un mínimo de variedad. La paradoja se sitúa en la tensión, la oscilación entre dos polos, el de la neofobia (prudencia, temor de lo desconocido) y el de la neofilia (tendencia a la exploración, necesidad de cambio, de novedad, de variedad), y en este caso la cocina es un dispositivo tendiente a resolver esta paradoja.
  
- ✓ **El principio de incorporación:** el acto fundamental en el que se cristaliza la “angustia” del omnívoro. La incorporación es el movimiento por el cual hacemos traspasar al alimento la frontera entre el mundo y nuestro cuerpo. Es fundadora de la identidad colectiva, y al mismo tiempo de la alteridad. Puede decirse que la absorción de una comida incorpora al comiente en un sistema culinario y, por lo tanto, en el grupo que lo practica.
  
- ✓ **La delimitación del *self* (con su sensación protectora: el disgusto):** lo que está en juego cada

vez que se ha tomado y cumplido la decisión de incorporación es la vida y la salud del sujeto que come, además de su equilibrio simbólico. Y cuando algo se opone a la incorporación, ocurre con frecuencia mediante una manifestación de disgusto. Éste, es un fenómeno que posee una dimensión biológica, social y cultural. Cuando se habla de disgusto se hace referencia a estados del sujeto o los afectos, comportamientos (mala cara, náuseas, vómitos) y representaciones (lo que se considera “comida” para un grupo particular). Consiste en una protección biológica construida culturalmente.

Si la comida es imprescindible para la supervivencia física y el bienestar psíquico y simbólico de las personas, las prácticas alimentarias son cruciales para la reproducción social de la sociedad. A menudo, los alimentos constituyen un nodo o núcleo básico en el inicio de la reciprocidad y del intercambio interpersonal y, en general, en el establecimiento y mantenimiento de relaciones sociales. Este acto de intercambio se puede interpretar como un acto de amistad, de estima, agradecimiento y de interés. Objeto de pactos y conflictos, los alimentos (naturaleza) y las comidas (cultura) marcan tanto las semejanzas como las diferencias étnicas y sociales, clasifican y jerarquizan a las personas y a los grupos, expresan formas de concebir el mundo e incorporar evocación simbólica (20).

### 1.3.c. Componentes de la cocina

Son cuatro los elementos que dan lugar a lo que se llama cocina (20):

- ✓ *Alimentos seleccionados*: los cuales se limitan a los que ofrece el medio, y a los que se seleccionan en función de la facilidad de acceso físico y/o económico, sumada a la energía corporal que hace falta emplear para obtenerlos.
- ✓ *Modo de preparación*: varía en cada cocina y para cada plato (cortado, asado, cocido, fritos, hervidos, etc.).
- ✓ *Principios de condimentación tradicional del alimento base de cada sociedad*.
- ✓ *Adopción de reglas relativas a*: número de comidas diarias, consumo individual o grupal del alimento, separación de determinados alimentos para fines rituales y religiosos, y los tabúes.

En relación a la paradoja del omnívoro, las sociedades han combinado sus elecciones y preferencias creando categorías, realizando clasificaciones y divisiones de lo que ofrece el medio ambiente. La primera categoría y la más primordial, es la definición de lo que es comestible. Solo se

denomina alimento a una ínfima parte de lo que es técnicamente consumible, es decir, no venenoso. De aquí deriva que la noción de comestibilidad es una distinción cultural (27).

La variabilidad de las elecciones alimentarias humanas proceden en gran medida de la variabilidad de los sistemas culturales: “si no consumimos todo lo que es biológicamente comestible, se debe a que todo lo que es biológicamente consumible no es culturalmente comestible”. En ocasiones la selección de alimentos que una determinada sociedad realiza de entre los diferentes recursos accesibles comestibles, se explica por razones técnicas y económicas. En otras, se considera una cuestión de gustos o sabor y se explica por las creencias relativas a la bondad o maldad atribuidas a tal o cual alimento. También puede analizarse desde el status de los alimentos en el seno de los sistemas de organización y de funcionamiento de la naturaleza que las sociedades humanas han elaborado a lo largo de su historia (19).

En síntesis, las características de una cocina constan de las influencias combinadas de: un medio determinado (la disponibilidad de alimentos y/o de productos alimenticios), la cultura (es decir, la tecnología puesta en funcionamiento para producir y preparar los alimentos, que no es ajena al sistema social y económico en el cual se configura), y la ideología (conjunto de creencias ligadas a la alimentación y al lugar que ocupa ésta dentro de una sociedad). Pero, además, para que una cocina perdure, debe ser adaptativa y procurar una alimentación adecuada; “un régimen adecuado debe satisfacer el paladar, ofrecer diversidad y usarse con moderación” (19).

## **2. Historización de la forma de comer en Córdoba**

### **2. 1. El comer en Córdoba a lo largo del tiempo**

Desde finales de 1800, la provincia de Córdoba experimentó un proceso de crecimiento económico importante y sostenido en el tiempo, debido a la inserción en el modelo primario - exportador como productora de alimentos. Al mismo tiempo, este crecimiento fue acompañado por otros procesos tales como: una rápida urbanización, la industrialización, una fuerte modernización, una creciente institucionalización del poder del Estado y una fuerte expansión demográfica, dada principalmente por los inmigrantes (27).

El contacto entre las cocinas étnicas se produjo en el marco de un proceso de deslocalización

preexistente que se hizo más fuerte en dicho periodo. Según Gretel y Perti Pelto, concurren tres procesos principales que dieron origen dicha deslocalización: la propagación de especies domesticadas de animales y vegetales a nivel mundial, el surgimiento de redes internacionales para la distribución de alimentos y la expansión de las industrias dedicadas a su procesamiento, sumado a la emigración de espacios rurales a los urbanos y de un continente a otro (27).

En la provincia de Córdoba pudieron distinguirse durante ese periodo, dos grandes espacios regionales: el noroeste y el sudeste. Ambos experimentaron procesos socioeconómicos opuestos, ya que el primero se caracterizó por su marginalidad económica mientras que el segundo consiguió insertarse en el modelo primario exportador como productor de alimentos y de materias primas, logrando así su crecimiento económico. Esto, dio lugar a la consolidación de clases sociales diferenciadas, dentro de las cuáles las formas de comer y las cocinas se fueron construyendo en contextos diferentes y adoptando estructuras particulares (27).

El contacto de la población nativa con los inmigrantes europeos produjo un encuentro de sus cocinas que se modificaron recíprocamente como consecuencia de dicho contacto y del intercambio de sus gramáticas culinarias. Este intercambio culinario, produjo la difusión de determinadas pautas de consumo alimentario de origen extranjero. Ello se vio manifestado en espacios públicos y privados, por intermedio del contacto de los consumidores a nivel individual y familiar con empresas de servicios donde la cocina era parte de éstos: hoteles, casas de pensión y restaurantes, cuyo número se incrementó durante dicho período. En éstas coexistían gramáticas culinarias diferentes: la criolla, la española, la italiana, la francesa, la inglesa y la alemana. Lo anterior fue de gran influencia en la producción hortícola y frutícola, lechería en pequeña escala, cría de porcinos y elaboración de manufacturas de cerdo, panificación y fabricación de pastas que se sostuvo en el tiempo (28).

Fernando Vidal Bussi describe las comidas, alimentos e ingredientes de la dieta criolla antes y después de la llegada de los inmigrantes, aclarando que son de características similares en la mayor parte del país. Entre las comidas pre -inmigratorias, éste cita a Mansilla, que considera como más representativas al puchero de carne o de gallina, con zapallo, arroz y acelga, papas y choclo; fariña o quibebe, pasteles, empanadas, bistecque (carne fritas en grasas con tomate y cebolla), huevos revueltos, carne fiambre, frutas de estación, queso criollo y mazamorra. Las comidas principales comenzaban con sopa de pan tostado, fideos o arroz. El consumo de pescado era frecuente como así también el asado de

vaca o de cordero, ensaladas de lechuga, escarolas, papas o pepinos. Guisos de garbanzos, porotos o lentejas, con huevos escalfados también formaban parte de sus comidas principales. Otras de ellas, menos frecuentes, eran albóndigas, locro, sesos, mollejas asadas o guisadas, patas de cordero o chanco, mondongo, humita y pastel del choclo. Los postres eran fritos de papas con huevo y harina, espolvoreados con azúcar molida, o bien, tortilla con la misma terminación pero de acelga y dulces diversos. Entre las bebidas nombra al vino Carlón o priorato como típico de la época. Vidal Bussi cita también a Quesada, quien sostenía en relación a las clases sociales inmersas en contextos de pobreza: “la mesa de entonces no fue, no pudo ser, lugar de placer”, ya que el mal abastecimiento no lo permitía (29).

Los cambios de esta estructura culinaria, luego de la llegada de los inmigrantes, consistieron básicamente en el: 1) reemplazo, 2) agregado de nuevas comidas y condimentos, y/o 3) rechazo en algunos casos (por tratarse de alimentos culinarios marcadores de clase). Se reemplazaron preparaciones como tortillas por tallarines o bifés por polenta. Las nuevas comidas se trataban de ravioles, torta pascualina, chupín, fugasa, pesto, fainá, pastafrola, pan dulce, salsa de tomates con cebolla, tomates rellenos de pescado y chorizos de todas las variantes. Con respecto a los condimentos, la vía de incorporación era a través de las salsas. Un caso particular de rechazo se dio con el ajo, que Biale Massé lo describía como símbolo de inmigración, la cual intentó marginar por diferente, por ser símbolo de pobreza (29).

En la actualidad, según Aguirre, la mesa de los argentinos se sigue caracterizando por la carne vacuna como alimento por excelencia, a pesar de existir en el mercado mayor variedad de carnes. Así también existe una gran variedad de hortalizas y frutas disponibles en el mercado. Sin embargo la alimentación es muy básica: carne vacuna, pollo, harina para realizar pan, pizzas y pastas, papas y arroz, empanadas, tartas y todo tipo de quesos. Existen preferencias por: papas fritas, puré, ensalada rusa, papas a la española y papas noisette, ensalada mixta de tomate, lechuga y cebolla, asado, milanasas, bife de costilla, supremas, choripán, vacío, bondiola de cerdo, etc. El proceso de globalización permitió incorporar nuevos sabores, como el sushi japonés, la comida étnica, la comida china, la comida vegetariana, entre otras (30).

## 2. 2. El comer en contextos de pobreza

Las sucesivas crisis económicas sufridas en Argentina desde los '90, dadas a partir de los cambios ya mencionados, trajeron como consecuencia inevitable el desmedido aumento de la pobreza en el país. La misma, se concibe por el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) como la “negación de oportunidades para vivir una vida tolerable” (31). Es necesario destacar que este concepto no menciona la relación entre la estructura y el agente como su condición de génesis y/o superación.

En ese sentido el término de pobreza no interrelaciona las diferentes clases sociales. En consecuencia, Gramsci -citado por Rafael Ojeda- propone la noción de grupo subalterno como disgregado y discontinuo sujeto relacionalmente a la iniciativa de los grupos que gobiernan (política, económica, ideológica y culturalmente). El análisis de la hegemonía permite distinguir tres grupos sociales: clase dominante, que dirige el sistema hegemónico; clase auxiliar, lugar donde los sectores hegemónicos encuentran su personal; y la clase subalterna que es la fuerza de trabajo dependiente<sup>6</sup> (32).

Pobreza y hambre no son conceptos mutuamente excluyentes, son situaciones que se dan como resultado de una inserción precaria (o directamente no -inserción) de las personas en la actividad económica, social y política de un país. Por ende, ambos son de fabricación social y por ello fenómenos políticos (33). La pobreza y el hambre suelen ser abordados de manera focalizada y sectorizada, y no en articulación con otros sectores: economía, hábitat, educación, salud, seguridad social, medioambiente; no hay un enfoque de atención integral en ese sentido (34).

Las políticas alimentarias argentinas a través de programas focalizan los sectores sociales menos favorecidos. La antropóloga catalana Silvia Carrasco i Pons cita en su obra *Antropología y alimentación: una propuesta para el estudio de la cultura alimentaria* a su colega mexicano Claudio Esteva, quien sugiere que los programas de ayuda alimentaria dirigidos a los sectores populares son, en realidad, los mecanismos reproductores y perpetuadores de las situaciones de miseria y retraso que éstos sufren. A su vez, destaca la creciente dependencia alimentaria de los sectores populares cuando ya

---

<sup>6</sup> Aquí se utilizarán como sinónimos grupo subalterno, sectores desfavorecidos, clase popular, y grupo inserto en contexto de pobreza.

se han destruido sus formas autóctonas de producción, distribución y consumo alimentario (35).

Las señaladas políticas se implementaron en nuestro país desde la década del '90, induciendo transformaciones en los modos de comer de los sectores inmersos en contexto de pobreza. Esta idea es reforzada por Herkovits, quien refiere que las formas y posibilidades con las que los diferentes grupos actualizan las tradiciones culinarias que integran sus historias colectivas, se construyen de acuerdo a su posición en el campo social, es decir, espacio social de acción y de influencia en el que confluyen relaciones sociales de poder en relación a la posesión de capitales (recursos) para la adquisición de alimentos (7, 23).

Con el fin de reconocer las prácticas por las cuales las clases populares logran subsistir, Noelia Ruatta describe en su trabajo de investigación *Prácticas de acceso a alimentos de un asentamiento Toba-Mocoví, urbano marginal de rosario*, los mecanismos por los cuales este grupo poblacional accede a los alimentos, aclarando que dependen más de su condición de pobreza urbana marginal, que de indígenas. Las mismas comprenden (36):

- ✓ Migraciones internas: movilizadas por razones laborales, alimentarias, educacionales y habitacionales.
- ✓ Diversificación de fuentes de recursos: mercado de trabajo urbano formal e informal, cirujeo de materiales y alimentos, mercadeo en espacios urbanos (mendigüeo de monedas, alimentos y venta de objetos), redes de ayuda mutua, ayuda social (planes, asistencia a comedores, tickets, asistencia a piquetes) y autoproducción.
- ✓ Diversificación de mercados de abastecimiento: comprenden el circuito formal, que ofrece productos industrializados, a los cuales se les realiza algún tipo de control sanitario y fiscal; y el circuito informal, que comercializa productos de elaboración casera y alimentos provenientes de establecimientos clandestinos, que operan sin ningún control bromatológico, y además presenta modalidades de pago adaptadas a las posibilidades de sus clientes (8).
- ✓ Compras racionalizadas: compra de los alimentos necesarios para la comida del día o del momento en que se va a cocinar, la cual constituye una forma de controlar el gasto mensual.
- ✓ Autoexplotación: implica dos comportamientos estratégicos: a) incrementar el ingreso, aumentando la cantidad de trabajadores en la familia, y/o b) las horas trabajadas por cada integrante de la misma (5).

Con respecto a las significaciones inherentes a lo alimentario de los sectores menos favorecidos, Herkovits afirma que los alimentos que componen la comida se invisten de significaciones vinculadas a su carácter de satisfactores potenciales, siendo que además operan como elementos justificatorios de su reproducción cotidiana. El mencionado autor sostiene que estos satisfactores, pueden resumirse en tres expectativas principales: «llenar la panza»: una sensación de saciedad localizada en el vientre; «gustar»: una experiencia de placer centrada en el paladar; y «nutrir»: una valoración intelectual focalizada en los efectos que los alimentos tienen sobre el cuerpo (7). Por ello, la canasta básica de alimentos de los sectores populares, según Aguirre, está conformada principalmente por productos rendidores, significados como “fuertes”, tales como: cereales (arroz, fideos, polenta, harina), pan, papa, aceite, azúcar, las carnes rojas (los cortes más económicos, como falda), los vinos y los picantes (37).

En relación a estos aspectos, Marisela Hernández, en su estudio *A la altura de lo cotidiano: algunos sentidos del cocinar y comer en casa*, sostiene que un plato de comida es una materialización de significados: los del cocinero, los del comensal, los del alimento. Es decir, se trata de un complejo de sensaciones, emociones, sentimientos, pasiones y reflexiones que giran en torno al cocinar y el comer (38).

En lo que respecta a las preparaciones alimentarias propias de los contextos de pobreza, hay que distinguir los vínculos entre los platos más característicos y las formas de cocción más frecuentemente empleadas. En relación a los primeros, predominan los platos colectivos, que son funcionales a la comensalidad, al tiempo de la cocinera, a la tecnología de cocción, y a las representaciones alimentarias de las clases populares: alimentos fuertes para cuerpos fuertes (que realizan trabajos de fuerza), que se comen colectivamente. Las limitaciones de vajilla e instrumentos de cocción (instrumentos necesarios para la preparación de un plato), hacen que la comida deba prepararse teniendo en cuenta un solo fuego y un solo recipiente, esto limita las preparaciones posibles a: sopas, guisos o frituras. Estas preparaciones, ofrecen la posibilidad de “estirarse” con el agregado de agua si más integrantes se unen a la mesa, y pueden acompañarse con pan para dar volumen y mayor saciedad (37). Herkovits, agrega que en estos contextos, acallar la experiencia del hambre encuentra en las preparaciones hervidas su expresión más acabada. Entre las preparaciones más frecuentes, que mantienen estrechas relaciones con diversas tradiciones populares, se encuentran el “guiso” y el “puchero” junto a los platos basados en pastas o arroz hervido (7).

Haciendo referencia a los modos de cocción, las elaboraciones culinarias requieren para ello la utilización de tres técnicas fundamentales: hervir, freír y hornear. Cada una de estas técnicas se caracteriza por una forma de insuflar el fuego, algún tipo de recipiente para contener los alimentos y, en el caso de lo hervido o lo frito, un líquido que mediatice las relaciones entre el calor y aquello que es cocinado. Herkovits cita a Lévi -Strauss para destacar que las preparaciones hervidas, a diferencia de las asadas, las horneadas o incluso las fritas, conservan una mayor proporción de aquello que es preparado. Especialmente, en el caso de los “guisos” y “pucheros”, la olla contiene todo y evita cualquier pérdida, sumado al líquido que al ser consumido evita el desperdicio de cualquiera de los componentes de los alimentos (7).

Dentro de las formas de consumo, formas de manejar el plato, de servirlo y tragarlo, Aguirre también destaca que deben ser coherentes con las representaciones del cuerpo (imagen de fuerza) y los alimentos rendidores. Guisos y sopas tienen la característica de que pueden comerse demostrando fortaleza: se sirven en plato hondo, se toman de a tragos, las carnes se comen a mordiscones. Este “atacar” la comida son los modales adecuados para la comida fuerte, la persona demuestra su interés por la comida y su agradecimiento a la cocinera con esa voracidad. Sin embargo esta comida de “cuerpo fuerte” encubre la debilidad de los comensales, parece paradójal que las comidas “fuertes” se presenten troceadas (37).

Cabe introducir el concepto de comensalidad, que Leonardo Boff la define como el comer y beber juntos alrededor de la misma mesa (39), adoptando así el acto de comer una característica social. Al hablar de comensalidad comunitaria se hace referencia al comer en una institución con otras personas que pueden ser o no de la familia (nuclear y extendida) como puede ser el caso de un comedor comunitario. Por otra parte, el consumo alimentario propiamente dicho, puede caracterizarse, según Archetti citado por Herkovits, en dos modalidades básicas: un consumo formal y un consumo informal. En el consumo formal, se especifican los ámbitos y los momentos en los que se come, los productos a consumir y los participantes del evento; este momento incluye a las comidas principales, caracterizadas por cierta intención de comensalidad compartida: planificación de una reunión de comensales en una misma instancia espacio -temporal, y la elaboración de una “verdadera comida”, es decir, preparaciones que se encuentren en el centro de aquello que localmente se define como plato. Por el contrario, en el informal no se advierten horarios preestablecidos, normas de comensalidad recurrentes, prescripciones

sobre las personas que participan en el evento ni los alimentos o platos que van a ser consumidos. Dentro de este ámbito, el “mate” ocupa un lugar preeminente, que está disponible a toda hora desde la mañana hasta la noche, posibilita “tomar algo para pasar el rato” y “picar”, como así también practicar la generosidad, puesto que es ofrecido “al que viene”, invistiéndolo con un signo de pertenencia (7).

Asimismo, resulta necesario mencionar que en este contexto de disposición restringida de alimentos con poca variación en las preparaciones, los platos correspondientes a las comidas formales tienden a repetirse con frecuencia. Ello contribuye a establecer lo que Herkovits denomina como “círculo de la inapetencia”: el mismo plato se presenta en reiteradas ocasiones, trae como consecuencia esperable una disminución del apetito, saturación que contribuye a reducir la ingesta. Por lo cual aumentan las probabilidades de repetir las sobras del mismo plato al día siguiente, y con ello que cada vez se coma menos de lo mismo. Esto promueve formas de alimentación fuera de las instancias formales (que pueden prolongarse durante todo el día) sobre todo en los niños. Sin embargo, en el caso de los adultos, cabe destacar que el mate recurrente no fatiga sus paladares (7).

### **3. El comer en Villa La Tela**

#### **3. 1. Descripción sociodemográfica**

Con el propósito de describir las condiciones de vida de los habitantes de Villa la Tela, se utilizó la información obtenida del ya señalado Proyecto Marco. La información que aquí se detalla proviene de fuentes a) primarias: observaciones de campo y entrevistas realizadas a trabajadores de la salud, escuelas y de programas sociales con inserción local, y miembros de la comunidad, en especial aquellas referentes comunitarias vinculadas a comedores del lugar, sobre todo al equipo de trabajo del CC Rincón de Luz y las familias que asisten a él; b) secundarias: diarios locales, registros de las organizaciones, censos comunitarios, etc.

Villa la Tela se conformó en 1970 y su nombre, según algunos de sus habitantes, responde a que se encuentra colindante a “La Tela” que la separa de la Escuela de Suboficiales. Su población es aproximadamente de 2244 personas, distribuidas en 594 familias de aproximadamente cinco integrantes cada una, según el relevamiento poblacional realizado por promotores comunitarios del lugar en octubre de 2007. Territorialmente, se extiende con una longitud de dos manzanas de ancho por

once manzanas de largo (dos kilómetros de longitud). Las mismas, están atravesadas por la calle principal llamada pasaje Aviador Zaar; la numeración se origina en la manzana cero (pegada a la Ruta 20) y llega hasta la manzana diez. A medida que las viviendas se alejan de la Ruta 20, se precarizan sus condiciones materiales de construcción (40).

Luego de la crisis socioeconómica del 2001, Villa la Tela vivió un importante crecimiento poblacional debido a la incorporación de otros tres asentamientos marginales cercanos y a la llegada masiva de habitantes expulsados de barrios alejados, de otros barrios pobres de la ciudad y de zonas rurales; varios de ellos pertenecientes a familias de clase media empobrecida -nuevos pobres - (8).

En el año 2003, un tornado ocasionó grandes pérdidas a las familias del lugar, tanto materiales como afectivas. Este episodio, es visto por los habitantes al mismo tiempo como un riesgo y como una oportunidad, ya que dio visibilidad a sus reclamos como ciudadanos. Además, a partir de este episodio, la Villa fue totalmente reconstruida: se crearon las calles (que existían como pasajes), se construyeron viviendas nuevas, y se creó el CIC con el objetivo de ofrecer un espacio para el Centro de Salud y para actividades comunitarias (8).

Actualmente, las calles del lugar son de tierra, y habitualmente presentan agua estancada, debido a la inexistencia de un sistema de desagües. Respecto a las condiciones de las viviendas, la gran mayoría de los hogares presenta Necesidades Básicas Insatisfechas (NBI)<sup>7</sup>; lo cual refiere pobreza estructural. Ello responde a lo siguiente: familias en su mayoría numerosas y con pocos espacios habitables dentro de la vivienda; estas últimas son del tipo casilla, rancho o construcciones precarias con pisos de tierra o material, no todas presentan baños, algunas de ellas sólo cuentan con tela para cubrir las aberturas de las puertas y ventanas, y otras presentan techo de chapa sujetado con ladrillos (40). Estas características históricas, políticas, urbanas y sociales, sumadas a que La Tela se conformó a partir de la ocupación informal de un espacio público, hacen que este asentamiento se denomine comúnmente como “Villa”.

---

<sup>7</sup> El Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INDEC) considera hogares con NBI aquellos en los cuales está presente al menos uno de los siguientes indicadores de privación: Hogares que habitan en viviendas con más de 3 personas por cuarto (hacinamiento crítico). Hogares que habitan en una vivienda de tipo inconveniente (pieza de inquilinato, vivienda precaria u otro tipo). Hogares que habitan en viviendas que no tienen retrete o tienen retrete sin descarga de agua. Hogares que tienen algún niño en edad escolar que no asiste a la escuela. Hogares que tienen 4 ó más personas por miembro ocupado y en los cuales el jefe tiene bajo nivel de educación (sólo asistió dos años o menos al nivel primario) (41).

En cuanto a los servicios de saneamiento básico, cuentan con una red de agua potable desde hace sólo tres años, que presenta problemas de presión generando desabastecimiento en reiteradas ocasiones; motivo por el cual aún no se realiza su cobro. Esta red está tendida únicamente por las calles principales, no habiendo cobertura del servicio para las personas que tienen sus viviendas en los pasillos internos. Por otra parte, las viviendas no cuentan con gas de red, utilizan en su reemplazo como combustible el ladrillo eléctrico<sup>8</sup> y, en muy pocos casos, gas envasado y leña. Tienen regularizadas sus conexiones con la empresa de electricidad local cuyo pago responde a una tarifa social (40).

La realidad de las familias está signada por la inestabilidad y precariedad laboral o la falta de ingresos, siendo el desempleo una constante en estos hogares. La pertenencia a la Villa genera estigmatización a la hora de conseguir trabajo; la mención de ser de la Villa dificulta conseguir cualquier empleo. El mercado informal de trabajo es el más frecuente entre los habitantes del lugar. Los adultos tienen en general bajos niveles de escolaridad, situación relacionada con embarazos precoces o trabajo infantil que dificultan la asistencia escolar, favoreciendo la deserción y/o el analfabetismo (40).

Según lo manifiesta un estudio realizado por la Organización No Gubernamental (ONG) Perspectiva Social en el año 2005, existe una gran dependencia de los planes sociales del gobierno por parte de las familias del lugar, ya que el 75% de las mismas recibe como único ingreso al menos un plan social (40). Asimismo, ello es referido en las entrevistas realizadas en el lugar.

Como ya se mencionó anteriormente, en relación a la salud, el asentamiento dispone en el CIC de la presencia de la Unidad Primaria de Atención a la Salud (UPAS) N°31, la cual tiene dependencia municipal y cuyo horario de atención es de 08.00 a 14.00 hs. El equipo de salud está conformado por dos médicos, dos enfermeros, una trabajadora social y un empleado administrativo. Para situaciones de mayor complejidad los pobladores, por razones prácticas en relación al transporte urbano disponible en la Ruta 20, recurren al Hospital Misericordia y/o al Hospital Infantil (8).

En la Villa funcionan Centros Comunitarios que brindan prestaciones alimentarias, combinadas con otras actividades, los que actualmente están funcionando son Papá Noel y Rincón de Luz. Este último, se encuentra ubicado en la manzana tres de Villa la Tela, funciona desde hace aproximadamente dos décadas y su creación respondió a motivos estrictamente alimentarios: dar respuesta local a la

---

<sup>8</sup> Resistencia calentadora y ladrillo eléctrico son generadores de calor que utilizan energía eléctrica para su funcionamiento.

Inseguridad Alimentaria Familiar (IAF). La mayoría de las familias acuden a comedores escolares y/o comunitarios al momento de resolver la alimentación cotidiana, especialmente la de aquellos miembros del hogar que logran aplicar como “beneficiarios” acorde a los criterios de focalización de los programas sociales alimentarios que financian los comedores (8).

### **3. 2. El comer propiamente dicho**

En Villa la Tela, la mayor parte de las familias presenta algún nivel de IAF. Es importante destacar que mayoritariamente es de tipo leve, debido a que las familias cuentan con diversos recursos para hacer frente a la problemática alimentaria. Las principales problemáticas de SA referidas por aquellas personas consideradas informantes claves locales (encargados de comedores, promotores de salud, vecinas del lugar, equipo de salud, directivos de escuelas, técnicos de programas alimentarios) abarcan la limitada accesibilidad física y económica a los alimentos y su impacto en la salud, dada la baja calidad nutricional de la comida familiar (40).

Como fue señalado, esta comunidad está fuertemente atravesada por planes sociales gubernamentales, particularmente aquellos vinculados a: 1) la asistencia directa de alimentos (comedores comunitarios, comedores escolares, centro de desarrollo infantil, módulo alimentario del Ayudando a Crecer, y caja de leche del Programa Materno Infantil); 2) transferencia directa de ingresos (Vale lo Nuestro, Asignación Universal por Hijo). Alrededor de ellos, se van configurando gran parte de las prácticas alimentarias que realizan las familias para satisfacer sus necesidades alimentarias (40).

Los bajos ingresos y la inestabilidad laboral dificultan el acceso a alimentos nutritivos. Los habitantes compran los alimentos que se consumen en el día a día. Existe una imposibilidad de planificación de la distribución de los ingresos familiares por la gran impronta del “hoy” en las decisiones familiares, un gran porcentaje de los mismos es destinado diariamente a los alimentos (40).

Así también, en el interior de las familias se practican numerosas estrategias para hacer frente a esta problemática y contrarrestar la situación de carencia. Entre estas prácticas se encuentran: a) diversificación de las fuentes de recursos: trabajo en mercados informales, planes sociales mencionados anteriormente y redes de ayuda mutua entre familiares, amigos y organizaciones comunitarias; b) diversificación de las fuentes de abastecimiento de alimentos: mercado formal e informal (recurriendo

en ambos casos a la búsqueda de precios bajos), y en menor medida huertas familiares; por último, c) autoexplotación: los integrantes adultos de las familias, principalmente la mujer -madre, suprime alguna comida durante el día o bien opta por seleccionar alimentos rendidores al menor costo (40). Su rol como encargada de la alimentación, preparar -cocinar (no así de gestionar la misma), dentro de sus familias se ha ido perdiendo: 1) sus niños asisten al CC en las prestaciones de almuerzo y cena; 2) se come en el comedor escolar; 3) opta por consumir comidas de rápida preparación y poca elaboración; y 4) los adultos toman mate con pan (8).

Pueden identificarse una serie de alimentos que conforman la canasta de consumo de las familias: cereales (pan, fideos, arroz, galletas, criollos), frutas (naranja, banana y manzana), lácteos (queso cremoso y de rallar, yogurt y leche) y grasas (manteca, grasa animal y aceites). Le siguen las carnes (vacuna: cortes de paleta, molida o picada; pollo), las verduras (papa, batata, zanahoria, cebolla y tomate), el azúcar, el té, el mate, el café, bebidas azucaradas, fiambres, embutidos, snacks y golosinas. Las legumbres y los huevos son los menos consumidos. Esta canasta se caracteriza por a) su falta de regularidad en el acceso dependiendo del ingreso y del momento del mes; 2) por su monotonía. De manera complementaria, las preparaciones al elaborar las comidas son rutinarias, consistiendo mayormente en: guisos, sopas y estofados. Las técnicas de cocción empleadas mayormente por las familias son el hervido y la fritura. (8, 40).

Con respecto a la comensalidad, el hecho de comer todos juntos se considera algo muy significativo ya que es el único momento donde se comparten los alimentos y las vivencias cotidianas. Al menos, una vez por día se intenta realizar una comida principal en familia. Esta comida que realizan todos juntos, puede no ser la misma para todos los integrantes de la familia, pero se comparte el momento. Puede ocurrir que los más pequeños reciban la prestación alimentaria del Comedor bajo la modalidad de vianda, y el resto de la familia se las arregle con otras preparaciones culinarias acorde a la disponibilidad del hogar, o bien, mate dulce con pan. En lo que concierne a la distribución intrafamiliar de alimentos, se prioriza al niño por sobre el resto de los integrantes para recibir los alimentos. Es así que cuando los alimentos no alcanzan, algún adulto come menos o directamente no come (8, 40).

## **VI. DISEÑO METODOLÓGICO**

### **1. Tipo de estudio**

Se realizó un estudio cualitativo. El empleo de esta metodología resulta pertinente ya que habilita para conocer en profundidad la configuración cotidiana y en el tiempo del acto de comer familiar a partir de los marcos interpretativos de las propias familias; práctica facilitada por la inmersión del investigador en la vida diaria de las anteriores.

En otras palabras, la investigación cualitativa se concentra metodológicamente en las complejas relaciones entre: a) los significados personales y sociales, b) las prácticas individuales y culturales, y c) el entorno material o contexto. Por ende, se caracteriza por buscar comprender las subjetividades, teniendo en cuenta las perspectivas y experiencias de las personas; implica interacción y reflexividad por parte del investigador. La reflexividad parte de la reflexión sobre la práctica de investigación, a partir del trabajo de campo, es el proceso de considerar y hacer explícitos los valores, asunciones y experiencias del investigador que influyen en la toma de decisiones que guían la pesquisa. Así también la investigación cualitativa es rigurosa, ya que pretende, mediante la exhaustividad y del consenso intersubjetivo, lograr mayor validez y confiabilidad (42, 43).

### **Población participante**

Se procedió a identificar a las familias vinculadas al equipo de trabajo del CC Rincón de Luz por medio de la técnica de muestreo llamada “Bola de Nieve” o “Redes de contacto”. La misma, se basó en localizar a partir de las trabajadoras del CC, a integrantes de familias vinculadas al mismo para que luego, estas últimas identifiquen a otras para contactar o visitar, y así sucesivamente hasta llegar a la saturación teórica de las categorías o ejes de análisis/indagación de la presente investigación (44).

Cabe destacar que lo que se busca en este tipo de investigación es estudiar “algo” (llámese fenómenos, hechos, persona, procesos) en profundidad. Es decir, se pretende más calidad que cantidad, por lo cual el número de participantes no resulta importante. El tamaño de la muestra suele ser pequeño, se plantea que el mismo necesita ser lo suficientemente grande para reflejar las variaciones

importantes en la población, pero lo suficientemente pequeño para permitir métodos de estudios intensos (45).

La muestra se conformó por 13 familias (anexo 2), constituyendo un total de 18 personas participantes (17 mujeres y 1 varón), cuyas edades estaban comprendidas entre los 18 a 68 años.

## **Ejes de Indagación**

### **Principales ejes de indagación:**

- Componentes de la cocina en relación a la preparación de la comida, en los cuáles se entretrejen las reglas culinarias familiares pasadas y presentes: a) Tipos de alimentos y bebidas seleccionados, b) Formas de preparación, c) Motivos de ella.
- Recetas familiares: comandas orales o escritas que definen: a) los ingredientes y sus cantidades, las formas de preparación de las comidas familiares, b) la transmisión de las recetas: descripción de los modos de transferencia de las recetas y los agentes involucrados en este proceso.
- Modos de obtención de alimentos y bebidas y de optimización de aquellos disponibles.
- Roles en la organización de la comida según géneros.
- Sentidos corporales y significaciones atribuidos a la alimentación presente, pasada y futura: a) sentidos corporales (orgánicos): recepción y reconocimiento de sensaciones y estímulos a través de la vista, el oído, el olfato, el gusto y el tacto; b) significaciones (sentido social): conocimientos, creencias, percepciones y opiniones acerca de la alimentación.
- Momentos familiares de consumo alimentario: instancias comprendidas en un espacio y tiempo determinado en las cuales se ponen en juego los sentidos y significaciones atribuidos a la comida familiar; comprende el “dónde”, “cuándo”, “quiénes” y “qué” comer.

## **2. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Información**

Se trabajó con información proveniente de fuentes de datos primarios obtenidos a través de las siguientes técnicas cualitativas:

**Observación participante:** a través de esta técnica el investigador tuvo una participación activa en el fenómeno observado, ya que se ubicó en interacción directa con las familias y sus historias (45). Como

define Russell Bernard, “la observación participante entraña acercarse a las personas y hacer que se sientan suficientemente cómodas en presencia de uno para que sea posible observar y registrar información acerca de sus vidas” (44). Se realizaron notas de campo a los fines de registrar estas observaciones para luego ser sometidas a proceso de interpretación.

**Encuentros domiciliarios con las familias:** porque la comida y la cocina remiten a la intimidad familiar, estos Encuentros tuvieron la finalidad de generar instancias informales, que descomprimieran a las familias del *ser y parecer* social que genera la presencia de Otro Cultural<sup>9</sup>, y particularmente un Otro de nuestra disciplina (asociada a una única y correcta -hegemónica - forma de comer saludable). Asimismo, otro insumo a favor de estas instancias estuvo representado por la -experimentada - difícil concurrencia de las familias a actividades por fuera de su círculo de relaciones más próximas: familia, amigos, vecinos. El primer contacto se realizó con una familiar que manifestó directamente el deseo de ser visitada. En esa visita domiciliaria se presentó el investigador y se socializó la idea de realizar estos Encuentros y sus porqué: “juntarnos a charlar, dibujar, comer y matear”. Con cada una de las anteriores palabras se apuntó a:

**Juntarnos:** a pasar un lindo momento.

**Charlar y dibujar:** sobre las comidas (y sus recetas) a lo largo de la historia familiar y en el día a día:

a) Pasado: recetas que arrastramos de generaciones anteriores, quiénes fueron los creadores/transmisores de las mismas, cómo fue que esas personas nos transmitieron esas comidas/bebidas y esas formas de cocinar/beber, en qué circunstancia se cocinaban/bebían, qué nos despiertan en cada uno de nuestros sentidos corporales, qué significado atribuimos a cada una de ellas, cuáles tenían la categoría de ser preferidas sobre el resto. b) Presente: cambios en el hoy a la hora de cocinarlas/beberlas, cambios en la esfera de los sentidos corporales y significados atribuidos a cada una de ellas, en las comidas/bebidas preferidas. c) Futuro: necesidades y deseos vinculados a las comidas del pasado y del presente.

**Comer:** una rica comida dulce (que se llevó ese día para compartir).

---

<sup>9</sup> Otro-cultural: este término es utilizado por Martín Hopenhayn para hacer referencia a la presencia de personas portadoras de otras identidades (con un cuerpo de creencias, representaciones, valores y conocimientos distintivos) en interacción dentro un contexto ajeno al de pertenencia (46).

**Matear:** una intensa ronda de mates que fue conectando e hidratando la charla.

### **Descripción de los Encuentros**

Los preparativos previos a los Encuentros consistieron en: el armado de la actividad, la distribución de roles entre las investigadoras<sup>10</sup>, y la preparación de insumos para compartir con las familias: mate y torta. Cabe aclarar que en los tres Encuentros los niños de las familias estuvieron presentes, por lo que se contaron con materiales (hojas, lápices de colores, golosinas, masa de sal) para jugar con ellos mientras sus madres participaban de la actividad. Estos Encuentros, con previo consentimiento de los participantes, fueron grabados para su posterior transcripción<sup>11</sup>.

Se realizaron un total de tres Encuentros, cuyo lugar físico estuvo representado por las casas de algunas de las participantes. La duración de cada uno se limitó a la disponibilidad de la familia visitada, en líneas generales se extendieron un promedio de tres horas reloj. Es preciso destacar que durante toda la investigación se intentó generar un clima de confianza con las familias participantes, que les permitiera expresarse con la mayor espontaneidad y libertad posible. Es así que, finalizado cada Encuentro, las investigadoras realizaron una autoevaluación a partir de lo compartido, con la finalidad de mejorar la técnica (ajustar las consignas, roles, materiales, etc.) para el próximo, y así sucesivamente.

#### *Primer Encuentro*

La actividad propuesta para este Encuentro estaba organizada en tres momentos:

#### **1er. Momento: “Charlar”**

Iniciar el Encuentro con una breve presentación del grupo de investigadoras: nombres, a través de quién se posibilitó el vínculo con ellas, sobre qué se está trabajando en La Tela, y hacia dónde se quiere ir. Luego, proponer que ellas se presenten y cuenten lo que deseen de ellas (de su familia, con quién viven, cuántos hijos tienen, si trabajan o son amas de casa y todo aquello que quieran

<sup>10</sup> En adelante se hará referencia al término “investigadoras” ya que quienes realizaron la investigación fueron mujeres.

<sup>11</sup> Como se detallará más adelante en las consideraciones éticas que se tuvieron en cuenta.

contar). Se estima una duración de no más de 20 minutos.

## **2do. Momento: “Dibujar”**

Proporcionar a cada una de las participantes afiches con una línea del tiempo que inicia el día en que cada una de ellas nació y continúa hasta la actualidad y un poco más. Facilitar ceritas, fibras, marcadores para que ellas:

1ro: pensar en las comidas/bebidas más significativas a lo largo de su historia, y ubicarlas en la fecha/año correspondiente de la línea del tiempo.

2do: dibujar cada una de las anteriores pensando en cada uno de sus ingredientes constitutivos.

3ro: a) encerrar en un círculo aquellas que ya no se comen más en su totalidad, o bien aquellos ingredientes que ya no se utilizan en esa receta, b) colocar una flecha hacia delante en todas las comidas que se siguen cocinando en la actualidad, es decir, que se arrastran de generaciones anteriores (pueden ser aquellas que en el ítem “a” se marcaron sólo como cambio/supresión de ingrediente).

4to: charlar acerca de cada comida/bebida dibujada, con el fin de socializar acerca de:

- ✓ La receta de ese plato de comida, y los secretos (si es que los hay) en su preparación.
- ✓ Sus ingredientes y la procedencia de los mismos.
- ✓ La persona creadora/transmisora y el contexto en el que se aprendió a realizar (siempre y cuando ella la cocine).
- ✓ Cómo fue el mecanismo en que le fue transmitida la misma (siempre y cuando ella la cocine).
- ✓ En qué circunstancia se cocinaba/bebía, cocina/bebe.
- ✓ Qué les despiertan en cada uno de los sentidos corporales (olfato, oído, tacto, gusto, vista) el recordar ese plato.
- ✓ Qué significado se le atribuye a cada una de esas comidas.
- ✓ Cuáles tienen la categoría de ser preferidas sobre el resto.

5to: a) explicar temporalmente los momentos de cambios en la estructura/forma del comer y del beber, y tratar de recordar sus motivos; b) explicar temporalmente los momentos de cambios en

gustos del comer y del beber, y tratar de recordar sus motivos.

6to: colocar un sol o una luna al lado de cada comida, para ver en qué momento del día se come ese plato.

7mo: en el total de las comidas dibujadas hacer una cruz en aquellas que saben cocinar; dos cruces en aquellas que cocinan cotidianamente; tres cruces en aquellas que cocinan sólo para ocasiones/circunstancias especiales: detallar cuáles son esas ocasiones.

8vo: dibujar un niño al lado de las cuales se cocinen junto a ellos.

9no: poder diferenciar entre lo necesario y lo deseable (o si se consideran sinónimos): ¿Qué alimentos/comidas se *desearía* incorporar en un futuro cercano?, ¿qué alimentos/comidas se *necesitaría* incorporar en un futuro cercano?

Duración prevista: una hora a una hora y media.

### **3er. Momento: “Cierre”**

Proponer para el próximo Encuentro, el preparar una de las recetas que trajeron a la mente hoy.

Duración: 10 minutos.

A este primer Encuentro asistieron siete personas (seis con relación de parentesco y una de ellas amiga de la familia), pero participaron sólo cinco mujeres (anexo 2).

En el inicio, luego de haberse realizado la presentación de las investigadoras, se encontró resistencia a participar activamente, esto se visualizó ante los gestos de incertidumbre de las mujeres y comentarios del tipo: “no quiero hacer esto, pero, ¿para qué es esto?, ¿es para la universidad?, ¿una tesis, un trabajo?, ¿para qué les interesa hacer esto?”. Todo indicó que se sentían desorientadas con nuestra presencia.

Durante el desarrollo, el clima se tornó más ameno, hubo mayor distensión y confianza para dialogar y participar de la actividad. Al iniciar la instancia del dibujo, algunas manifestaron no querer

dibujar haciendo mención: “no sé dibujar”, “dibujo feo”; motivo por el cual tres de las mujeres prefirieron completar los dibujos “escribiendo” sus ideas. Una de ellas se retiró refiriendo no tener interés en continuar la actividad y otra no participó en el desarrollo de las consignas propuestas. Para expresar sus comidas a lo largo de su vida, las participantes decidieron hacer propia la consigna general, así la técnica para la realización de los dibujos adoptó una forma diferente a la propuesta, cada una se conectó con “partes específicas” de las consignas. Al momento de relatar sus creaciones, se reiteró el pedido de permiso para que el grabador sea encendido. Esto, al principio, generó inhibición por parte de algunas de las presentes, pero dieron su consentimiento para que así sea. Una de ellas, la que al comenzar mostró mayor resistencia, rompió el hielo animándose a hablar de su dibujo, lo cual incentivó al resto de las participantes a seguir su relato y olvidarse de la presencia del grabador. Durante esta etapa, algunas de las cuestiones propuestas no tuvieron oportunidad de desarrollarse, ya que la conversación se adaptó a sus ideas e inquietudes. Por último, al finalizar el Encuentro, todas las mujeres expresaron haber compartido una hermosa tarde, estaban muy contentas y mostraron deseos de volver a ser visitadas. Se observó por parte de las investigadoras que la actividad diseñada era ambiciosa y por eso mismo debía ser revisada.

### *Segundo Encuentro*

A partir de la experiencia anterior se reorientó la actividad hacia una propuesta más sencilla, sobre todo más abierta (no tan direccionada). A tales fines, se flexibilizaron las consignas, se le dio prioridad a la espontaneidad del participante, sin perder la esencia central del Encuentro (su objetivo).

#### **Consignas**

##### **Pensar y dibujar:**

- ✓ Comidas/bebidas más importantes -significativas a lo largo de sus vidas.
- ✓ Tratar de dibujarlas con sus ingredientes constitutivos.
- ✓ Reconocerlas en un tiempo (fecha/año) y espacio.
- ✓ También, si desean, reconocer, dibujar y/o anotar el nombre de personas importantes asociadas a ellas.
- ✓ A medida que dibujen se van a ir despertando recuerdos, momentos, sensaciones: se les pedirá que los retengan en su memoria para compartirlos cuando se realice la puesta en común.

**1- Puesta en común:**

**A-** Contar los detalles acerca de cada una de las comidas/bebidas dibujadas:

- ✓ Nombre de ese plato.
- ✓ Ingredientes y procedencia de los mismos (¿De dónde se obtienen? ¿Cómo se obtienen?).
- ✓ Persona creadora/transmisora de la receta y contexto en el cual la aprendió a realizar.
- ✓ ¿Cómo le fue transmitida? ¿Cómo la aprendió?
- ✓ ¿En qué circunstancia se la come/bebe? (cotidiana/especial: ¿qué se considera una ocasión especial?).
- ✓ ¿Qué despiertan en cada uno de los sentidos corporales recordar ese plato? Se les sugerirá que lo piensen desde su textura, su imagen, sus ruidos, su aroma, su sabor.
- ✓ ¿Qué significa el comer?
- ✓ ¿Cuáles son las comidas/bebidas preferidas?
- ✓ ¿Se comen de día/de noche?
- ✓ ¿Los niños participan en la elaboración?, ¿de qué manera?

**B-** Se les pedirá que cuenten los recuerdos -momentos -sensaciones que las fueron visitando durante esas creaciones en el papel.

- ✓ ¿Hubo cambios en las formas de comer? (Ej. Aparición del comedor).
- ✓ ¿Hubo cambios en lo que se come? ¿En qué sentido?
- ✓ ¿Hubo cambios en sus gustos?
- ✓ Ingreso de alimentos publicitarios: ¿Cuáles? ¿Cuándo? Motivos.
- ✓ Presencia/protagonismo de la mujer -el varón en estos procesos.

**2- Futuro:**

- ✓ ¿Qué alimentos/bebidas se *desearía* comer? Motivos
- ✓ ¿Qué alimentos/bebidas se *necesitaría* comer? Motivos

Como aprendizaje del Encuentro anterior (cierta incertidumbre en relación al mismo) surgió el hacer entrega, días previos, de una invitación por escrito que acompañó a la invitación oral. Esto se realizó con la finalidad de que todos los participantes tuvieran conocimiento de sus objetivos.

El día del Encuentro asistieron seis personas y participaron cinco (vinculadas entre ellas por

parentesco y una por amistad) (anexo 2). Desde un primer momento las mujeres se mostraron predispuestas a participar de la actividad. Sólo una persona no participó y estuvo presente de manera irregular.

Al iniciar el proceso del dibujo, al igual que en el primer Encuentro, manifestaron “no quiero dibujar”, “no sé dibujar”, “yo no dibujo”, inclusive una de ellas solicitó un lápiz para poder borrar si se equivocaba. Aún así, todas comenzaron a dibujar, se compenetraron en sus creaciones y se observó cierto disfrute en la tarea.

En la instancia de relatar sus dibujos, cuando se enciende el grabador, ocurrió lo mismo que en el primer Encuentro, una de las mujeres se resistió a hablar, y otra de ellas hizo mención a que su voz no sonaría bien en la grabación. Luego, la charla amenizadora y los mates retornaron el clima a su calidez original.

Al finalizar el Encuentro, las participantes manifestaron haberse divertido mucho, y el deseo de volver a ser visitadas. Se pudo observar que si bien se buscó una propuesta de trabajo más abierta, la misma se vio condicionada por las sobre -explicaciones de las consignas por parte de las investigadoras, tales como: “pueden dibujar las comidas que les *gustan*”, “pueden representar las comidas de su *infancia*”, que limitaron la actividad hacia esos dos aspectos. A partir de esto se pudo visualizar que debían ser revisados con el fin de ser más claro/os y preciso/os el rol e intervenciones de las investigadoras.

### *Tercer Encuentro*

El equipo de trabajo mejoró algunos aspectos de la actividad, para ello se confeccionó un listado de aquellas cuestiones que no habían sido tratadas en los Encuentros anteriores (detenernos a reflexionar en cada uno de los tiempos señalados, por ejemplo), como así también se agregaron nuevos aspectos de su historia alimentaria que no se encontraban en las consignas previas, a modo de profundizar los mismos. A su vez, se designaron roles entre las investigadoras para optimizar la organización y registro de la actividad:

Persona 1: encargada del grabador, que el mismo se encuentre cerca de quien hable en ese momento. Además: a) intenta tomar notas (o palabras claves que después se puedan reconstruir en

notas de campo) de lo que le parece que no va a quedar grabado o que no se escucha bien; b) escribir en un papel preguntas/dudas/sugerencias o aquello que requiera una mayor profundización y/o abordaje, para pasarle al coordinador, y para ello buscar el momento oportuno.

Persona 2: observadora, pone atención en la escena/descripción de la casa. Además: a) intenta tomar notas (o palabras claves que después se puedan reconstruir en notas de campo) de lo que le parece que no va a quedar grabado o que no se escucha bien; b) escribir en un papel preguntas/dudas/sugerencias o aquello que requiera una mayor profundización y/o abordaje, para pasarle al coordinador, y para ello buscar el momento oportuno.

Persona 3: coordinadora: a) presenta al grupo; b) propone las actividades que se detallan a continuación, describe la planificación de las mismas y sus etapas; c) está atenta a los comentarios de sus compañeras. Asimismo, en la medida de lo posible, intenta tomar notas (o palabras claves que después se puedan reconstruir) de lo que le parece no va a quedar grabado o no se escucha bien.

La actividad planificada consistió en:

### Consignas:

#### 1- Primera actividad: PASADO

a) Pensar y dibujar las comidas/bebidas más importantes -significativas de su vida en el pasado (infancia, juventud, hace unos años). La definición de qué es significativo/importante es muy personal, luego nos contarán en qué sentido han definido el que una comida sea “importante” o “significativa”. Reconózcanlas en un tiempo (fecha/año) y espacio:

- ✓ Tratar de dibujarlas con sus ingredientes constitutivos.
- ✓ También, si desean, reconocer, dibujar y/o anotar el nombre de personas importantes asociadas a ellas.
- ✓ A medida que dibuje seguro se le van a ir despertando recuerdos, momentos, sensaciones: guárdenlos en su memoria para compartirlos cuando hagamos la puesta en común.

b) Puesta en común: en este momento se detendrá en cada una de las comidas para que cada

participante cuente acerca de ellas:

- ✓ Nombre de ese plato.
- ✓ Ingredientes y procedencia de los mismos (¿De dónde se obtienen? ¿Cómo se obtienen?).
- ✓ Persona creadora/transmisora de la receta y contexto en el cual la aprendió a realizar.
- ✓ ¿Cómo le fue transmitida? ¿Cómo la aprendió?
- ✓ ¿En qué circunstancia se la come/bebe? (cotidiana/especial: ¿qué se considera una ocasión especial?).
- ✓ ¿Qué despierta en cada uno de sus sentidos corporales el recordar ese plato? Pensándolo desde su textura, su imagen, sus ruidos, su aroma, su sabor.
- ✓ ¿Qué significa para Uds. el comer? ¿Qué significa para Uds. cada una de estas comidas?
- ✓ ¿Cuáles son las preferidas?
- ✓ ¿Se comen de día/de noche?
- ✓ ¿Los niños participan en algún momento de su elaboración?
- ✓ Contar recuerdos -momentos -sensaciones que las fueron visitando durante esas creaciones en el papel.

## 2- Segunda actividad: PRESENTE/HOY

a) Pensar y dibujar las comidas/bebidas más importantes -significativas de su vida en el hoy. Reconozcan en un tiempo (fecha/año) y espacio. Retomar los ítems anteriores para indagar esos aspectos en las comidas del presente.

b) Ídem 1 -b)

## 3- Tercera actividad: PASADO Y PRESENTE (CORTE TRANSVERSAL)

a) Puesta en común:

- ✓ ¿Hubo cambios en las formas de comer? ¿Por qué motivos?
- ✓ ¿Hubo cambios en lo que se come? ¿En qué sentido?
- ✓ ¿Hubo cambios en sus gustos?
- ✓ Ingreso de alimentos publicitarios: ¿Cuáles? ¿Cuándo? Motivos.
- ✓ Presencia/protagonismo de la mujer -el varón en estos procesos.

## 4- Cuarta actividad: FUTURO

**a) Pensar y dibujar:**

- ✓ ¿Qué alimentos/bebidas se *desearía* comer? Motivos.
- ✓ ¿Qué alimentos/bebidas se *necesitaría* comer? Motivos.

**b) Puesta en Común:**

- ✓ En un futuro, ¿qué otras cosas vinculadas a la alimentación (formas de comer, tipos de comidas) le gustaría que sean diferentes? ¿Qué le parece debería suceder/cambiar para que ello se haga realidad?

Al igual que en el segundo Encuentro, días previos al mismo se les hizo entrega de una invitación escrita que acompañó a la invitación oral. El agregado consistió en que el mismo día de la invitación se explicitó acerca de la presencia del grabador y su permiso. Al mencionar esto, la dueña de la casa mostró estar conforme con la idea, sin inconveniente alguno, aludiendo a que el resto de su familia tampoco lo tendría (igualmente, esto posteriormente fue chequeado).

Asistieron y participaron del Encuentro nueve personas (vinculadas por lazos de parentesco), ocho mujeres y un varón adulto que se integró en el momento del relato de los dibujos (anexo 2). Desde un primer momento se observó que la familia esperaba una charla de alimentación saludable, y así lo manifestó una de las mujeres, “vení quedate, están las chicas de nutrición, nos van a enseñar a comer bien”. Más allá de haberles explicado con anterioridad la actividad propuesta, esta familia, a diferencia de las otras, pidió ser visitada en varias oportunidades -con mucha insistencia-, lo cual puede constituir una premisa acerca de sus deseos con respecto a nuestra visita; direccionados hacia una charla de alimentación saludable.

A diferencia de los otros dos Encuentros, la coordinadora al inicio les recuerda que el grabador estará encendido durante todo el Encuentro. Ello permitió, en el caso de las investigadoras, el poder disfrutar del momento con ellas sin tener que estar pendientes de sus notas de campo, sólo de aquellas que no pudieran ser captadas por el dispositivo de audio. Esto no generó resistencias por parte de ningún participante para hablar. Hubo buena predisposición de todos los presentes, tanto en la instancia del dibujo como del relato del mismo. A raíz de la cantidad de participantes, en el momento se decidió simplificar las instancias de dibujo -relato a una sola vez, y para ello entregar la hoja para dibujar pre -diseñada con dos apartados de “presente” y “pasado”.

Finalizado el Encuentro se hizo una pequeña charla acerca de alimentación saludable para responder a sus inquietudes. Manifestaron querer volver a ser visitados. Al realizar la autoevaluación del Encuentro, se visualizaron como aspectos positivos, la distribución de roles y la reorientación de la actividad. Pese a ello, volvieron a quedar temas inconclusos para seguir indagando al flexibilizar la actividad.

**Entrevistas semi-estructuradas a informantes claves:** esta técnica consistió en generar una instancia junto a una de las mujeres de cada Encuentro (tres en total) para dialogar acerca de una serie de inquietudes -aún sin respuesta - para enriquecer la información ya obtenida. La elección de las mujeres radicó en los siguientes parámetros: a) quienes en el momento del Encuentro tuvieron una mayor participación y predisposición a la actividad; b) la edad de las mismas, seleccionando así mujeres de distintas generaciones. Las investigadoras formularon las inquietudes/preguntas en el marco de una conversación informal pero basándose en una guía elaborada a tales fines (anexo 3).

### **3. Procesamiento de Datos**

El análisis cualitativo comenzó con la inmersión en los datos, lo cual implicó leer y releer cada grupo de notas de campo o transcripciones (de las desgrabaciones) hasta estar íntimamente familiarizado con el contenido (45):

**Desgrabación y lectura:** para dar comienzo al procesamiento de la información, se desgrabaron los Encuentros y entrevistas realizados/as. Luego, se procedió a la lectura iterativa de los textos, tanto de las notas tomadas en las observaciones (bitácora de campo) como de las desgrabaciones (proceso de inmersión), para dar inicio a la secuencia de pasos para el análisis de datos planteada por la Organización Panamericana de la Salud (OPS).

**Codificación de datos:** se asignaron rótulos o códigos a fragmentos de texto identificados como más relevantes en la investigación, y se clasificaron en amplios grupos de temas que conformaron diferentes categorías de análisis. El sistema de codificación no fue rígido y evolucionó con el tiempo; se registró toda revisión de los códigos y la fecha en que se efectuó la misma. La información se analizó de dos maneras: por un lado siguiendo la lectura de lo producido por cada sujeto, a los fines de identificar la lógica interna de su discurso; por otro lado, se compararon los temas/subtemas de los diferentes sujetos

a los fines de ir identificando homogeneidades y heterogeneidades.

**Presentación de datos:** se elaboró un inventario de lo que se sabe respecto a un tema para captar la variación o riqueza de cada uno, observando las diferencias entre los individuos o subgrupos.

**Reducción de datos:** se expurgó la información para que sean visibles los conceptos y relaciones más esenciales. El objetivo fue tener una idea general de los datos y distinguir los temas centrales de los secundarios. Se utilizaron procedimientos visuales, como la elaboración de matrices o diagramas de síntesis para cada tema (anexo 4).

**Interpretación:** se pasó de los detalles de los resultados del estudio a las ideas principales; explicando la red de conceptos que responde a las preguntas originales del estudio (45).

## **VII. CONSIDERACIONES ÉTICAS**

Se estableció contacto con las familias vinculadas al equipo de trabajo del CC Rincón de Luz, para informarles sobre los aspectos relevantes de la investigación: procedimientos a seguir, los logros que se esperan del estudio y la garantía de confidencialidad de su identidad. De esa manera se obtuvo el consentimiento informado de cada persona que proveyó información para la concreción del presente trabajo de investigación. Se tomaron los resguardos éticos pertinentes, basados en las declaraciones de Nürenberg, Helsinki y Tokio, las cuales establecen como principios éticos: la autonomía, beneficencia y no maleficencia, y justicia. Asimismo, se previó grabar las entrevistas y Encuentros con el acuerdo de los participantes (47).

## **VIII. RESULTADOS**

### **1. Presentación de las familias participantes**

Villa la Tela, es un asentamiento urbano marginal que comprende un total de veintidós manzanas, ubicadas en dos hileras de once cada una. Las calles son de tierra, y no cuentan con un sistema de desagüe. Los habitantes reconocen y geo-referencian tres sectores: “los de adelante” (manzana 0 y 1), “los del medio” (manzana 2 a la 4) y “los del fondo” (manzana 5 a la 10); los cuáles se fueron conformando históricamente. Cabe destacar que en el transcurso de la investigación se entablaron vínculos particularmente con familias pertenecientes al segundo sector.

Durante la presente investigación, se pudo observar con mayor detenimiento las características socioeconómicas de ocho hogares, situados en las manzanas 2 y 3 pertenecientes al sector del medio de la Villa (anexo 1). La fisonomía de las viviendas responde a:

- \* Construcciones de material.
- \* Paredes: en tres casas tienen revoque (de las cuales, dos están pintadas por fuera y por dentro), en dos están semi-revocadas, y en las tres restantes se presentan sin revocar.
- \* Piso: el de material es un común denominador, y en uno de los casos el mismo se encuentra recubierto con baldosas.
- \* Techo: la totalidad posee techo de chapa, en un solo caso se presenta recubierto con una lona de plástico sujeta con sogas, y en otro con planchas de telgopor por debajo.
- \* Puertas: en seis de las viviendas (en algunos casos, deterioradas, y en una de ellas con una reja anexa) son de chapa, y en las dos restantes de madera.
- \* Ventanas: cuentan con dos o tres, con aberturas de hierro; en cinco de los casos presentan vidrios, en el resto cartones a los fines de proteger del frío y/o neutralizar la luz.
- \* Patio: todas cuentan con patio de tierra delantero y trasero, sólo en uno de los casos es de cemento.

En relación al mobiliario y a los artefactos electrodomésticos, se pudo visualizar que todas las casas visitadas cuentan con mesa, sillas, uno o dos aparadores, televisión, equipo de música o radio. En dos de ellas se puede observar una pava eléctrica de la misma marca. Asimismo, una de las familias cuenta también con una computadora fija.

Las viviendas presentan no más de tres habitaciones, correspondientes a: cocina -comedor y dormitorio/s. Al relacionar el número de integrantes familiares y el número de habitaciones disponibles se sostiene que tres familias viven en condiciones de hacinamiento. En dos de los casos, las piezas están separadas por telas. Dos de las casas no disponen de baño, por lo que estas familias recurren a la vivienda de un familiar vecino (que vive en extrema cercanía, contiguo); en ambos casos es la madre. Se tiene registro de campo de uno de los baños, que al no contar con arrastre de agua, presenta como parte de la instalación sanitaria una canilla y un balde a tales fines. Sólo una de las casas cuenta también con un living contiguo a la cocina -comedor, y un garaje para su auto.

Todas las viviendas presentan una cocina como espacio físico y pudieron observarse cinco de ellas. Están equipadas con heladera, cocina con anafes y horno (en dos de las viviendas, sin funcionamiento), mesada, y tres con bacha para el lavado de la vajilla. En una de las familias visitadas se observó la presencia de un horno industrial, que se utilizó unos años atrás cuando se dedicaban a la venta de comida.

En relación a los servicios públicos, como ya se mencionó para la Villa en general, la luz es el único servicio disponible en todas las casas. En cuanto al gas, el mismo se suministra con garrafas en todas las familias visitadas. Cuentan con red de agua potable, pero la misma no se extiende dentro de los hogares, sino que está disponible en el patio delantero o trasero mediante un pico. Esto implica que las familias, para poder disponer de agua dentro de sus viviendas, tengan que hacer el traslado mediante baldes.

A raíz de los Encuentros realizados, se pudieron registrar las siguientes características socio - demográficas y ocupacionales de los participantes:

<b>Encuentro 1</b>				
<b>Nombre</b> <sup>12</sup>	<b>Edad (años)</b>	<b>Familia (pareja y/o hijos)</b> <sup>13</sup>	<b>Ocupación</b>	<b>Observaciones</b>
<b>Natalia</b>	22	En pareja, una hija.	Empleada doméstica.	Dueña de la casa donde se realizó el

<sup>12</sup> Se utilizan nombres de fantasía para identificar a los participantes.

<sup>13</sup> En relación al estado civil, se lo coloca tal cual fue manifestado por los participantes.

				Encuentro. Hija de Rosa.
<b>Sonia</b>	38	Casada, 9 hijos.	Ama de casa. Ayudante en comedor nocturno en Rincón de Luz.	Vive con 6 de sus hijos y su marido.
<b>Rosa</b>	39	En pareja, 3 hijos.	Empleada doméstica.	Vive con 2 de sus hijos y su pareja.
<b>Celeste</b>	23	En pareja, 2 hijos.	Ama de casa.	Vive con sus hijos y su pareja.
<b>Gimena</b>	18	Soltera.	Estudiante.	Hija de Rosa.
<b>Verónica</b>	37	En pareja, 5 hijos.	Ama de casa.	Cuñada de Rosa. Se retiró de la actividad antes de su finalización.

Encuentro 2				
Nombre	Edad (años)	Familia (pareja y/o hijos)	Ocupación	Observaciones
<b>Sara</b>	41	Soltera, 3 hijos.	Cocinera del Centro de Cuidado Infantil local.	Dueña de casa donde se realizó el Encuentro.
<b>Carmen</b>	68	Casada, 10 hijos.	Cuidado de sus nietos.	Vive con su marido, una nieta y uno de sus hijos.
<b>Nina</b>	39	Soltera, 3 hijos.	Cocinera en empresa de catering.	Vive con su pareja sus hijos y un nieto.
<b>Carla</b>	24	En pareja, 2 hijos.	Ama de casa.	Vive con su pareja e hijos.
<b>Nora</b>	21	En pareja, 2 hijos.	Ama de casa.	Amiga de la familia.
<b>Patricia</b>	18	Soltera.	Estudiante.	Hija de Nina.
<b>Valeria</b>	17	Soltera, un hijo.	Estudiante.	Hija de Nina. No participó de la actividad.

Encuentro 3				
Nombre	Edad (años)	Familia (marido y/o hijos)	Ocupación	Observaciones
<b>Felisa</b>	63	Casada, 6 hijos.	Ama de casa	Dueña de la casa donde se realizó el

				Encuentro. Vive con su marido, una hija y dos nietos
<b>Paula</b>	28	Soltera, 2 hijos.	Empleada en empresa de limpieza.	Hija de Felisa.
<b>Ángela</b>	32	Soltera, 3 hijos.	Empleada doméstica.	Vive con 2 de sus hijos.
<b>Ema</b>	18	En pareja, una hija.	Ama de casa.	Vive con su pareja, su hija y su suegra.
<b>Gisela</b>	20	Soltera.	Estudiante.	Hija de Ángela.
<b>Ana</b>	33	En pareja, 3 hijos.	Ama de casa.	Vive con su pareja e hijos.
<b>Soledad</b>	35	En pareja, 4 hijos.	Ama de casa.	Vive con su pareja e hijos. Hija de Felisa.
<b>Matías</b>	27	En pareja, un hijo.	Policía.	Vive con su pareja, su hijo y un sobrino.
<b>Vanina</b>	26	En pareja, un hijo.	Policía.	Pareja de Matías.

## 2. Organización de la comida de la vida

Hablar de *comida de la vida*, forma parte de un “todo” o una “totalidad” que viaja en el tiempo por todos aquellos platos de comida familiares pasados, presentes y futuros que interpelan el sentido de pertenencia de cada integrante a ese núcleo familiar. Cada una de esas preparaciones culinarias se fueron entretejiendo de manera particular -unas más, otras menos- con los otros capítulos de la historia de sus vidas: infancia, cumpleaños, mudanza, despedida, trabajo, etc.

La categoría de análisis *organización de la comida de la vida*, refiere a la estructuración que las familias otorgan a sus *cocinas*, y encierra a la subcategoría *historia de las cocinas familiares en el tiempo*, en la cual se ubica como nodo central (corazón) la *comida de la vida*. Esta *historia* se encuentra atravesada por la categoría *normas y costumbres alimentarias*, sobre las cuales se hará referencia más adelante. También dentro la *organización de la comida de la vida* se encuentran las subcategorías: *sentidos corporales y significaciones*, y *género y comida de la vida*.

### 2.1. Historia de las cocinas familiares en el tiempo

Las familias refieren que hablar de la *historia de sus cocinas* es recordar su propia historia de vida, ya que los cambios que se producen en términos generales de sus vidas (casamiento, concubinato,

pérdida de trabajo, separación, mudanza, nacimiento de hijos/as) repercuten directamente en las formas de comer y de beber. Así lo explicitó Sonia, al decir que hablar de sus comidas a lo largo del tiempo, la lleva a recordar toda su vida: “...con esto [dibujos de sus comidas] te estoy contando mi historia” (Sonia, 38 años, primer Encuentro). Dentro de esta categoría, se encuentran las subcategorías: *comensalidad, preparación de las comidas de la vida, y recetas.*

### **2.1.a. Comensalidad: cotidiana y especial**

La *comensalidad* como engranaje de la *historia de las cocinas familiares*, es entendida por las familias, como el acto en el que se reúnen a comer y beber alrededor de la mesa; comprende el: “dónde”, “cuándo”, “quiénes” y “qué” se come. Esto se ha manifestado tanto en el relato de las familias como en sus dibujos, donde los símbolos: mesa, comida y comensales están siempre presentes. El “qué” de esta *comensalidad* se disfruta y gusta más cuando se comparte en familia (pareja, hijos, padres, hermanos). Así lo refirieron dos de las mujeres:

“...es lindo cuando uno hace de comer para su familia. Todos se sientan a comer, rico y les gusta...” (Natalia, 22 años, primer Encuentro).

“Bueno, ahora lo bueno es compartir la mesa con ellos. Así comamos guiso, la sopa...” (Rosa, 39 años, primer Encuentro).

En este contexto, vinculado al “cuándo” y al “dónde” se diferenciaron dos tipos de *comensalidad*: una, en lo “cotidiano” del día a día, los días de la semana en sus propias casas; y otra, en “ocasiones especiales” que se da, los fines de semana, días festivos y/o cuando se presenta la visita de parientes lejanos y por lo general ocurren en una casa de la familia que es elegida por su capacidad de albergar mucha gente.

#### ***Comensalidad cotidiana***

La *comensalidad cotidiana*, la de todos los días, se realiza predominantemente en el hogar (propio o de algún familiar) y, en el caso de los niños de algunas de las mujeres, la escuela aparece como otro espacio de *comensalidad*.

En todas las familias existen horarios para cada una de las comidas del día, adaptándose los mismos a las actividades de los miembros de la familia (trabajo, escuela, etc.), siempre procurando que los niños realicen al menos las cuatro comidas diarias: por la mañana al levantarse, al mediodía, a la tarde y por la noche antes de dormir.

Es importante tener en cuenta también aquellos *momentos* donde las mujeres refirieron juntarse espontáneamente con la familia o con amigos a tomar mate, o compartir una comida, es decir, sin previo aviso y sin un horario establecido, generando de esta manera un espacio de encuentro para “compartir”. Es así que Felisa contó que en su hogar se cocina siempre demás ante esta eventualidad, y siempre está el mate listo:

*“Nunca hacemos lo justo. Siempre queda, queda. Pueden venir otros 2 ó 3, que tienen el plato de comida (...) capaz que a la mañana nos encontrés a los 2 o 3 solos tomando mate. A veces yo y mi marido, salvo que ella [hija] salga a comprar algo. Pero a la tarde, vas a encontrar lleno”* (Felisa, 63 años, tercer Encuentro).

En esta cotidianeidad siempre se busca comer acompañado, preferentemente con la familia o personas muy allegadas a la misma, y la *comensalidad* individual no es aceptada, y cuando se da, genera angustia:

*“...no, yo comer sola no, por más que esté preparada la comida, no, no, no”* (Sonia, 38 años, primer Encuentro).

*“...uh, el otro día se fue el Miguel [marido] con la Orne [hija] a la casa de (...) la abuela de la nena, la mamá de él, bueno, ‘ya vengo’ dice. Me puse a hacer de comer, comí sola porque nunca vinieron ninguno de los dos ¿Vos sabés qué feo fue? Nunca había comido sola, nunca había comido sola...”* (Natalia, 22 años, primer Encuentro).

Entre las comidas y bebidas de consumo cotidiano cabe mencionar, sopa picada, sopa de verduras, puchero, guiso de arroz, guiso de fideos, polenta, milanesa con puré, bifes a la criolla, estofado, bifes con puré, tarta, hamburguesa, salchichas, agua, jugo y gaseosa. Esta selección cotidiana

ha ido cambiando a lo largo del tiempo, y se lo vincula a la variedad de alimentos, comidas y bebidas ofrecidas por el mercado: “Yo creo que ha cambiado lo cotidiano de antes por los chicos, los chicos de ahora no quieren lo que comíamos nosotros, ahora los chicos buscan otras cosas [hamburguesas, lomitos, papas fritas, gaseosas, etc.]” (Ángela, 32 años, tercer Encuentro).

La cantidad de comida que se prepara para servir en la mesa fue representada por dos de las mujeres del tercer Encuentro a través del dibujo de olla -plato, estando el “presente” visualizado por el plato, y el “pasado” por la olla, haciendo referencia a que en el pasado se cocinaba más abundante, y actualmente se cocina menos cantidad:

“El pasado era todo en una olla, ahora voy a hacer un plato<sup>14</sup>” (Soledad, 35 años, tercer Encuentro).

“...en el pasado comía porque me daba de comer mi madre, en el presente como en el platito nomás” (Ángela, 32 años, tercer Encuentro).

Esto último que menciona Ángela se debe a que actualmente es ella la que cocina para su familia, con prácticas culinarias diferentes a la de su madre en el pasado. Carmen agregó que en su hogar esto ha cambiado porque actualmente son sólo cuatro personas (ella, su marido, su hijo y su nieta) las que viven con ella. De lo anterior se desprende que la costumbre de cocinar, y de cocinar comidas en cantidad (preparaciones rendidoras: guiso, sopa, estofado) se relaciona con el número de comensales alrededor de la mesa, sumado a lo mencionado anteriormente en relación a las limitaciones económicas para la preparación de la comida.

### ***Comensalidad especial***

La *comensalidad especial*, es cuando se presentan “ocasiones especiales”, es decir, aquellas donde las familias se reúnen en la casa de algún familiar, para comer juntos, ya sea por: cumpleaños, visitas de parientes (hijos, hermanos y tíos), días festivos (día del padre, día de la madre, fiestas patrias), o los fines de semana. Estas *reuniones familiares* se dan con previa organización, y se caracterizan por la preparación de un plato “diferente” al del los días de semana:

---

<sup>14</sup> Soledad en su pasado convivía con una familia muy numerosa que acostumbraba a cocinar grandes cantidades de comida en la olla.

*“Investigadora: ¿son de juntarse?”*

*Sonia: sí, acá sí nos juntamos.*

*Investigadora: ¿Quiénes se juntan?”*

*Sonia: vienen mis hijos, mi hermana, mi hermano, ehh, siempre nos estamos juntando a comer, por ejemplo ayer no, pero es muy raro, pero por lo general, sí, sí, siempre nos estamos juntando para comer”*

(Sonia, 38 años, Entrevista).

Las familias contaron que existen preparaciones que son exclusivas de estos días: “locro y empanadas para el 25 mayo y el día del trabajador” (Paula, Felisa); “torta en los cumpleaños” (Carmen); “asado con ensalada” (Sonia); “empanadas árabes” (Felisa); “canelones” (Carla); “tallarines caseros con salsa” (Paula); “ñoquis caseros con salsa” (Nina); “lasaña” (Carla); “pizza casera” (Paula y Felisa); “dulces y fritos” (Rosa y Carmen). Y en lo que respecta a las bebidas: gaseosas, fernet, cerveza, Gancia y “el vino siempre en la mesa” (Sonia).

Surgió también, por parte de dos mujeres, que para que se den estas reuniones familiares, existen personas que tienen el rol de convocar la misma:

*“Carmen: el otro día nomás habíamos hecho asado, y empezaron a llegar todos y no venía Sara, y ya estaba enojado él [su marido] `¿Por qué no viene a comer?’, y bueno le digo, `si vos no le decís, ella no van a venir’.*

*Investigadora: ah, ¿quién es el que reúne a la familia acá, que llama a todos para que vengan? ”*

*Carmen: el padre, el padre que la invita a que vengan”*

(Carmen, 68 años, Entrevista).

*“Investigadora: ¿y quién es el que dice vamos a juntarnos hoy?”*

*Sonia: por lo general, mi hermano, mi hermano viene a la mañana, los domingos y dice: `che vamos a comer...vayan comprando y después arreglamos´ y así ya se arma” (Sonia, 38 años, Entrevista).*

Estas reuniones familiares han sufrido cambios en el tiempo, lo cual fue expresado por las familias de Felisa y de Carmen, al manifestar que antes las mismas se daban entre muchas personas (padres, todos los hijos y nietos) en largas mesas; y actualmente son menos los presentes, lo que se

debe al espacio limitado con el que las familias cuentan para realizar estas reuniones, ya que su número de integrantes se ha extendido.

Así también en el segundo Encuentro, se manifestó que la periodicidad con la que se dan las reuniones familiares ha cambiado, siendo actualmente, menos frecuentes: “...pero antes éramos más de juntarnos un domingo en la casa de mi mamá, un domingo en mi casa, o estábamos los dos solos y nos veníamos y comíamos acá [en mi casa], y ahora no, los domingos estoy en mi casa con mi hija, ella en su casa con su hija, y la mamá en la casa con su hijo...” (Nina, 39 años, segundo Encuentro).

Sonia, al igual que Nina, también afirmó que los integrantes de la familia se van del hogar para formar su propia familia, independizándose, lo que significa pasar cada vez menos tiempo con sus padres y/o hermanos. Carmen por su parte agregó como otro motivo, la ausencia -muerte- de la persona que convoca este tipo de reuniones.

### **2.1.b. Preparación de la comida de la vida**

La *preparación de la comida de la vida* a la luz de lo referido por los participantes de la investigación incluye: la selección que se hace de los alimentos, la variedad y tipo de comidas que consumen, y los procedimientos para preparar esas comidas. Asimismo estas prácticas del orden de lo culinario están condicionadas por las siguientes premisas: a) la *alimentación “sana” para sus niños*, b) *la salud de los comensales*, c) *el gusto de los comensales*, d) *el clima*, e) *la oferta alimentaria del mercado*, y f) *los servicios y equipamiento* disponibles en el hogar. Los condicionantes de la *preparación de la comida de la vida* están vinculados fuertemente al “hoy” de las familias, lo cual incluye a los mencionados cambios sufridos a lo largo de la historia familiar. Es importante destacar que para preparar las comidas, las familias priorizan unos u otros de los aspectos mencionados, que en algunos casos resultan contradictorios. Se hará mención a ello más adelante.

#### ***Condicionantes de la preparación de la comida de la vida***

- Alimentación “sana” para los niños

Las madres en su rol de responsables del cuidado de sus hijos, prestan especial atención a este

aspecto y ponen en práctica sus conocimientos y *creencias* alimentarias a modo de entregar a sus hijos la mejor opción de alimentación “saludable” para su crecimiento y desarrollo. Es así que consideran que hay ciertos alimentos “buenos” (Sonia), que “les hacen bien” (Sara), y por tal motivo los incluyen en las comidas cotidianas; los alimentos de referencia -en términos de buenos, que hacen bien- son el hígado, la zanahoria y la carne. También manifestaron que buscan formas de preparación más “sanas”, y por tal motivo se evitan las frituras que son reemplazadas por el horneado, ya que las primeras “les pueden caer pesadas” (Sonia): “...*siempre consumimos la empanada frita en la grasa, yo por los chicos la meto al horno, por una cuestión de que me da miedo de que les caiga pesado*” (Sonia, 38 años, primer Encuentro).

- Salud de los comensales

Se observó particularmente en las familias del segundo y tercer Encuentro, la visualización de la salud como la ausencia de enfermedad, y cómo la presencia de esta última condiciona la selección familiar de ciertos alimentos, bebidas y comidas. Puntualmente, esto fue referido por parte de las personas presentes de mayor edad (Carmen y Felisa) y algunas más jóvenes (Paula y Ana), que comentaron que en su hogar buscan una alimentación más “saludable”: a) seleccionando alimentos que consideran de bajo contenido graso (Felisa, operada de la vesícula) y alimentos “light” (Carmen, operada de la vesícula); b) restringiendo la sal de mesa (Paula, por la hipertensión arterial); y c) aumentando el consumo de verduras (Ana, diabetes):

*“Una, porque en mi casa hay varios que están operados de vesícula (...); aparte están grandes mis viejos, tienen muchas enfermedades los huesos, ellos no pueden comer grasas... y no pueden comer nada de esas cosas de achuras, por la enfermedad de los huesos, le sube el colesterol. Pero, entonces, al igual que la sal, la sal en mi casa se usa poco, porque, por el tema de mi mamá, por la tensión...”* (Paula, 28 años, Entrevista).

*“...va a ser un año que me operaron del hígado, y yo mucho no quiero comer porque tengo miedo, y ese ataque al hígado que me agarró que parecía que me iba a morir, por eso yo me quedé con miedo, y por ahí cuando tengo compro cuestiones de... todo light así, mayonesa o quiero comer un dulce light (...) si, no sé porque no me acostumbro de hacer esas comidas así light, lo único que sí compro por ahí es queso dietético, el queso descremado, o un dulce, ¿cómo es?, si ahora lo como, antes no, no comía,*

*pero ahora sí, pero no soy de mucho de comer, así que por eso... por ahí lo que estoy tentada de comer es el huevo frito pero yo se que para mí es malo”* (Carmen, 68 años, Entrevista).

*“Ahora en el presente no como lo mismo de antes, corté de golpe, me gustaba [comer de todo] pero lo mío ahora es todo verduras [tiene diabetes]”* (Ana, 33 años, tercer Encuentro).

Asimismo, en lo que respecta a la salud de los comensales, se volvió a hacer referencia al reemplazo de las frituras, a modo de obtener una preparación sana: *“Las empanadas las hacemos al horno. Yo soy operada de vesícula y él también así que rechaza un poco la fritura, entonces al horno (...) yo prefiero darle un huevo duro que darle huevo frito, porque el huevo frito levanta el colesterol”* (Felisa, 63 años, tercer Encuentro).

- Gustos de los comensales

El gusto de los comensales es un aspecto que cobra especial importancia ya que se prioriza sobre el resto de los condicionantes. Se pudo observar que el mismo es también tenido en cuenta para seleccionar los alimentos, comidas y bebidas que se consumen, y la selección de las formas, tipo y variedad de preparaciones que realizan para la familia.

Es así que en todas las familias se refirió que “no” se realizan preparaciones que no gusten a la totalidad de comensales. Así lo expresaron dos de las mujeres:

*“Pastel de papa yo no puedo hacer porque a él [marido] no le gusta”* (Felisa, 63 años, tercer Encuentro).

*“...por eso por ahí no hago [comidas que no gustan], porque les digo yo ‘para hacer, tengo que hacer para todos, porque si no, no hago, si no les gusta’”* (Carmen, 68 años, Entrevista).

Los niños y los varones, con sus gustos y preferencias, ocupan un lugar importante en la definición del menú del día, es decir, se intenta en el marco de las posibilidades familiares “dejar contentos” a todos los comensales. Así es que todas las mujeres refirieron prepararles las comidas que a ellos les gustan, y evitan preparar las que no les gustan.

En lo que refiere a los niños, tres de las mujeres expresaron:

*“...el otro día nomás, cuando hizo ella [hija] los raviolos, que a la Brisa [nieta] no le gustan, le hizo fideos con salsa...”* (Carmen, 68 años, Entrevista).

*“...lo único que yo hago son las albondiguitas con salsa con puré porque a mi hijo le gusta”* (Sara, 41 años, segundo Encuentro).

*“...no sé de dónde saqué la receta de arroz con lentejas, pero yo lo hice una vez y a la gorda [su hija de bebé] le encantó, y después siempre hice”* (Sonia, 38 años, primer Encuentro).

En ese sentido, se excluyen alimentos de algunas comidas porque a los niños no les gustan. Un ejemplo de ello, lo expresó una de las mujeres del segundo Encuentro al contar que no utiliza papas en sus comidas porque a sus hijas les disgusta, o bien la exclusión de algunas hortalizas, sobre todo las verdes que son asociadas con el “yuyo”:

*“...lo que pasa, los chicos ahora no les gusta la acelga ¿viste?, no les gusta mucho la verdura...”* (Nina, 39 años, segundo Encuentro).

*“Ponele, la lechuga no le gusta [a su hija], la lechuga le dice yuyo”* (Sara, 41 años, segundo Encuentro).

Cabe destacar que a merced de haber mencionado anteriormente que se evitan las frituras en la alimentación saludable del niño, al entrar en la esfera de los gustos, Sonia contó que en su hogar, los niños prefieren la fritura, y por tal motivo se las prepara en algunas ocasiones: *“...pero hubo varias veces que le metí hamburguesas o milanesas así al horno, y no, preferían fritas”* (Sonia, 38 años, Entrevista). Esto se relaciona con la comida como medio de agasajo, tema que se tratará más adelante.

Asimismo, el varón adulto, mediante sus gustos decide directamente (es decir, manifestando el deseo de cierta preparación) o indirectamente (a través de los conocimientos de las mujeres sobre ciertos alimentos y comidas que disgustan al varón) lo que se va a cocinar:

*“En la noche si es más complicado, no complicado, sino que porque en la noche ya está mi marido y el dice: ‘bueno haceme tal cosa’ (...) el trabaja [al mediodía] entonces estoy con los chicos solos y para mí es más liviano, incluso porque me estoy cuidando un poco y él me hace comer, porque dice que no estoy gorda que ‘tenés que comer’”* (Sonia, 38 años, Entrevista).

Por otra parte, Paula contó que su padre no come “comida chatarra” o de “rápida/fácil preparación”, por lo que cuando él está presente en el hogar, no se prepara ese tipo de comida, como así tampoco ninguna otra comida que a él no le guste; en el caso de que se la prepare, se hace otra distinta para él.

En algunos casos, estas decisiones del varón pueden adoptar el carácter de imposición en la alimentación de la familia:

*“...o le digo a mi señora, ‘haceme una sopita’, ‘no hay carne’, ‘haceme una sopita’ (...) Fritura, ¡no!, a ella [pareja] le gusta la comida chatarra, a mi no, y no quiero tampoco que le dé a él [hijo] (...)... yo si comí carne hoy día, ya mañana o a la noche no me volvas a dar carne”* (Matías, 32 años, tercer Encuentro).

El respeto por los gustos del varón es heredado de generaciones anteriores y se mantiene a lo largo del tiempo. Así, por ejemplo, Felisa contó que cuando era niña, en su familia, la madre cocinaba según los gustos de su padre, y hoy día ella también “respetar” de la misma forma los gustos de su marido.

- Clima

El factor climático surgió como un aspecto particular a la hora de seleccionar las comidas a preparar. Se manifestó por parte de tres mujeres al referir que en los días fríos o lluviosos se preparan “fritos” o churros, y que en los días calurosos se prefieren comidas “más frescas”, que se consumen frías:

*“...yo cuando hace mucho calor, hacemos más de los yuyos digamos, de lechuga, ensaladas...pero los días así fresquitos, fríos, si soy de la polenta...guiso de arroz con lentejas...no vas a comer con un*

*calorón una polenta” (Paula, 28 años, Entrevista).*

*“...puré, guisos, estofados, más en invierno. Ahora en el verano es otra cosa, son más ensaladas, que algo más elaborado en el invierno, se come de otra forma” (Sonia, 38 años, Entrevista).*

- Servicios y equipamiento

Existe una íntima asociación entre la elaboración de las comidas y los servicios y equipamiento disponibles en el hogar. Es así que aquellas familias que no cuentan con alguno de éstos, ven condicionadas sus preparaciones culinarias.

Con respecto al servicio de gas, Sonia recordó que años anteriores, en otro barrio, contaba con red de gas natural que no le demandaba mucho gasto, adquiriendo de esta manera la práctica de cocción al horno. Hoy, en La Tela la sigue practicando aunque con menor frecuencia. También manifestó que este medio es más práctico para cocinar para toda la familia: *“Yo preferiría al horno porque vos metes todo en una bandeja, y sacas todo de una. Como las milanesas y eso, pero no les gusta, les gusta más frito. Allá cuando vivíamos en quebrada, tenía gas natural y gastaba poquísimo, así que ahí, hacia muchísimo al horno” (Sonia, 38 años, Entrevista).*

Así bien, es la disponibilidad de gas la que condiciona la elección del método de cocción de las familias: fritura, hervido, guisado y horneado. La cocción en olla “Essen” apareció en una sola familia. Como se describió anteriormente, este condicionamiento se da porque La Tela no cuenta con extendido de red de gas natural y lo deben adquirir mediante la compra de garrafas a un precio relativamente elevado: *“...y haces una pizza en la olla Essen, nada de gastar gas ¿me entendés?” (Sonia, 38 años, primer Encuentro).*

Así también la ausencia del extendido de la red de agua dentro del hogar, actúa como condicionante. Las familias refirieron que por este motivo, el cocinar se torna dificultoso para preparar ciertas comidas específicas, por lo que evitan realizar preparaciones que requieran de mucha limpieza posterior:

*“Investigadora: ...Celeste, ¿a vos te gusta cocinar?”*

*Celeste: sí, pero lo que no me gusta es el quilombo que queda. Lo que pasa es que mi cocina es dos por dos, es chiquitita y tenés que andar con los baldes, fuentones, y después cuando cocinas con la harina y todas esas cosas, haces una salsa, se te hace un quilombo, que hervís la acelga, todas esas cosas”* (Celeste, 24 años, segundo Encuentro).

Con respecto al equipamiento de las cocinas, la disponibilidad de horno posibilita la realización de preparaciones como tartas, que Sonia contó que en su pasado no se preparaban porque no disponía del primero: *“La tarta se hace ahora, mi abuela no la hacía porque no tenía horno”* (Sonia, 38 años, primer Encuentro).

- Oferta alimentaria del mercado

La diversificación de preparaciones culinarias, alimentos y bebidas, fue manifestada por diez de las participantes de los Encuentros. Es decir, otros nuevos alimentos, bebidas y comidas que se incorporaron a su alimentación de base, la que tienen aprendida de su niñez. Esto fue vinculado a una mayor oferta del mercado a partir de la industria alimentaria (a gran o pequeña escala, como por ejemplo la rotisería del barrio): *“...uno va incorporando cosas nuevas también. Antes, por ejemplo, uno tomaba leche de la vaca, directamente, le sacaban la leche, y ahora, a lo mejor, uno va hasta el súper a comprar leche descremada para los chicos. Entonces eso es un cambio, mucho cambio”* (Sonia, 38 años, Entrevista).

En relación a los tipos de comidas que se preparan, en los tres Encuentros se manifestó que *“antes la comida era más casera”* (Nina) ya que se elaboraba en el hogar, y actualmente son comidas de más fácil preparación, que se obtienen mediante la compra en el mercado, como tartas, panchos, hamburguesas, y esto se da, según dos de las mujeres, porque a las nuevas generaciones les gustan:

*“Y si, las comidas son distintas ahora. A los chicos por ejemplo no les gusta mucho el bife de hígado, muy raro que te coma ahora bife de hígado o de corazón...y nosotros cuando éramos chicos si lo comíamos o estofado de mondongo...nosotros lo comíamos, ahora los chicos No! (...) Ahora me piden hamburguesa, papas fritas...”* (Sonia, 38 años, primer Encuentro).

*“Como te puedo decir, la juventud de ahora es mucho pancho, la hamburguesa”* (Paula, 28 años,

tercer encuentro).

También se mencionó como motivo de este cambio la practicidad a la hora de preparar una comida, que, según Felisa, se debe a que actualmente las madres trabajan, y no disponen de tiempo suficiente para la elaboración de las comidas, por lo que optan por comidas de rápida preparación: “...ahora vos venís, la mamá moderna, no es por nada de criticar, a veces el cansancio, el trabajo, que se yo, la mamá que trabaja cambia a la mamá que está en la casa, pero ahora que estás apurada, ah bueno, un sandwichito te doy y ya está...” (Felisa, 63 años, tercer Encuentro).

Así también lo manifestaron dos de las mujeres:

“...por ejemplo, antes para hacer puré pelábamos la papa, ahora haces el que viene en sobrecitos, con un poco de leche y listo” (Soledad, 35 años, tercer Encuentro).

“Las hamburguesas que ya vienen listas para freír o las salchichas, sí. Sí porque me sacan de apuro o porque las hago así como ensalada” (Sonia, 38 años, primer Encuentro).

Al indagar sobre el consumo de comidas de rotisería, Ema manifestó que antes comía comidas preparadas por su abuela, y en el hoy acude a las comidas que pide en la rotisería a partir de los menús ofrecidos: “...yo soy de la nona o del Tito [dueño de la rotisería] (...) mirá, acá [en el dibujo] puse: antes Nona, ahora rotisería. Puse sándwich de milanesa, pizza y salchichas, y antes agua, sopa y guiso” (Ema, 20 años, tercer Encuentro).

Sin embargo, Sonia y Carmen contaron que este tipo de comidas no forman parte de sus prácticas alimentarias, y quizás esto se vincula a que, como se hace referencia anteriormente, ellas buscan preparaciones “saludables” y las comidas de rotisería no estarían incluidas en esta caracterización:

“Investigadora: ¿Compran comidas en rotiserías?”

Sonia: ¡NO!”

(Sonia, 38 años, Entrevista).

*“Investigadora: ¿y compran lomitos, hamburguesas, las preparan?”*

*Carmen: No, no, ni las preparo tampoco, tampoco, no eso no, eso no, nunca*

*Investigadora: ¿y por qué?, ¿no les llama la atención?”*

*Carmen: No, porque... ellos pueden salir e ir; pueden comprarse, o un lomito, comer así un lomito, pero acá si, aquí eso no, no, no le digo”*

(Carmen, 68 años, Entrevista).

### ***Modos de obtención de alimentos y bebidas***

Las prácticas alimentarias relacionadas a los *modos de obtención de alimentos y bebidas* son principalmente la *compra directa* y los *programas sociales*, y en dos de las familias se pudo observar también la *autoproducción* de condimentos y hierbas.

En referencia a la *compra directa* se recurre al mercado mayorista (Cipriano); quioscos y despensas locales (carnicería, verdulería, ramos generales); y supermercados de la ruta 20. Estas prácticas se mantienen entre las familias respondiendo a: compras en mayoristas o en supermercados cuando se dispone de dinero suficiente porque permite comprar en grandes cantidades, economizando dinero y asegurando disponibilidad de alimentos en el hogar:

*“...la mercadería vamos a un mayorista que está en Ameghino Sur [barrio donde se encuentra el mayorista], que ahí vos vas, haces una compra mayor de \$100 pesos...vamos caminando y de ahí están los fleteros que te traen”* (Paula, 28 años, Entrevista).

*“...traigo un poquito de más [del supermercado] de cantidad porque para comprar en carnicería y verdulerías por acá, es más caro”* (Sonia, 38 años, Entrevista).

En relación a la compra realizada en los comercios locales, la misma está condicionada por: a) la posibilidad de obtener los alimentos y bebidas por medio del fiado, y b) la cercanía de los mismos; a pesar de que el costo sea más elevado que en supermercados y mayoristas. La compra en esos lugares se limita a productos como pan, verduras y frutas o aquellos que se necesiten en el momento, así lo manifestaron dos de las mujeres:

“... las verduras, la compramos sobre la ruta, en la verdulería que hace bastante que somos clientes de ahí...” (Paula, 28 años, Entrevista).

*Investigadora: ¿las compras las va a hacer usted?*

*Carmen: si, hay veces que voy yo, sino las mando a mis nietas, porque yo sola no salgo...*

*Investigadora: ¿le queda muy lejos de acá para ir a comprar?*

*Carmen: acá en la ruta tengo que ir... pero voy a los que están acá cerca nomás.*

*Investigadora: ¿y va y compra en cantidad, o...?*

*Carmen: y, cuando puedo sí, compro para que me quede, para no salir todos los días.*

*Investigadora: ¿Compran acá en los negocios del barrio?*

*Carmen: Si, si aquí al lado nomás yo a la mañana compro el pan, así esas cositas, lo compro aquí nomas”*

(Carmen, 68 años, Entrevista).

Los *programas sociales* a los que acceden algunas de las familias son: “vales para la compra de alimentos” destinados a los niños que asisten al Jardín “Rayito de Sol”, que son entregados por la ONG Perspectiva Social (financiados por el Ministerio de Desarrollo de la Pcia. de Córdoba). Antes, se daba de comer de lunes a viernes en las instalaciones del comedor pero en el período de receso del año 2010 -2011 se optó por esta modalidad de vales por varios motivos: a) para que las familias puedan complementar los alimentos secos (harina, arroz, fideos, tallarines, cacao, leche en polvo, entre otros productos como mermelada y puré de tomate) entregados por el Programa de Asistencia Integral Córdoba (PAICOR); y, b) por su criterio de practicidad para la organización ya que el Jardín se localiza en una zona de Villa, por ende socio -segregada, y por ello debe lidiar con los proveedores de alimentos, combustible y limpieza para que le lleven la mercadería a domicilio. Estos vales se entregan dos veces al mes, y son intercambiados con determinados comercios locales (con aquellos que se tenga convenio), cubriendo alimentos básicos como: tres kilos de papa, medio kilo de tomate, cebolla, zanahoria o zapallito y calabacín, media docena de huevos, un kilo de mandarina y/o banana, y un kilo de carne semanal (los tipos varían entre, milanesa de carne o de pollo, o hamburguesas de pollo). Estos alimentos, si bien están destinados a los niños que asisten al jardín con el fin de asegurar una comida principal durante todo el mes (específicamente, 22 días hábiles), constituyen en muchos casos, un recurso para preparar la comida para “toda” la familia de “un solo día”.

Otros *programas sociales* son: a) el PAICOR, al que acceden los niños en edad escolar que asisten a la escuela; b) el Vale lo Nuestro, programa social destinado a las familias vulnerables, que actualmente consiste en la entrega de una tarjeta con fondos (\$52) para la realización de compras. Sin embargo, según las familias participantes, el último se encuentra suspendido por el momento. Por otro lado, cabe mencionar al comedor comunitario del CC Rincón de Luz, que brinda la prestación alimentaria de la cena en el marco del Programa Abordaje Comunitario del Ministerio de Desarrollo Social de la Nación. Tiene como beneficiarios a los niños que asisten al jardín Rayito de Sol y a niños de otras edades habitantes de la Villa. Actualmente, presenta un funcionamiento irregular, debido a que recibe más personas de las que les financian por ello los fondos rinden un menor tiempo.

La *autoproducción* que se observó en los hogares de Felisa y Carmen, consiste en el cultivo de hierbas y yuyos utilizados para la condimentación de la comida y el mate: orégano, perejil, cedrón, burrito, chofitol, buscapina, yerba buena y ruda. Ambas familias refirieron que no cultivan otras variedades de plantas porque la tierra de sus terrenos “es mala” para el cultivo.

### ***Creatividad***

Se pudo observar que todas las premisas inherentes a la *preparación de la comida de la vida* anteriormente descritas (*alimentación “sana” para los niños, salud de los comensales, gustos de los comensales, clima, servicios y equipamiento, y oferta alimentaria del mercado*) están atravesadas por la *creatividad* que las mujeres despliegan en las elaboraciones culinarias. Esta se entiende, por parte de las participantes, como el “improvisar”, actuar de manera espontánea con los recursos que se disponen. Así, por ejemplo, a la hora de planificar la comida del día, dos de las mujeres del primer Encuentro contaron:

“... bueno, pero mirá, yo el otro día hice zapallito hervido relleno, y no tenía para la carne molida, pero tenía dos bifés en la heladera, los corté bien chiquito, y ahí sí...” (Celeste, 23 años, primer Encuentro).

“...hubieron muchísimas veces que no he tenido todas las cosas para hacerles de comer, por decir un día hoy no tengo carne, o hoy día no tengo tal cosa, y les hago de comer, los chicos no tienen la culpa que yo no tenga nada en la heladera para darles de comer; es abrir para ver que hay, y con lo que hay

*armar algo, y me re desenvuelvo (...) yo para preparar la comida, abro la heladera, y me fijo que tengo, que hay...entonces con lo que hay digo: 'bue, voy a hacer tal cosa'*” (Sonia, 38 años, primer Encuentro y Entrevista).

Cabe destacar que dicha *creatividad* es puesta en práctica por la mayoría de las familias, sin embargo, también están quienes encuentran limitaciones para llevarla a cabo dado los mínimos recursos con los que disponen ese día y entonces prefieren “no hacer nada”. Así lo reconoce una de las mujeres: “*...pero me gusta tener todas mis comodidades, y todas mis cosas [ingredientes, utensilios], porque eso para hacerte algo, tengo que salir a buscar o a pedir, ¡no! (...) directamente no lo hago*” (Paula, 28 años, tercer Encuentro).

### **2.1.c. Recetas**

Las familias definieron tácitamente a la *receta* mediante la descripción de una serie de elementos, tales como: ingredientes, condimentos, sus cantidades en medidas caseras, utensilios particulares a necesitar, formas de preparación y de cocción, la persona que la prepara, la denominación que se le da al preparado culinario, y el porqué de la preparación. Estas *recetas*, contemplan también sus formas de transmisión y de registro.

La transmisión de las *recetas* se da en estas familias tanto inter como intra-generacionalmente, y dentro de las formas de transmisión, las más utilizadas son: la observación seguida de la práctica de ensayo-error y las charlas informales. Como agentes transmisores de las mismas, se reconoció a un familiar directo (madre, abuela, hermana, cuñada) y en menor medida a los programas de cocina de la televisión. Como forma de registro de las *recetas*, todas las familias refirieron remitirse a ellas a partir de la memoria, y no recurrir en ningún caso a la escritura:

*“Investigadora: y ustedes cocinan por receta o por...*

*Paula y Felisa: ¡¡noooooo!!*

*Felisa: No, no, no, no, ¡nunca una receta, nunca!*

*Paula: nunca eso de estar viste, agachándote y fijándote cuánto va”*

(Felisa, 63 años, y Paula, 28 años, tercer Encuentro).

Sonia, al hablar de las formas de transmisión, expresó el “porqué” de la misma, y esto lo vinculó directamente a un valor positivo atribuido a esa *receta*: “Yo aprendí a hacer [hígado con puré] de mi papá, porque él decía que eso es lo mejor que podíamos comer de chicos” (Sonia, 38 años, primer Encuentro).

También surgió por parte de la familia de Felisa, la importancia de perpetuar las *recetas* familiares, a los fines de mantener tradiciones y *costumbres* que identifican a la familia:

“...bueno, yo le digo [a Matías] aprendí de tu papá, le digo, a hacer locro, porque el día que él no esté... y yo el día que yo no esté, está la Paula para las empanadas...” (Felisa, 63 años, tercer Encuentro).

“...ella [su hija] tiene que seguir la misma cadena que seguía yo con mi mamá y así. En el sentido, las mismas *costumbres*, no se tienen que perder las *costumbres*, digamos de las comidas” (Paula, 28 años, Entrevista).

Los ingredientes de las *recetas* son tenidos en cuenta por sus propiedades o cualidades culinarias, por su posibilidad de reemplazo, por tratarse de componentes tácitos (que no hace falta ni nombrarlos por su obviedad), y asimismo se incluyen los condimentos en el rubro ingredientes.

En los tres Encuentros, emergió que hay alimentos que poseen cualidades útiles a la hora de preparar la comida. Tal es el caso de “la papa que espesa” (Sara), “el huevo que endurece a la masa” (Felisa), “la zanahoria que otorga consistencia” (Sara), y que por tal motivo se los incluye en diferentes preparaciones. También hay ingredientes que se reemplazan (por gusto o disgusto, o por razones económicas) siempre y cuando la *receta* lo permita. Por ejemplo, Felisa expresó que en su hogar se acostumbra a reemplazar la papa por la polenta en el pastel de papas, porque, como ya se mencionó anteriormente, a su marido le disgusta; así también Celeste refirió que reemplaza la carne de vaca por la carne de pollo, ya que esta última es más barata: “...en mi casa sí no hay carne, pero desde que mi marido quedó sin trabajo es pollo nomás...” (Celeste, 23 años, primer Encuentro).

En referencia a los ingredientes tácitos, son aquellos que forman parte de las *recetas* pero no se nombran por ser de uso muy común en la preparación. Un ejemplo frecuente es la *receta* de la “salsa

roja”, en la que todas las mujeres, al describir su preparación, no mencionaron la carne de vaca como ingrediente constitutivo fundamental, lo cual implica que al decir salsa roja, se supone (sentido común) que la contiene.

En lo que respecta a la condimentación, estas familias le otorgan un valor importante a la misma, ya que los condimentos resaltan los sabores de la *receta*, y su falta caracteriza a las comidas “de hospital”. Las familias de los Encuentros nombraron condimentos de uso común en las preparaciones diarias, como por ejemplo: perejil, orégano, provenzal, pimiento verde y rojo, pimentón, ajo, cebollita (de verdeo) y comino; una de las mujeres refirió que actualmente también incorporó otros condimentos: “...*el laurel, lo uso recién ahora, porque antes no le echaba laurel*” (Sara, 41 años, segundo Encuentro).

En relación a los utensilios como parte de la *receta*, seis de las mujeres nombraron a la *receta* de la mano de los mismos, es así que hay preparaciones que requieren de utensilios particulares para su elaboración, por su practicidad:

“...*y lo ponés, y lo cuidás con la cuchara, si tenés una cuchara de madera, yo tengo muchas cucharas de madera... pero ¡no lo dejés quemar!*” (Felisa, 63 años, tercer Encuentro).

“*Yo la masa la estiraba así, con un palote la estiraba bien, y le echaba todo el relleno*” (Carmen, 68 años, segundo Encuentro).

“*Yo dibuje una olla, y ahí le meto todo [ingrediente] a la olla (...) yo cuando era chica éramos 9 hermanos, por eso hice la olla*” (Soledad, años, tercer Encuentro).

Así también hay utensilios que se recordaron de manera afectiva, como parte de su historia, dándole un valor agregado a las *recetas* a partir de ellos. Sonia contó que su abuela utilizaba “la olla verde” únicamente cuando cocinaba para alguna ocasión especial, resaltando que la comida salía más rica de esa forma: “*Entonces mi abuela sacaba la olla [verde], y hacia el puchero y le salía riquísimo*” (Sonia, 38 años, primer Encuentro). Por su parte, Natalia agregó: “*Lo que más me gusta a mí y a todo a mi familia es el loco riquísimo que hace mi abuelo, el abuelo con la olla, y a la leña*” (Natalia, 22 años, primer Encuentro).

Las denominaciones características de las *recetas*, responden a: a) los diferentes nombres que adopta un mismo plato según quien lo prepara (por ende, lo nombra); b) la personalización de la receta. En relación al primero, se observó que una de las mujeres nombró al “guiso” como “cazuela” (Nina), otra como “arroz con lenteja” (Sonia) y otra lo denominó también “riñoncitos con tomate, cebolla y arroz” (Natalia). En el caso particular de Nina, es importante destacar que desde que trabaja en una empresa de catering, trasladó la denominación de los platos de la empresa a los que prepara ella en su hogar. Con respecto al segundo, la denominación de la *receta* según quien la prepare, implica que la misma se vuelva irreproducible por otro, responde a la “obra” y “secretos” de una mano particular. En los Encuentros las familias enumeraron las *recetas* con “autorías” particulares: “el loco del abuelo” (Natalia y Sonia), “el loco del tucumano” (Paula, Felisa y Ángela), “la salsa de la Gime” (Rosa), y “la lasaña de mi hermana Nina” (Sara). De esta forma, una receta puntual recuerda simbólicamente a quien la prepara; le da vida.

## 2.2. Normas y costumbres alimentarias

Lo vivido en los Encuentros puso en relieve que para las mujeres hablar de su *historia alimentaria* conlleva a transmitir las *costumbres* que son la columna vertebral de su alimentación. Dichas *costumbres* se caracterizan por ser prácticas familiares que se dan en el día a día inherentes a la *organización de la comida de la vida*, adquiridas de generaciones pasadas pero se mantienen, o intentan mantener, en el presente. Estas *costumbres* se encuentran bajo la gobernabilidad de las *normas* de la *organización de la comida*, las cuales representan aquellas prescripciones que las familias consideran organizadoras de las *costumbres* vinculadas a la *preparación de las comidas*, a la *comensalidad* y a las *recetas*.

Para todas las familias existen *costumbres* que se mantienen en el tiempo sin perder su esencia. Las *costumbres* vinculadas a la *preparación de las comidas*, se asocian a sus formas de elaboración: “las empanadas son fritas” (Carla), “la pizza se hace casera siempre” (Felisa y Paula), a la *comensalidad especial* o *cotidiana*, y a las *recetas*, detalladas anteriormente.

En referencia a la *comensalidad*, se observó por parte de todas las familias, la importancia del “comer juntos”, tanto en su pasado como en el presente. La costumbre de las reuniones familiares y el *compartir momentos*, se dan o intentan dar, pese a cualquier circunstancia. Por ejemplo, si bien cada

cual forma su familia, esto no impide juntarse al menos “una vez al mes” o “domingo de por medio” (Sonia), o en el caso que la situación económica constituya un obstáculo, se busca dividir gastos: “...ponele que nos reunamos, él (hermano y su familia), yo, bueno, mi vieja...ponemos unos mangos cada uno...” (Ángela, 32 años, tercer Encuentro).

En relación a las *recetas*, los condimentos constituyen un elemento esencial, puesto que proporcionan a las comidas un característico sabor familiar. Es así que también se recuerda a la *receta* de la mano del condimento, y la utilización de los mismos se mantiene en el tiempo formando parte de estas *costumbres* que traen arraigadas. En ese sentido, Carmen contó que actualmente sigue haciendo las empanadas que le enseñó su madre y al recordar la *receta* no deja de traer a colación sus condimentos: “*empanadas [con] carne, condimento ese, pimienta y comino, cebolla, zanahoria, eso le echaba*” (Carmen, 68 años, segundo Encuentro).

Así mismo, con respecto a las *costumbres* en torno a las *recetas*, Carmen y sus hijas, hicieron mención a una *receta* familiar (particularmente, la carne a la bolsa) que la preparaba su marido-padre cuando se juntaba toda la familia, y actualmente -ya sin su presencia física- esto ha dejado de formar parte de sus *costumbres*:

“Investigadora: *¿Y ahora no hacen más carne a la bolsa?*”

Carmen: *y no, hermanos de él [marido] van quedando poco...*

Nina: *nos juntamos hasta que estuvo el abuelo*”

(Carmen, 68 años, segundo Encuentro).

Que las *costumbres* familiares se perpetúen a lo largo del tiempo, responden a una “serie de reglas” que las familias ponen en práctica en los momentos de la *comensalidad* y de la *preparación de la comida*, logrando así que las primeras puedan mantenerse de generación en generación. Las *normas* vinculadas a la *comensalidad* consisten, en general en: sentarse todos juntos en la mesa para comenzar a comer, no levantarse de la mesa hasta que todos hayan terminado, y aspectos vinculados a la vestimenta y a la higiene:

“...y yo les digo[a sus hijos y marido] ‘ya está la comida’, entonces todos vienen a la mesa, y yo les sirvo la comida y esperan, cuando yo me sirvo el último plato y me siento, empezamos a comer todos

(...) acá los varones por ejemplo se tienen que poner la remera, porque a ellos les encanta andar en cuero (...) el varón es, la remera o las gorras (...) y ellos [sus hijos] saben que se tienen que lavar las manos si viene de la calle y todo eso para sentarse a la mesa” (Sonia, 38 años, Entrevista).

“...tienen que estar todos en la mesa...lo peor que puede haber es que estés comiendo y tengas que estar gritándoles o avisándoles que ‘está la comida’(...) yo te pongo por ejemplo, sirvo la comida, y yo te llamo [y me decís], ‘voy a comer’ o ‘no, no voy a comer ahora’ listo: no comes” (Paula, 28 años, tercer Encuentro).

Carmen contó que en las casas de sus nietos, los padres en su rol como tal hacen respetar estas normas, pero ella como abuela, por querer complacer a sus nietos en su hogar no las exige:

“Investigadora: ¿Y no tienen normas o reglas para la hora de sentarse a comer?

Carmen: No, no, no aquí...allá sí [en la casa de mis hijos] mis nietos sí las tienen. Por ejemplo, el que terminó de comer primero no se tiene que levantar, pero...están con la abuela, y con la abuela todo se puede (...) yo los dejo, basta que coman, pero sí que se sienten a comer y cuando terminan de comer, sí cada uno se va levantando”

(Carmen, 68 años, Entrevista).

En el momento de *preparación de las comidas*, surgieron como *normas*, en los tres Encuentros, que la persona encargada de cocinar es quien impone las mismas en la cocina, y prefiere generalmente cocinar sola; la presencia de los niños en la cocina no se permite, como así tampoco el picoteo de la preparación antes de ser servida:

“...en mi casa choco con el gordito [sobrino], el gordito es así: ‘¿y qué vamos a comer ahora?’...ya voy a terminar de cocinar pero no saques de la olla, no” (Paula, 28 años, Entrevista).

“...allá me quieren ayudar [a cocinar]: ‘¿Abuela querés que te ayude con...?’ ‘No, le digo’ y hay veces que Carla viene por ahí y ‘¿te ayudo mami?’ y ‘¡NO!, déjenme a mí, sino cocinen ustedes, le digo yo’ (...) eso no me gusta a mí cuando, estoy cocinando yo, y que vengan, y menos los chicos” (Carmen, 68 años, Entrevista).

“Me gusta cocinar, pero tengo que tener todas las cosas, me falta algo, ahí me cambió todo [lo planificado] y no te entro a la cocina” (Paula, 28 años, Entrevista).

De todas formas, Sonia sostuvo que si bien no deja ingresar a los niños a la cocina, sí les permite ayudar en tareas menores: “...no los dejo llegar a la cocina por el fuego, por el aceite, por la pava... pero sí a la mesa, les gusta rallar con el rallador la verdura, o ponerle pan a la carne, esas cosas sí” (Sonia, 38 años, primer Encuentro).

Otras normas vinculadas a la *preparación de la comida*, que surgieron en el tercer Encuentro por parte de las mujeres, hacen referencia al cocinar una sola vez en el día, es decir, preparar una sola comida que, en el caso de que sobre para la cena, no se vuelve a cocinar; y si no sobra, se cocina únicamente para los niños y las mujeres toman mate: “...hacemos una [comida]..., es una comida, y se come al mediodía bien, y a la noche, si queda, se come, sino nosotras tomamos mate (...) si yo al mediodía hago unos bifés con ensalada, con puré así, y no queda, por ejemplo, a la noche yo les hago [a los hijos] una sopita de esas de crema [comprada]” (Paula, 28 años, tercer Encuentro).

Esta norma de cocinar una vez al día, surge actualmente, y tiene su raíz en las dificultades económicas que atraviesan estas familias: “...pero de cocinar dos comidas en mi casa, ¡no! Una que no te dá, digamos económicamente, y segundo que no estás para gastar dos comidas en el día” (Ángela, 32 años, tercer Encuentro). En este sentido Felisa agrega que es un alivio que al mediodía sobre comida, ya que no se preparará otra por la noche, y problematiza acerca de las *costumbres* de su nieta: “...ponele, hoy hacemos estofado y a mí me quedó un poco, a la noche no se cocina, se calienta y se come. Bueno, ella [su nieta], en la casa de ella, con el novio, ¡No!, cocina a las 12 [del mediodía] y a la noche, ¡chau!, lo que quedó, quedó. Hace otra comida, ese es el problema” (Felisa, 63 años, tercer Encuentro).

### 2.3. Sentidos corporales y significaciones asociadas a la alimentación

Las *significaciones* de la alimentación están definidas por la *descripción que las familias realizaron de sus comidas y del acto de cocinar*, como así también por la *autodefinición de su alimentación*, las *creencias alimentarias* asociadas y de las perspectivas de su *alimentación futura*. En este contexto, la *historia alimentaria* de las familias a lo largo de sus vidas cobra especial importancia ya que la misma es recordada y revivida a través de *sentidos corporales y sociales* compartidos,

configurando el mundo simbólico de la alimentación.

### 2.3.a. Descriptores de la comida y del cocinar

Las familias *describen la comida y el acto de cocinar* a partir de aspectos a *nivel sensorial y social*, nutriendo de significados a la *comida de la vida*. Los primeros, comprenden aquellos sentidos orgánicos que se despiertan a la hora de la preparación de las comidas y durante el acto mismo de comer: gusto, olfato, tacto, vista y oído. Y los segundos, trascienden este plano, constituyendo la impronta que las familias atribuyen a las comidas y al cocinar como medio de *protección, generador de emociones, de agasajo y de reivindicación*.

#### *Sentidos a nivel corporal*

Surgió en los tres Encuentros que el gusto, el olfato, el tacto y la vista son los sentidos que prevalecen durante la *preparación de las comidas*, más que el sentido de la audición; y, a la hora de comer, son el gusto y el olfato los sentidos que más se despiertan.

Dos mujeres contaron que a partir de estos sentidos recuerdan ciertas comidas características que las llevan al pasado, y con ellas a sus familias y el contexto en el cual vivían:

*“...tallarines como los que hacía mi abuela nunca más volví a comer...pero si yo siento [el aroma] una salsa de pollo, sí, me hace acordar, ¡pero el gusto no! (...) por ahí mi papá nos daba el bife de hígado con el ajo, con el puré con huevo...entonces eso te recuerda a cuando eras niña, te lleva”* (Sonia, 38 años, Entrevista).

*“Yo me acuerdo así como vos decís, así visual, porque en olores no hay como el pan casero que hacía mi viejo, y esos ñoquis de mi vieja y ese olor”* (Rosa, 39 años, primer Encuentro).

También surgió la atribución de sabores y aromas especiales a las comidas según la formas de prepararlas: la condimentación de las preparaciones es mediadora para activar los sentidos ya que hace a las comidas más “fuertes”, les da *flavor*, evitando su insipidez:

*“Investigadora: (...) ¿Era cómo un sabor diferente?...”*

*Rosa: Es diferente al de uno...igual que el locro. El locro a leña es espectacular.*

*Sonia: Mi papá hace locro a leña, yo hago locro a la cocina.*

*Investigadora: claro, el locro a leña cambia.*

*Celeste: claro, es diferente, pero no es que sea feo [en la olla], sino el sabor*

*(Rosa, 39 años, Sonia 39 años, y Celeste, 23 años, primer Encuentro).*

*“...el laurel a mí me gusta, no porque dicen ‘ay la hojita’ que se yo... porque el laurel le da un sabor...” (Sara, 41 años, segundo Encuentro).*

*“Yo le pongo de todo [condimentos] (...) a mí me gustan las salsas fuertes” (Gimena, 20 años, primer Encuentro).*

El sentido auditivo, vinculado a la cocina, fue el menos expresado. Sonia a través del recuerdo de un momento de su vida en la cocina, asoció la comida y la música: *“...por ejemplo, ahora los hombres de mi familia escuchan mucho folclore, entonces hay un grupo de folclore que a mí me recuerda a mi abuela, y me recuerda a mi abuela saliendo de su pieza, entrando a la cocina, o cebando el mate, me trae imágenes escuchar esa música” (Sonia, 38 años, primer Encuentro).*

### ***Sentidos a nivel social***

Como se hizo mención anteriormente, *preparar la comida* del día a día responde principalmente a las *necesidades* de los niños, siendo las mujeres-madres quienes asumen este rol de protección:

*“... [es] saber que al mediodía tenés que comer, a la noche también. Si no lo haces por vos, que no quieres comer, lo tenes que hacer por los chicos” (Nina, 39 años, segundo Encuentro).*

*“...vos decís, los chicos van a venir de la escuela y van a querer [comer], o dentro de un rato salen de la pieza y me dicen ‘tengo hambre’, yo no lo puedo decir ‘sí, pero hoy no tengo carne’, el niño me va a decir ‘y a mí que me importa...yo tengo hambre, no quiero carne’” (Sonia, 38 años, primer Encuentro).*

*“...mi papá siempre como que nos quería alimentar bien: nos daba bife de hígado, no siempre, pero*

*nos hacía bife de hígado con puré de papas, que lo hacía muy rápido, antes que se enfriara le rompía un huevo, lo mezclaba y decía ‘este huevito se va a cocinar con la papa’ (...) así que ahora cuando puedo, se lo hago a mis hijos...porque mi papá dice que eso era lo mejor que podíamos comer”* (Sonia, 38 años, primer Encuentro).

*“...por eso le digo que la alimentación es lo principal, así para uno grande como para el chico también, pero los chicos, tiene que comer sin falta”* (Carmen, 68 años, Entrevista).

Relacionando este sentido de protección a los ingredientes de las preparaciones, la inclusión de ciertos ingredientes a las comidas, constituye una forma más de materializar el sentido de cuidado de los niños. Es así que una de las mujeres contó que agrega zanahoria a sus preparaciones por los niños, ya que ellos “necesitan consistencia” (Sara). Aún así, también se tienen en cuenta en algunas familias las situaciones de salud de sus integrantes a la hora de preparar la comida, como ya se ha mencionado anteriormente.

La generación de emociones a partir de las comidas se vinculó al recuerdo del pasado, en términos de: *historia alimentaria* y al acto mismo de *preparar la comida*. En referencia al primero, algunas mujeres recordaron su pasado y esto las entristeció:

*“Qué dibuje chicas, una estancia, la cocina, las ollas...mi papá y mi mamá cocinando, poniendo el pan en el horno...eso me acuerdo de él... y es triste...pasa que no los tengo a ninguno de los dos”* (Rosa, 39 años, primer Encuentro).

*“...y he salido a pedir para poder criarlos. Allá en Malagueño la municipalidad...menos mal que me conocían y siempre me ayudaban con algo, y siempre...no les ha faltado, eso en la comida, porque me ayudaban mucho... Porque es duro para tener tantos chicos, aparte de los nietos, y tener que darles comida, y hay veces que no tenía, y tenía que salir a pedir”* (Carmen, 68 años, Entrevista).

En otros casos, las emociones se despiertan en el momento de preparar las comidas, y surge que este momento les transforma positivamente el humor: *“Yo soy de enojarme muy fácil...entonces yo me enojo y los chicos quedan así [paralizados], entonces yo me pongo a cocinarles y ahí me cambia el humor”* (Sonia, 38 años, primer Encuentro).

Las mujeres que sienten gusto por la cocina, expresaron que el acto de cocinar está impregnado de afectos y sensaciones que trasciende el simple acto de lo culinario, y sostienen que hay que cocinar con amor y con ganas para que las comidas salgan ricas:

*“...y también te voy a decir una cosa, que la comida, la comida sale rica, por más pobre que sea, por más pobre que sea la comida, que no tenga nada, pero si vos lo haces con ganas, ¡va a salir de maravilla!”* (Felisa, 63 años, tercer Encuentro).

*“Yo hago la comida con amor; sino lo hago con amor me sale feo. Cuando lo hago con amor, me sale riquísimo”* (Natalia, 22 años, primer Encuentro).

Por otra parte, como contracara de este gusto por cocinar, aparece el: a) sentirse “obligada” a asumir esta responsabilidad de cocinar para los otros, lo cual se condice con “tuve que aprender, cuando me junté” (Carla), o con otras expresiones de las mujeres:

*“Nora: no me gusta cocinar pero cocino.*

*Nina: ¡obligada!*

*Nora: ¡sí!”*

(Nora, 21 años, y Nina, 39 años, segundo Encuentro).

*“Yo creo que a los 14 [aprendí a cocinar]. Porque fue cuando me embaracé y tuve que vivir sola. O sea y había que cocinar, había que comer...”* (Sonia, 38 años, primer Encuentro).

b) el “no me gusta cocinar” (Rosa), lo que implica una delegación de esta responsabilidad a otras personas: *“...yo detesto cocinar, yo te lavo los platos, todo lo que quieras, pero ellas [sus hijas] cocinan comida rica”* (Rosa, 39 años, primer Encuentro).

Las comidas y el cocinar como medios de *agasajo*, se dan en dos circunstancias: a) una, cuando la comida -cualquiera fuera- gusta a los comensales entonces el plato queda vacío y la mujer es reconocida por su desempeño en la cocina: Natalia manifestó que desea, y le gusta, ser reconocida por “toda” la comida que prepare; b) otra, cuando la alimentación es utilizada como medio para agasajar al

otro, preparándole especialmente las cosas que le “gustan”: Felisa contó que en ciertas ocasiones acostumbra a regalar las empanadas caseras que ella prepara, al familiar que cumple años.

Por último, en referencia a la *reivindicación*, se emplea a la comida como medio de compensación de ciertas faltas que puedan cometerse en relación al *deber ser* materno. Es así que una de las mujeres del primer Encuentro, refirió sentir culpa por no estar con sus hijos durante el día (por razones laborales) y por ello lo intenta compensar preparándoles cosas dulces (que les encantan).

### 2.3.b. Autodefinition de su alimentaci3n

Al indagar sobre, el significado de “comer” se encontr3 que el mismo se define a partir de expresiones como:

- Es “comer bien”: *“Comer bien, para mi ‘comer’ es comer bien...no comer, viste, tampoco sentarte a comer y comer...no hace falta que te llenes...tambi3n ten3s que buscar la parte sana”* (Paula, 28 a3os, Entrevista).
- Es para “sobrevivir”: *“Y es [comer] la alimentaci3n que tenemos (...) la alimentaci3n es lo principal para sobrevivir y llevar todo adelante”* (Carmen, 68 a3os, Entrevista).
- Es un medio de “comunicaci3n” con la familia: *“Yo creo que es de comunicaci3n ahora [comer], hoy en d3a, antes no s3...no nos junt3bamos con los chicos, nos junt3bamos, y los grandes hablaban y los chicos jugaban, y ahora en la mesa, uno comparte todo, con la familia y con los chicos, hasta con los hijos de cuatro a3os habl3s”* (Sonia, 38 a3os, Entrevista).

Asimismo Sonia, al hablar de comer, hace la diferenciaci3n entre alimentarse y ser “glot3n”, que en alg3n punto se relaciona con lo que dice en renglones previos Paula (“no hace falta que te llenes”):

*“...porque vos comer, pod3s comer cualquier cosa, y para alimentarse es la fruta y la verdura, es lo mejor (...) Vos les pon3s [a los chicos] un kilo de pan en la mesa, y ellos te lo comen, entonces yo les digo ‘no es necesario que se coman un kilo de pan, no lo necesitan’. O sea, lo comen por comer, entonces eso ya no es alimentarse, eso es ser glot3n”* (Sonia, 38 a3os, Entrevista).

Durante los Encuentros, las familias describieron una visión propia y característica acerca de su alimentación. Algunas de ellas han definido a la misma como “mala” porque comen “comida chatarra” y no comen verduras. Se hipotetiza que la presencia de un “profesional de la nutrición” puede influir en ciertas respuestas relacionadas a la comida y sus prácticas asociadas. Así también uno de los presentes en el tercer Encuentro, refiere que en su familia se come “como animales” como sinónimo de no saber comer bien (sin ir más lejos, el calificativo de “glotón” también se dirige en ese sentido): “...a mí me gustan los guisos bien fuertes, colorados, eso es lo malo...es una bomba (...) ahora mi presente es más sencillo, que los fideos con salsa, los raviolos, sopa, pollo, milanesa, pan, ñoquis, hamburguesas también que no puse, las tartas, pizza...” (Ángela, 32 años, tercer Encuentro).

En los Encuentros se pudo observar que para estas familias, la comida “casera” es definida como “buena comida”, mejor que aquella que es comprada, por ello se la prepara diariamente. Ángela y Paula señalaron con respecto a la alimentación de su padre:

*“Ángela: a mi papá no le puede faltar la comida, y comida bien gorda...”*

*Paula: digamos la comida con todas las letras, y bien condimentada, comida fuerte”* (Ángela, 32 años, y Paula, 28 años, tercer Encuentro).

También expresaron que las comidas rápidas (“chatarra”) no son comidas “sanas” por lo tanto en muchas casas se evita o no se las incluye en la alimentación diaria:

*“No estoy en contra de las comidas rápidas pero tampoco muy a favor...estoy de acuerdo con que la gente, mucha gente no le da los horarios para sentarse a comer, quizás pasen y coman una hamburguesa en Mc Donalds, pero tampoco no es la idea, que ya se acostumbre la persona, ¡sonó! Hay muchas personas que están acostumbradas a la comida chatarra, comida rápida, por el hecho del trabajo, la escuela, de los chicos...y digamos, ¿alimentar? no creo que te alimente, y dañar te dañan a full el estómago, que por un lado o por otro, vos la ves, no es bueno”* (Paula, 28 años, Entrevista).

### ***Diferencias clasistas de la comida***

La diferenciación clasista de las comidas se pone de manifiesto al hablar de alimentos y bebidas que nivelan la alimentación hacia arriba (otorgan cierto estatus) a través de las “marcas”: Coca (Coca -

Cola), Jugo Clight, sopas Knorr, Nestum, Danonino, Serecol, Calciplus, entre otras. Marcas niveladoras hacia abajo no se mencionaron con igual intensidad, una de ellas es Naranpol que una de las mujeres contó que en su casa se compra “todos los días” (Carla), a diferencia de la “Coca”, que la compra cuando cobra. Aquí se socializan algunos relatos en ese sentido:

“...él toma Coca, porque él es de más alto nivel...” (Rosa, 39 años, primer Encuentro).

“...pero yo cuando tengo me doy el gusto, y le doy el gusto a ellos [hijos] (...) Cuando hay plata se compra una coca, una Pritty. Eso sí, pero no es siempre, sino jugo” (Ángela, 32 años, tercer Encuentro).

La jerarquía clasista del “tipo” de bebidas por parte de algunas familias, se expresa en forma descendente de la siguiente manera: a) en el caso de las infusiones: café, té y luego mate; b) en el caso de las bebidas sin alcohol: gaseosa, jugo y luego agua.

### 2.3.c. Creencias de la alimentación

Con respecto a las *creencias*, son aquellas afirmaciones basadas en experiencias personales/familiares y comunitarias y/o hechos considerados ciertos. Las familias las relataron como parte de los conocimientos ligados a sus *costumbres* y opiniones alimentarias. Algunas de ellas se vinculan a:

- *Salud*: la preparación de las comidas se asocia a la presencia de enfermedades. Tal es así que existen prescripciones sobre algunos alimentos vinculados a ciertas enfermedades. Felisa mencionó que tiene artrosis, y que cada vez que come carne le duelen las articulaciones, razón por la cual sostuvo lo siguiente: “...el mondongo, el hígado, el cuajo no lo comemos más porque es malo para la artrosis, muy malo, la carne roja es lo menos que tenemos que comer” (Felisa, 63 años, tercer Encuentro).
- *Alimentación del niño* (aspectos que surgen al describir su *historia alimentaria* y sus motivos de cambio como ya se mencionó): las *creencias* se relacionan al cuidado de sus hijos por parte de las madres. Algunos aspectos mencionados en los Encuentros fueron: “hacer pan al horno y no a la leña porque es más ‘light’ para los chicos” (Sonia), “el hígado como alimento ‘bueno’ ”

(Paula y Felisa), “la carne molida jugosa no se puede dar ‘porque es malo’” (Sonia), “las frituras a los chicos ‘les cae pesada’” (Sonia), “los chicos necesitan más consistencia en las comidas” (Sara).

- *Productos comerciales:* con respecto a las publicidades de productos de alimentos comerciales para los niños, se despertaron críticas diversas entre las familias del segundo Encuentro ante la pregunta de las investigadoras acerca de la inclusión de productos comerciales en la alimentación habitual. En relación a ello, Sara contó que en un curso de capacitación de nutrición organizado por el Fondo Participativo de Inversión Social (FOPAR), le enseñaron: “...viste que Danonino, todos esos, es como que no es recomendable para los chicos (...) dicen crecimiento, que son todas mentiras para vender, no es que sea bueno para los chicos (...) ese yogur que no te aporta nada. Igual que el Ser, ese que dice de los huesos, para los huesos [Nora aclara: el calciplus]... son mentiras, no te fortifica como dice ahí que te fortifica (...) igual que las salchichas vienísimas, no es como dice (...) no todos los días, que es lo peor que hay para los chicos...” (Sara, 41 años, segundo Encuentro). Sin embargo, su hermana Carla tuvo otra opinión al respecto: “...yo si le doy...porque yo escuché en la tele que crecía, y el Ser del calcio por los huesos. Yo todo lo que es huesos y crecimiento trato de comprarle si se puede, porque quiero que crezca el Juancito<sup>15</sup>...” (Carla, 24 años, segundo Encuentro).

Paula, por su parte en la Entrevista opinó sobre el tema: “No, porque eso es justamente publicidad, es plata. Porque ellos te van a decir, por ejemplo, la Coca Cola por todos lados esta la Coca Cola y es dañosa la Coca Cola, pero es publicidad...aparte es rica pero... pero bueno vos te pones a ver, y es malo a la vez pero es plata” (Paula, 28 años, Entrevista).

- *Preferencias alimentarias:* en lo que respecta a las creencias en relación a preferencias por las comidas, Natalia manifestó que para ella, la comida debe tener siempre carne, lo cual significa que define (indirectamente) a la comida como una preparación con carne, lo mismo que ocurre con la salsa roja: “...para mí, sin carne no es comida, si no tiene carne no te la como...”. (Natalia, 22 años, primer Encuentro). Las hortalizas son vistas por ella como alimentos de “dieta”: “...a mí no me gustan las verduras...no me gusta cuando haces dieta y te dan esas verduras que, ¡puaj! [de mal sabor]” (Natalia, 22 años, primer Encuentro). Sin embargo, se pudo observar que algunas mujeres le otorgan a las hortalizas un valor positivo sobre todo al

<sup>15</sup> Juan, hijo de Carla, presenta desnutrición crónica.

hablar de alimentación saludable.

Puede agregarse también, que Rosa manifestó que para ella, las comidas como tartas y pizzas no son comidas “fuertes”, haciendo referencia a que no son comidas que llenan o sacian, y por ello no deben consumirse en el almuerzo.

- *Creencias religiosas*: no se han manifestado tabúes de tipo religioso, pero sí *recetas* asociadas a la religión católica:

*“Bueno sí, en Semana Santa las empanaditas esas, que también me enseñó mi mamá a hacer, pero empanaditas de vigilia, eso, y eso me enseñó mi mamá, eso sí, respetar los días santos”*  
(Carmen, 68 años, Entrevista).

*“Investigadora: ¿Hay alguna comida en particular que hagan por días religiosos en el año?”*

*Paula: en semana santa.*

*Investigadora: ah, en semana santa, ¿qué comidas hacen?.*

*Paula: hacemos tarta.*

*Investigadora: no comen por el tema de la carne.*

*Paula: no. Y por ejemplo el primero de agosto, también viste que digamos que es el cuerpo y la sangre, te dicen que té de ruda en ayuna.*

*Mi papá hace el primero de agosto a las seis y media a tomarse un té de ruda, pasa cama por cama, los chicos míos les encanta, toman ellos”*

(Paula, 28 años, Entrevista).

### 2.3.d. Alimentación futura

La alimentación del futuro se integra por los *deseos y necesidades de comidas, alimentos y bebidas* que las mujeres expresaron para ellas y sus familias. En relación a lo que *desean* poder incluir en su alimentación, se encuentran aquellas comidas que conocen por la televisión, o por otros medios, y no forman parte de sus prácticas culinarias asociadas a la curiosidad (camarones, sushi); como así también se incluyen aquellos alimentos que desearían poder incorporar en la alimentación de sus hijos:

*“Sí, por ahí cuando veo así en la tele, la otra vez nomás que habían hecho pollo con salsa blanca, bueno, salsa blanca nunca he comido, ni le he hecho a los chicos yo, pero me gusta, me gustaría”*

(Carmen, 68 años, Entrevista).

*“Sí, para los chicos todos los días, el lácteo, pero no se puede todos los días, cuando les compro, les compro un yogur de litro para que tomen todos...pero de ahí el yogur, los postrecitos y toda esa tanda de cosas que vienen para los chicos, eso no, ellos no comen eso todos los días porque es caro y ellos son seis...les gustaría comer todos los días, me imagino, como son chicos”* (Sonia, 38 años, Entrevista).

En relación a las *necesidades alimentarias*, es importante señalar que no fue un tema abordado directamente por parte de las mujeres, quizás por la tristeza o cierto tipo de sentimientos negativos vinculados al malestar que genera el hablar de las ausencias en materia alimentaria. Al indagar - sutilmente- está cuestión, la misma fue desviada hacia otros tópicos.

#### **2.4. Género y comida de la vida: división de tareas y roles**

El *género* como condición de varón-mujer, se pone de manifiesto al hablar de los *roles* que desempeñan en las tareas que conciernen a la alimentación familiar. En los tres Encuentros surgió que es la mujer quien se encarga de: 1) Alimentación de la familia (obtener los alimentos, cocinarlos y servirlos en la mesa), aún en contra de la voluntad de algunas para hacerlo. Con respecto a la selección, las mujeres refirieron que, al realizar las compras, prefieren aquellos alimentos que siempre le van a servir, por ser de uso cotidiano y además porque se los puede utilizar en distintas preparaciones. En cuanto a la compra es la mujer (madre o hija) quien destina su tiempo para realizarla y sus ingresos en el caso de que trabaje. Esto se refleja en la mayoría de las familias. 2) Levantar la mesa y limpieza de la cocina y comedor: *“Yo cocino, yo levanto la mesa...lavo yo los platos, dejo todo limpio, yo la cocina”* (Paula, 28 años, Entrevista). 3) Transmisión de saberes entre ellas y a las próximas generaciones.

Se pudo visualizar en el primer y tercer Encuentro que cuando la mujer de la casa no puede cocinar (cuando no se encuentra en el hogar o no está de ánimo), es reemplazada por alguna de sus hijas, por su madre, o, en última instancia, por el varón, quien siempre prepara las mismas comidas:

*“...pero por ahí viene [mi mamá] y me pregunta a mí porque sabe que voy a cocinar yo (...) por ahí te cansa, y le digo ‘anda a cocinar vos’, porque yo por ahí, también te cansa”* (Paula, 28 años, tercer Encuentro).

*“Sonia: Y a veces me enojo mucho y no cocino directamente...”*

*Investigadora: y ahí ¿quién toma el mando de la cocina?*

*Sonia: y si está mi marido él, pero él pone las hamburguesas congeladas viste, las pone en el sartén (...). Él siempre tiene hamburguesa en la heladera”*

(Sonia, 38 años, primer Encuentro).

Es en las reuniones familiares donde se destacan estas preparaciones específicas realizadas por el varón, y que siempre gustan a todos: “el loco rico del abuelo” (Natalia), “los fritos que hace José, riquísimos” (Rosa). Las mujeres sostienen que los varones cocinan sólo cuando tienen ganas y no lavan todo lo que ensucian, producto de ello sale una “riquísima” comida.

Por su parte, una de las mujeres expresó también la demarcación del *rol* de *género* para realizar ciertas tareas en las reuniones familiares, manifestando que son los varones los encargados de hacer el asado, y las mujeres la ensalada: “...sino asado directamente, para no tener mucho trabajo, nosotras lo único que nos preocupamos por la ensalada y mi marido... hace el asado...” (Carmen, 68 años, Entrevista).

## IX. DISCUSIÓN

Se intenta mediante esta discusión confrontar los resultados obtenidos a la luz de las perspectivas de otros autores del campo de estudio, a fin de otorgar mayor solidez a la temática de trabajo.

En primera instancia, es preciso destacar que en el plano teórico, existe un amplio desarrollo del campo de saber alrededor de la comida, el cuerpo y la cultura particularmente desde las Ciencias Sociales (historia, sociología, antropología). Sin embargo, en segunda instancia, haciendo un especial énfasis en el plano empírico de las investigaciones en la temática, no se encontraron pesquisas que incursionan dentro de algunas aristas específicas del ya señalado campo, entre ellas: las *costumbres y normas alimentarias*, *autodefinición de su alimentación*, *creencias alimentarias*, y *alimentación futura*.

Los componentes de la *cocina* en relación a la *preparación de la comida*, son tratados por María Viola en su investigación de *Estudios de Modelos de Consumo: una Visión desde Teorías y Metodologías*, donde la autora hace mención a que en cada sociedad la alimentación se construye a partir de la selección que se hace de los alimentos que se consideran comestibles, los cuales se insertan en un sistema de preferencias a través del cual se establecen las formas de preparación y la ocasión de consumo. La inclusión y la exclusión de los alimentos dentro de estos modos de consumo se encuentran condicionados por: temor a padecer enfermedades, asociación con experiencias agradables o desagradables vinculadas a ellos, creencias, prejuicios, imitación, disponibilidad, poder adquisitivo, nivel socio-económico, innovación, religión y cultura culinaria (48).

Por su parte, Mabel Gracia en su estudio *¿Qué hay hoy para comer?: Alimentación Cotidiana, trabajo doméstico y relaciones de Género*, agrega en su apartado de “Hacer la Comida”, que esta actividad ha de responder a: la organización del tiempo, el presupuesto familiar, los gustos personales, el cuidado y la salud de los miembros de la casa (49).

Hernández, en su estudio *A la Altura de lo Cotidiano: Algunos Sentidos del Cocinar y Comer en Casa*, considera dos aspectos que son igualmente importantes dentro de los condicionantes de la *preparación*: la limpieza y el orden de la cocina (38).

En relación a lo expuesto, los resultados del presente trabajo coinciden en que los componentes de la *preparación de la comida* son la selección de alimentos y bebidas, y las formas de preparación. Por su parte, la ocasión de consumo en este trabajo forma parte de la *comensalidad*, que condensa desde la reunión familiar hasta la comida compartida. En lo que respecta a los condicionantes de esta *preparación*, se visualiza que en las familias participantes surgen coincidencias con los autores señalados: el gusto y la salud de los comensales. A ellos se agregan: la búsqueda de la alimentación “sana” para los niños, el clima, los servicios y equipamiento disponibles en las cocinas y la oferta del mercado. Siguiendo a Hernández, la preparación de la comida consiste en un quehacer que significa “imaginación y creación”, donde la cocina se convierte en un espacio de expresión de ideas nuevas para realizar un plato de comida (38). Se agrega de las expresiones de las familias participantes acerca de la *creatividad* a la hora de preparar la comida, que esta “imaginación y creación” en la cocina, responde a la improvisación forzada por -y a merced de- los recursos disponibles.

En lo que concierne a las *recetas*, este trabajo de investigación encuentra su correlación con los resultados del trabajo de Hernández, ya que la forma de transmisión es de generación en generación. La *receta* escrita inspira pero no se sigue, los condimentos dan sabor a las comidas, los utensilios adquieren importancia efectiva y afectiva, y “parecen ser ellos quienes imprimen sabor y olor a las comidas”, y por último la denominación personalizada de las *recetas* que remite al recuerdo de las personas ausentes que las preparan o preparaban (38).

En relación a las *prácticas familiares de obtención de alimentos y bebidas*, Susana Ortale en su trabajo *Estrategias Alimentarias desde los Hogares: Representaciones de Mujeres en un Barrio Pobre de La Plata*, identifica que los hogares recurren a una diversidad de circuitos para el abastecimiento de alimentos: el mercado (supermercados y comercios del barrio), el Estado, las organizaciones de la sociedad civil, la autoproducción de alimentos y las redes informales de reciprocidad. En la presente investigación, se comparten los circuitos mencionados por parte de las familias. Cabe destacar, en lo que respecta al mercado, que en ambos estudios las compras en el supermercado son una práctica periódica, y la compra en los comercios del barrio sólo se restringen a algún faltante, ya que no son una alternativa que resulta económicamente conveniente (50).

Retomando el estudio de Gracia, se recuperan los *roles* en las *tareas* asociadas a la alimentación

familiar: selección, compra y preparación de las bebidas y comidas. El mismo sostiene que son las mujeres, por mandato social, quienes se responsabilizan del aprovisionamiento, preparación y servicio de los alimentos en la vida cotidiana. Esto no significa que determinados aspectos de esta actividad sean asumidos o desempeñados por los varones, aunque normalmente sólo lo hacen en ocasiones especiales y con preparaciones específicas. Por su parte Hernández refiere que el *rol* femenino en la cocina del día a día es asumido como una obligación por parte de las mujeres, a diferencia los varones lo hacen por diversión. Cabe remitirse también al estudio de Ortale, en el que se manifiesta una flexibilización de *roles* en la realización de las compras. No obstante, la mujer/madre se considera la mejor administradora de los gastos. Además de las tareas mencionadas por estos autores, que coinciden con las de la presente investigación, se menciona que la limpieza de la cocina familiar es también una tarea asumida por las mujeres participantes (49, 38, 50).

Los *momentos familiares* de consumo alimentario son instancias comprendidas en un espacio y un tiempo determinado, que tal como plantea Telfer (1996), citado por Hernández, corresponden a uno de los actos de mayor sociabilidad dentro de una cultura determinada. Lilián Gregorio y Alberto Taborda en su trabajo *Prácticas alimentarias: entre la comensalidad familiar y la comunitaria* agregan como elementos constitutivos de la *comensalidad*, el “quiénes están”, que condicionan el “cómo/qué hacemos”. Esos “quiénes” se extienden según Hernández, hasta los amigos, e incluso a los vecinos, y en antítesis a este sentido, coloca el cocinar-comer en soledad como un acto que no provoca, no gusta y que carece de significación. Esta investigación coincide con estas afirmaciones, habiendo diferencias en la extensión de la *comensalidad* al ámbito de los amigos-vecinos, ya que la misma sólo se extiende a lo familiar (38, 2).

Como resultado del presente trabajo de pesquisa, se distingue una *comensalidad cotidiana*, la de todos los días, y una *comensalidad especial*, de ocasiones particulares. En referencia a la primera, se recupera el trabajo de Gregorio y Taborda, quienes sostienen que la misma se organiza en función de horarios y obligaciones (trabajo y estudio). Por su parte Hernández añade que estos momentos se buscan mantener para cuidar la unión familiar y conversar, fortaleciendo la comunicación (38, 2).

Siguiendo el estudio de Hernández, las *ocasiones especiales* se caracterizan por la mayor dedicación de las cocineras en la elaboración de las comidas: platos especiales y cargados de afecto. Estas *ocasiones especiales* consisten, según Gregorio y Taborda, en fiestas, fines de semana y

cumpleaños. Ambos aspectos coinciden con los resultados de esta investigación, la que además, profundiza cuestiones relacionadas al (38, 2):

- “quién” prepara la comida en este contexto, donde el varón cobra protagonismo;
- “dónde” se comparte la comida, la cual se da al interior de los hogares familiares.

Por último, dentro de los *sentidos corporales* que se despiertan al comer y las *significaciones atribuidas a la alimentación* en el presente trabajo se manifiestan los descriptores de la comida y el cocinar en dos planos: a) sentidos a *nivel corporal*, y b) *sentidos a nivel social*.

a) Éstos, también son abordados por Hernández en sus investigaciones (38, 51) en las que encuentra que durante la preparación de la comida los *sentidos corporales* se mantienen despiertos ya que los alimentos se tocan mientras se escogen y cortan, se huelen para probar su frescura; y una vez transformados en comida, la vista dice que “está doradito” el oído reporta que “cruje” el olor advierte que “casi se paso de tiempo” y el tacto “afirma que esta durito”. En el momento de la degustación, explica que del “gustar” no es sólo responsable el paladar sino todos los *sentidos corporales*, pues también hay gustos visuales, auditivos, olfativos y táctiles. Esto se corresponde con los resultados descriptos en esta investigación, destacándose que predominan los *sentidos* del gusto y olfato al hablar de la degustación de sus comidas (38,51).

b) En lo referido al plano de los *sentidos sociales* o *significaciones*, Hernández destaca que la comida y el comer adquieren formas y significados desde la gente y para la gente, y que aunque el cocinar tome la forma de una actividad repetitiva, que llega a cansar, se asume con pocos cuestionamientos que no parece alterar radicalmente el sentido de ese entender y complacer al otro; es por ello que las mujeres esperan ser reconocidas por su desempeño. Este acto de cocinar requiere de “tiempo”, “cariño”, “cuidado” e “higiene”, porque en la cocina se fabrica la comida que es “alimento más afecto” y se recuerda por medio de la misma a las personas queridas. Esta autora también afirma que comer significa compartir el pan, la sonrisa, el (dis)gusto; significa entonces paladares y afectos que se encuentran y/o desencuentran. Entiende a la comida como un alimento que se torna familiar, definidor de carácter, constructor de colectividad y de identidad social (interpretando a los patrones de condimentación como marcadores de clase); y al alimento por si solo lo relaciona con lo nutritivo y lo biológico (38).

A lo detallado anteriormente se suma en este trabajo un aspecto más de las funciones de la alimentación, referido a la *reivindicación* de las mujeres-madres para con sus hijos, por medio de la cocina y el cocinar. En otras palabras, como una forma de reponer sus ausencias en el hogar por situaciones laborales. También es importante destacar que en referencia a los condimentos, los mismos no surgen como marcadores de clase social, pero sí las marcas de alimentos y bebidas y especialmente determinadas categorías de bebidas (infusiones y bebidas no alcohólicas).

## X. CONCLUSIONES

Teniendo en cuenta los objetivos y resultados del presente trabajo de investigación, se concluye con lo siguiente en relación a la “organización de la comida de la vida”:

- Los componentes de la cocina en relación a la *preparación de la comida* son: a) la selección de alimentos y bebidas supeditada a la variedad y tipo de comidas que se consumen habitualmente, y b) las formas aprendidas de preparación. Asimismo, la anterior categoría se encuentra condicionada por diferentes motivos: la búsqueda de una alimentación sana para los niños, la situación de salud de los comensales, sus gustos, el factor climático, los servicios y el equipamiento de las cocinas, y la oferta alimentaria del mercado. Lo anterior, presenta variaciones en el tiempo, configurando así la *historia de la cocina familiar*.
- La *creatividad* es un elemento desplegado por parte de las mujeres en el momento de la preparación de la comida, que emerge -obligatoriamente- a partir de los limitados recursos disponibles en los hogares.
- Las *recetas* familiares se definen a partir de un sistema complejo de elementos que comprenden: los ingredientes (incluidos allí los condimentos), sus cantidades en medidas caseras, los utensilios particulares a utilizar, las formas de preparación y de cocción, la persona que la prepara, la denominación y el motivo por el cual se prepara la misma. Se transmiten generacionalmente, principalmente por vía oral en conversaciones informales y los agentes transmisores son las mujeres (madres, abuelas, hermanas y cuñadas) quienes atribuyen la importancia de esta transmisión a los fines de perpetuar las tradiciones familiares. Para elaborar estas *recetas* no se utiliza ningún registro escrito, se remite al recuerdo.
- Se reconocen dos tipos de *comensalidad*: a) *cotidiana*, la cual se da en el día a día de las familias, y b) *especial*, que corresponde a la que se presenta en ocasiones particulares como son los fines de semana, fiestas patrias, cumpleaños y días religiosos. En ambos tipos de *comensalidad*, “el comer” se da con otros, y no se acepta el comer en soledad, ya que genera angustia.

- Existen *normas* dentro de la *organización de la comida de la vida* que se traen de generaciones pasadas y otras fueron adquiridas ajustándose a los tiempos presentes y al contexto familiar. Las mismas, gobiernan las *costumbres* que las familias traen arraigadas (*preparación de las comidas, comensalidad y las recetas*) a lo largo de la historia familiar, las cuales se mantienen o intentan mantener en el tiempo, sin perder su esencia.
- Los modos mediante los cuales las familias obtienen los alimentos y bebidas son principalmente la *compra directa* y los *programas sociales*. La compra directa se realiza en mercados mayoristas una vez al mes, y en supermercados o en despensas locales los faltantes diarios. Se practica también la *autoproducción* de hierbas y condimentos.
- La comida y el comer están sumergidos en un mundo simbólico donde se entretajan sensaciones y sentimientos que se describen desde los *sentidos corporales* (vista, oído, olfato, gusto y tacto), y desde los *sentidos sociales* cargados de recuerdos, cuidados y emociones. La *autodefinición que las familias hacen de su alimentación* (“mala”: porque comen “comida chatarra” y no comen verduras; el comer “como animales”) forma parte de este mundo simbólico.
- La participación del varón se refleja en la *preparación de la comida* sólo en *ocasiones especiales* y con elaboraciones particulares. Las *tareas* de la cocina (compra, preparación, servido y limpieza) en la cotidianidad son asumidas por las mujeres.

Para concluir, es necesario recuperar lo inicialmente mencionado sobre la categoría de la alimentación como *derecho*, bien colectivo que debe ser garantizado por el Estado. Sin embargo, este derecho en sociedades capitalistas neoliberales termina subsumido en un bien de consumo -económico- que se adquiere en el mercado acorde a las posibilidades monetarias de cada familia. En ámbitos locales, como ocurre en Villa La Tela, la adquisición del “qué” comer se vive como un deber de las mujeres madres para con su familia, que cuenta con “ayudas” irregulares -en tiempo y forma- por parte del Estado a partir de sus programas sociales alimentarios. En este contexto, aparece el *hambre*; tema que emergió tímidamente en las interacciones de la presente investigación. Cuando inmediatamente se hizo presente fue desviado hacia otras direcciones. No resulta cómodo hablar de ello, por varios motivos, básicamente el estar directamente vinculado al campo de la moral (mandato social femenino:

“tener a sus hijos bien alimentados”, caso contrario se es una “mala madre”) y que en la sociedad en general (Universidades, Medios de Comunicación, Sistema de Salud) no se analiza del hambre en relación dialéctica con la configuración de la riqueza, la dominación y el gran negocio agro-alimentario mundial (transnacionales).

Para finalizar, como profesionales de la nutrición tenemos el desafío de continuar con estudios que puedan dar cuenta de la multiplicidad y las diferentes formas de comer, sus “porqué” (contexto social, cultural, político, económico, ecológico, familiar) y su impacto en la salud. Sólo así, escuchando respetuosamente a un Otro cultural, podremos ser útiles para las comunidades.

Como experiencia de este proceso de investigación, es importante destacar que:

a) desde un comienzo y durante todo el desarrollo del mismo resulta imprescindible que el investigador haga explícita la postura epistemológica desde la cual produce conocimiento. Es decir: ¿desde dónde conoce?, ¿para qué lo hace?, ¿cómo se vincula con la comunidad de investigación?, ¿qué pasa con su posicionamiento de clase?, ¿con sus valores?

b) se reconoce que la explicitación acerca de la pertenencia disciplinar al campo de la nutrición generó con las familias participantes ciertas expectativas y condicionó determinadas respuestas hacia el “deber ser” de los postulados de la alimentación saludable. Considerando la comida algo tan íntimo, para hablar de ella es necesario -y condición sine qua non- crear vínculos de confianza.

## XI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Delgado S R. Comida y cultura. Identidad y significado en el mundo contemporáneo. Estudios de Asia y África, [en línea]. Enero-abril, año/vol. XXXVI, n° 1, pp. 83-108. México, 2001. Disponible en <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/html/586/58636104/58636104.html> [Consulta: 14 de febrero de 2012].
2. Gregorio L., Taborda A., Villareal M., Gianna S., Torcigliani I., Huergo J., Butinof M. La Investigación Acción Participativa. Una mirada de las prácticas alimentarias, las organizaciones y las políticas sociales. Córdoba, Argentina. Editorial Espartaco, 2008.
3. FAO. Los alimentos: derecho humano fundamental, [en línea]. Mayo 2001. Disponible en: <http://www.fao.org/FOCUS/s/rightfood/right1.htm> [Consulta: 25 de Junio de 2011].
4. FAO. El derecho a la alimentación en la práctica. Aplicación a nivel nacional, [en línea]. Roma 2006. Disponible en: [http://www.fao.org/docs/eims/upload/217302/AH189\\_es.pdf](http://www.fao.org/docs/eims/upload/217302/AH189_es.pdf). [Consulta: 23 de Junio de 2011].
5. Aguirre P. Estrategias de Consumo. Qué comen los argentinos que comen. 2da. Edición. Argentina: Miño y Dávila. 2006.
6. Hintze S., Chiara M., Di Virgilio M. Hacia el plan Fénix. De la crisis actual al crecimiento con equidad. Política Alimentaria, [en línea]. Facultad de Ciencias Económicas. Universidad de Buenos Aires. Abril 2002. Disponible en: <http://www.econ.uba.ar/www/servicios/Biblioteca/bibliotecadigital/ponencias/chiara.pdf> [Consulta: 11 de Mayo de 2011]
7. Herkovits D. La construcción de la malnutrición Infantil: Una Etnografía sobre las condiciones y posibilidades que contribuyen a su producción y reproducción en hogares pobres de la Ciudad de Buenos Aires. 1era Edición. Argentina: CEDES – FLACSO, 2008.
8. Abraham, M D, Sturm, P. La(s) función(es) del Centro Comunitario Rincón de Luz en el marco de la Seguridad Alimentaria de las familias de Villa La Tela. Trabajo de Investigación para la Licenciatura. Córdoba. Universidad Nacional de Córdoba. Facultad de Ciencias Médicas, Escuela de Nutrición, 2010.
9. Montanari M. La comida como cultura. ed. Trea: España, 2006.
10. Ministerio de Salud de la Nación. Encuesta Nacional de Nutrición y Salud. Plan Federal de salud. Manual del Encuestador.
11. Enrique de Loma O. El derecho a la alimentación. Definición, avances y retos, [en línea]. Boletín ECOS N° 4 Sept.-Oct. 2008. Disponible en: <http://www.bvsde.ops-oms.org/texcom/nutricion/OSSORI.pdf>. [Consulta: 26 de Abril de 2011].

12. Constitución Nacional Argentina. Reforma 1994, [en línea]. Art. 75 inc. 22. Disponible en: <http://www.senado.gov.ar/web/interes/constitucion/cuerpo1.php>. [Consulta: 7 de Junio de 2011].
13. Vía Campesina, [en línea]. Disponible en: [http://www.viacampesina.org/main\\_sp/index.php?option=com\\_frontpage&Itemid=1](http://www.viacampesina.org/main_sp/index.php?option=com_frontpage&Itemid=1). [Consulta: 10 de Mayo de 2011].
14. FAO. Declaración de Roma sobre la Seguridad Alimentaria Mundial y Plan de Acción de la Cumbre Mundial sobre la Alimentación, [en línea]. 1996. Disponible en: <http://www.fao.org/docrep/003/W3613S/W3613S00.HTM> [Consulta: 26 de Abril 2011].
15. FAO-OMS. Mejora de la seguridad alimentaria en los hogares. En: Elementos principales de estrategias nutricionales. Documento temático N° 1; Conferencia Internacional sobre Nutrición; Roma, 1992.
16. Eguren F. ¿Soberanía alimentaria o seguridad alimentaria? En: Cosechando Opiniones, [en línea]. Perú; 2008. Disponible en: <http://www.soberaniaalimentaria.com/textos/EgurenSoberaniaAlimentaria.htm> [Consulta: 20 de Mayo de 2011].
17. Acosta S. El Derecho a la alimentación. ed. Anónima: Córdoba.
18. Galindo P., Pino C. Globalización de la agricultura y la alimentación en la economía mundial. Un análisis crítico (teórico y práctico) desde la agroecología y el consumo responsable, [en línea]. Centro de Asesoría y Estudios Sociales (CAES). Disponible en: <http://www.ucm.es/info/ec/jec9/pdf/A04%20%20Galindo,%20Pilar%20y%20Pino,%20Carlos.pdf> [Consulta: 8 de Junio de 2011].
19. Contreras J, Gracia Arnáiz M. Alimentación y Cultura. Perspectivas Antropológicas. ed. Ariel: Barcelona, 2005.
20. Fischler C. El (h)omnívoro. ed. Anagrama: Barcelona. 1995.
21. Romo ME, López D, López I, Morales C, Alonso K. En la búsqueda de creencias alimentarias a inicios del siglo XXI, [en línea]. Rev Chil Nutr, Vol 32, N°1. Abril 2005. Disponible en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071775182005000100007&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071775182005000100007&script=sci_arttext&tlng=pt) [Consulta: 8 de Febrero de 2012]
22. Primeras jornadas de patrimonio gastronómico. La cocina como patrimonio (in) tangible. Comisión para la preservación del patrimonio histórico cultural de la ciudad de Buenos Aires, [en línea]. Temas de patrimonio cultural N°6. Argentina: 2005. Disponible en [http://estatico.buenosaires.gov.ar/areas/cultura/cpphc/archivos/libros/temas\\_6.pdf](http://estatico.buenosaires.gov.ar/areas/cultura/cpphc/archivos/libros/temas_6.pdf) [Consulta: 4 de Julio de 2011].
23. Bourdieu P. La distinción. Criterios y bases sociales del gusto. ed. Taurus: Madrid, 1999.
24. Real Academia Española. Diccionario de la lengua española. 22da edición ed. Espasa: Argentina, 2007: 2048.

25. Saussure F. Curso de lingüística general. ed. Losada: Buenos Aires, 1970, [en línea]. Disponible en: [http://cursos.puc.cl/let121h-1/almacen/1299462349\\_naavila\\_sec4\\_pos0.pdf](http://cursos.puc.cl/let121h-1/almacen/1299462349_naavila_sec4_pos0.pdf) [Consulta: 23 de Junio de 2011].
26. Rincón Castellanos C. Unidad 2: La significación, [en línea]. Disponible en: <http://docencia.udea.edu.co/comunicaciones/bajopalabra/capitulos/Unidad2LaSignificacion.PDF> [Consulta: 23 de junio de 2011].
27. Hubert A. La antropología nutricional. Aspectos socioculturales de la alimentación. ed. Cahiers Ganté: Paris, 1991.
28. Remedi F. Las condiciones de vida material: cocinas étnicas y consumo alimentario en la provincia de Córdoba a comienzos del siglo. En Alvarez-Pinotti: Procesos socioculturales y alimentación. ed. Del Sol: Argentina, 1997.
29. Vidal Bussi F. Aportes culinarios de los inmigrantes. *Revista Todo es historia*. N°380 (Marzo, 1999).
30. Aguirre P. La comida y el bicentenario [en línea]. Infobae. Argentina, mayo 2010. Disponible en: <http://www.infobae.com/notas/516846-La-comida-y-el-Bicentenario.html> [Consulta: 12 de febrero de 2012].
31. Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo - PNUD. Pobreza Humana. 1997.
32. CECIES, Pensamiento latinoamericano y alternativo. Proyecto: diccionario del pensamiento alternativo II, [en línea]. Disponible en: <http://www.cecies.org/articulo.asp?id=135> [Consulta: 15 de febrero de 2012].
33. ONU-Perú. Hacia el cumplimiento de los objetivos de desarrollo del milenio en Perú. Un compromiso del país para acabar con la pobreza, la desigualdad y la exclusión, [en línea]. Informe 2004. Disponible en <http://www.onu.org.pe/Upload/odm-informe2004/InformeODM2.pdf> [Consulta: 24 de junio de 2011].
34. Lara Cortez C. Moral de mercado versus seguridad alimentaria: una aproximación desde la ética del bien común, [en línea]. En Acta bioeth, vol. 7, n°2. Año 2001. Disponible en [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s1726-569x2001000200005&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s1726-569x2001000200005&lng=es&nrm=iso) [Consulta: 15 de febrero de 2012].
35. Carrasco i Pons S. Antropologia I Alimentació: una Proposta per a l'estudi de la Cultura Alimentària. Barcelona: Servei de Publicacions de la Universitat Autònoma de Barcelona; 1992.
36. Ruatta N. Prácticas de Acceso a Alimentos de un Asentamiento Toba-Mocoví, Urbano Marginal de Rosario. En: Libro de Trabajo Completos de las XVI Jornadas de Jóvenes Investigadores. La Investigación en la Universidad Latinoamericana, a 90 años de la Reforma de Córdoba. Investigación e Innovación para la Inclusión Social. Asociación de Universidades Grupo Montevideo. Soporte digital. 2008.

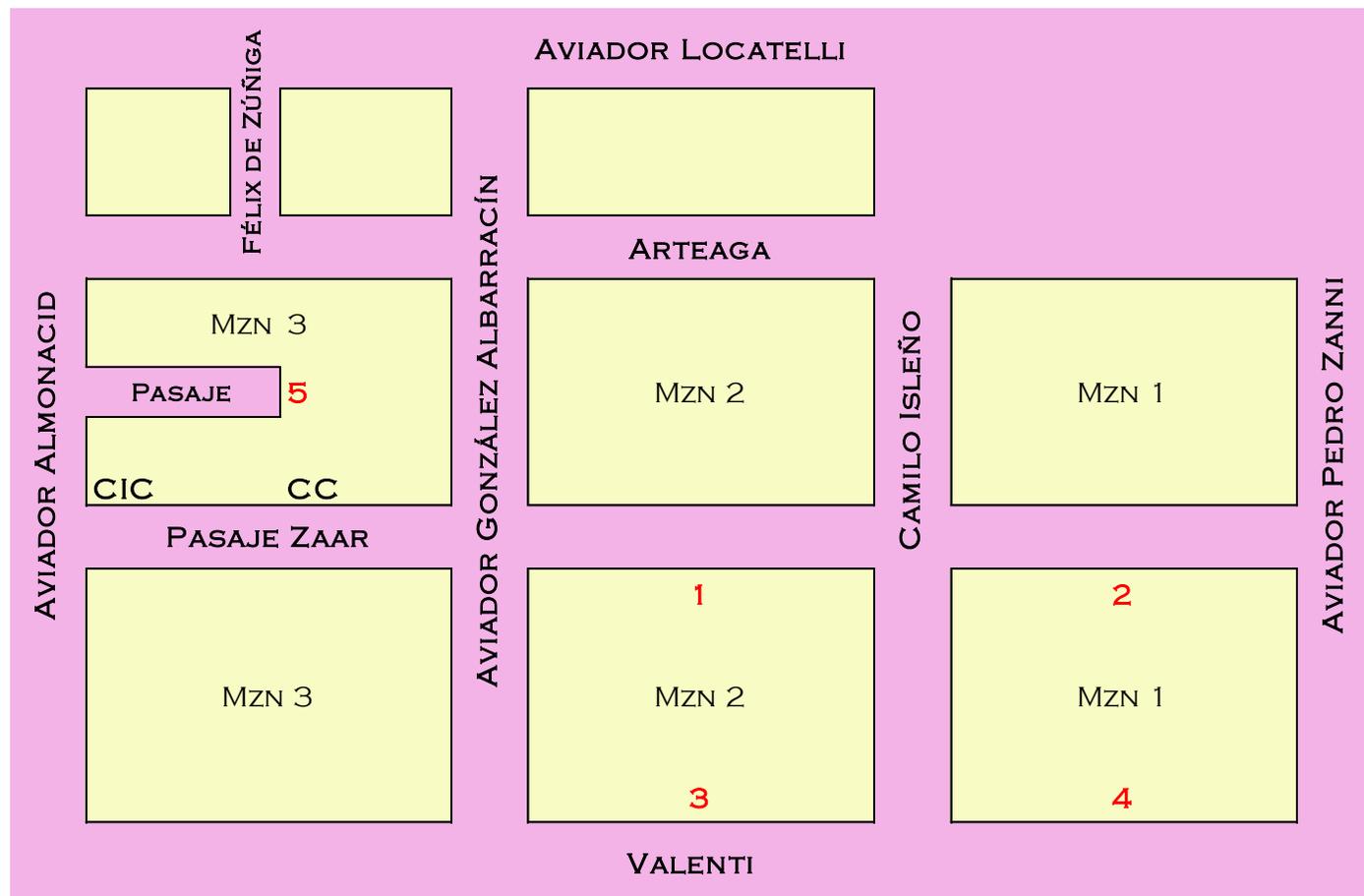
37. Aguirre, P. Los alimentos rendidores y el cuerpo de los pobres. Buenos Aires, Argentina, [en línea]. Disponible en <http://www.unlp.edu.ar/uploads/docs/Los%20Alimentos%20Rendidores%20y%20el%20Cuerpo%20de%20los%20Pobres%20Patricia%20Aguirre.%20los%20alimentos%20rendidores%20y%20el%20cuerpo.pdf> [Consulta: 10 de Junio de 2011].
38. Hernández M. A la altura de los cotidiano: algunos sentidos del cocinar y comer en casa, [en línea]. En: Fundamentos en humanidades-Universidad Nacional de San Luis Argentina. Año IX, N° 2 (18/2008) Disponible en: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3744466> [Consulta: 20 de Enero de 2012].
39. Boff L. Comensalidad: rehacer la humanidad, [en línea]. Abril 2008. Disponible en: <http://servicioskoinonia.org/boff/articulo.php?num=272> [Consulta: 17 de Julio de 2011].
40. Barcellini L, Cieri M E, Lavin Fueyo J. Reconstrucción de la seguridad alimentaria a nivel comunitario y familiar en Villa la Tela. Trabajo de Investigación para la Licenciatura. Córdoba. Universidad Nacional de Córdoba. Facultad de Ciencias Médicas, Escuela de Nutrición, 2010.
41. INDEC - Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. Encuesta Permanente de Hogares. 2003. Disponible en: <http://www.indec.gov.ar/> [Consulta: 10 Junio de 2011]
42. Merlino, A. Investigación cualitativa en ciencias sociales. Ed Americalee. Buenos Aires Argentina. 2009.
43. Meneses J. MT. La reflexividad como herramienta de investigación cualitativa, [en línea]. Servicio de cirugía del hospital nuestra señora de Sónsoles. Nure investigación, n°30. España, sep-oct 2007. Disponible en [http://www.fuden.es/FICHEROS\\_ADMINISTRADOR/F\\_METODOLOGICA/FORMET\\_3030720\\_07121312.pdf](http://www.fuden.es/FICHEROS_ADMINISTRADOR/F_METODOLOGICA/FORMET_3030720_07121312.pdf) [Consulta: 15 de febrero de 2012].
44. Ulin P., Robinson E., Tolley E. Investigación aplicada en Salud Pública. Métodos Cualitativos. Washington D.C.: OPS. 2006.
45. Pineda E., Luz de Alvarado E. Metodología de la Investigación. 3era Edición. Organización Panamericana de la Salud. Ed. Paltex. Washington, D.C. 2008.
46. Hopenhayn M. El reto de las identidades y la multiculturalidad, [en línea]. N°0. Febrero 2002. Disponible en <http://www.oei.es/pensariberoamerica/ric00a01.htm> [Consulta: 15 de febrero de 2012].
47. Sabulsky J. Investigación Científica en Salud-Enfermedad. Editorial Sigma. Córdoba, Argentina. Abril, 2004.
48. Viola M. Estudios sobre modelos de consumo: una visión desde teorías y metodologías, [en línea]. Rev Chil Nut Vol. 35, N° 2. Junio 2008. Disponible en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182008000200002&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182008000200002&script=sci_arttext) [Consulta: 10 de febrero de 2012].

49. Gracia A. M. ¿Qué hay hoy para comer?: alimentación cotidiana, trabajo doméstico y relaciones de género, [en línea]. Caderno Espaço Feminino. V 21-N.1. Jan-Jul 2009. Disponible en: [Consulta: 5 de Febrero de 2012].
50. Ortale S. Estrategias alimentaria desde los hogares. Representaciones de mujeres en un barrio pobre de la Plata, [en línea]. VIII Congreso Argentino de antropología social. 2006. Disponible en: <http://www.cic.gba.gov.ar/ceren/documentos/estrategiasalimentariasdeloshogares.pdf> [Consulta: 5 de Febrero de 2012].
51. Hernández M. Deleites y sinsabores de la comida y el comer: situando el tema, [en línea]. Atenea N° 496–II Sem. 2007. Disponible en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-04622007000200003&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-04622007000200003&script=sci_arttext) [Consulta: 2 de Febrero de 2012].

## XII. ANEXOS

### Anexo 1:

#### Mapa Villa la Tela



#### Referencias:

**CIC:** Centro Integrador Comunitario

**CC:** Centro Comunitario

**1-** Primer Encuentro

**2-** Segundo Encuentro

**3-** Tercer Encuentro y Primera Entrevista

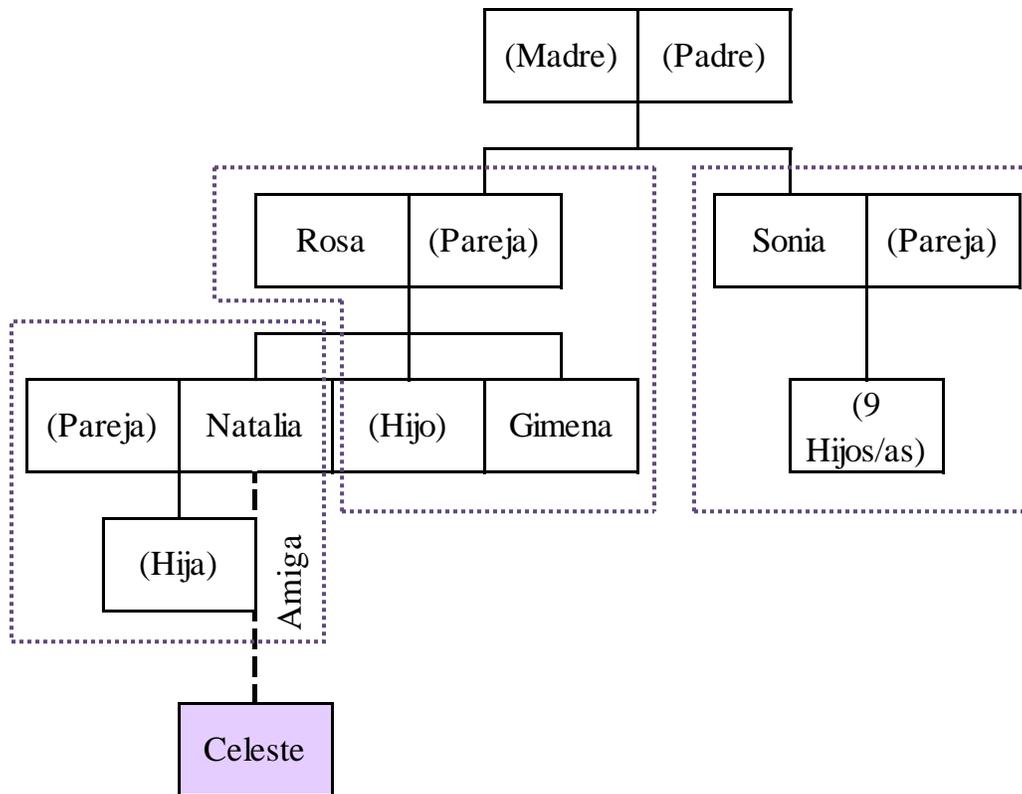
**4-** Segunda Entrevista

**5-** Tercera Entrevista

Anexo 2:

Árbol Familiar

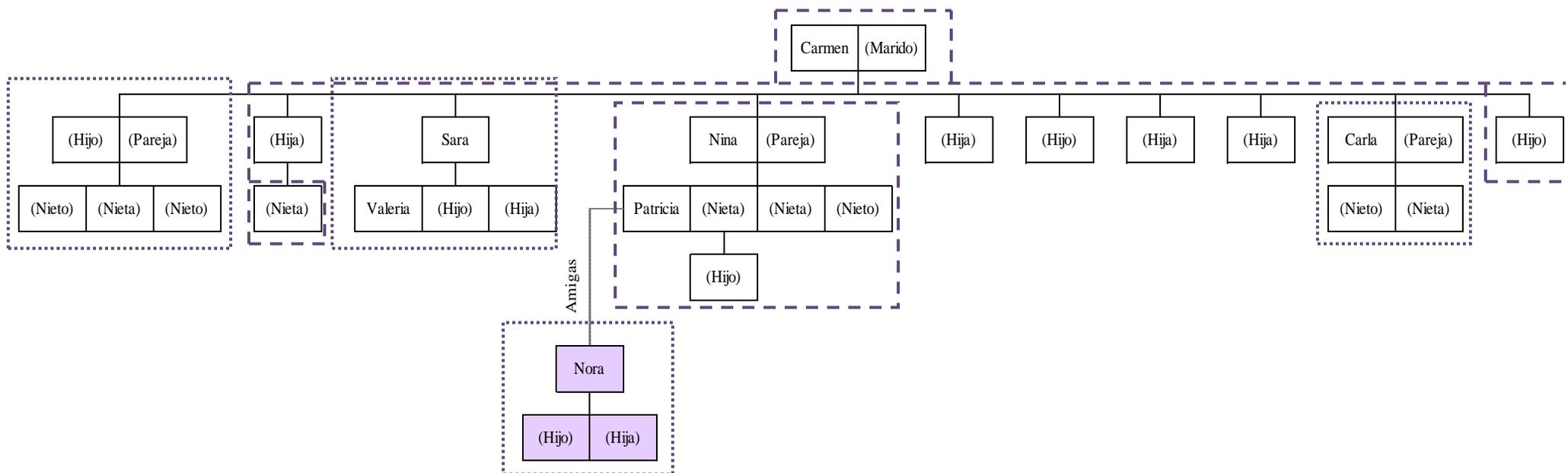
Primer Encuentro



Referencias:

..... Familia Nuclear

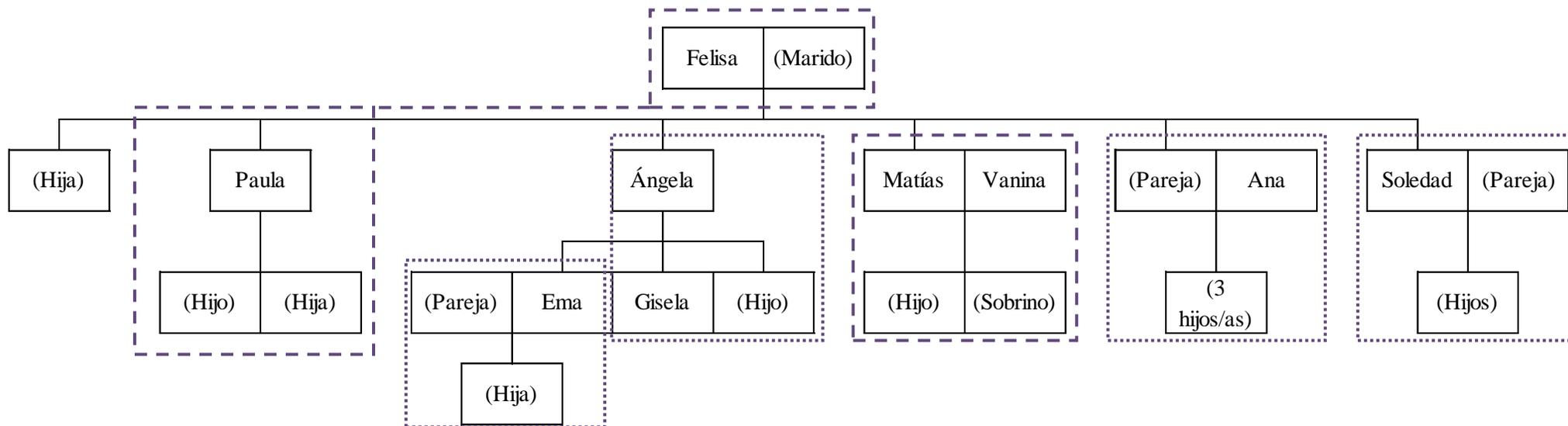
### Segundo Encuentro



#### Referencias:

- ..... Familia Nuclear
- - - - Familia Extendida

**Tercer Encuentro**



**Referencias:**

- ..... Familia Nuclear
- - - - Familia Extendida

**Anexo 3**

<b>ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA</b>		
Nombre:		
Edad:		
Dirección:		
Descripción de la entrevista: momento previo, durante (gestos importantes, silencios) y posterior (comentarios, impresiones)		
<b>Pregunta Principal</b>	<b>Se busca que respondan</b>	<b>Pregunta Auxiliar</b>
<b>Contexto</b>		
¿Desde cuándo vive en “La Tela”?	-Procedencia -Tiempo vivido en “La Tela”	En caso de que provenga de otra zona: ¿De dónde viene?
¿Cómo está constituida su familia?	-Número de integrantes de la familia. -Edades	¿Cuántos viven en la casa? ¿Qué edades tienen los miembros de su familia?
¿Dónde vive su familia más próxima?		
¿Considera familia a alguien del barrio por más que no lo sea? ¿Motivos?		
<b>Prácticas alimentarias</b>		
¿Cómo obtienen los alimentos y bebidas disponibles en el hogar?	-Compra directa, planes u otro.	¿Qué otras formas tiene para obtener los alimentos en el hogar?
¿Cómo se organizan en el hogar para las compras de los alimentos y bebidas?	-División de tareas para: compra. -Quién aporta el dinero para comprar los alimentos. - Lugares de compra y distancia de los mismos.	¿Quién aporta el dinero para la realización de las compras? ¿Quién se encarga de realizar las compras? ¿Dónde? ¿Estos lugares quedan cerca o lejos? ¿Cómo llega a ellos?
¿Cómo se organizan en el hogar para las comidas? ¿Qué comidas se realizan en la casa durante la semana? ¿Para cuántos se cocina? ¿Hay horarios establecidos para ello? ¿Y qué comidas se realizan el fin de semana?	-División de tareas para la preparación. - Comidas cotidianas del día a día. -Número de comidas que se realizan. -Número de comensales. -Comidas de fin de semana.	¿Quién cocina? ¿Ayuda alguien más? ¿Quién se encarga de la limpieza? ¿Cuáles son las preparaciones habituales en el hogar durante la semana? ¿Varía el fin de semana? ¿Quién cocina el fin de semana? ¿Quién se encarga de la limpieza?
¿Existe momentos donde comparte una comida o bebida aparte de los mencionados anteriormente?	-Momentos informales donde se comparte una comida o bebida. - Con quienes se dan esos momentos.	¿Quiénes se reúnen a compartir estos momentos?
<b>Comensalidad</b>		

<p>¿Cómo son las reuniones familiares hoy?</p> <p>¿Y en comparación con las de su pasado?</p>	<p>-Periodicidad actual y pasada. -Motivo de cambio (si lo hubo). -Personas que convocan a las reuniones familiares. -Bebidas y comidas en esos encuentros.</p>	<p>¿Con qué frecuencia se realizan? ¿Antes era igual? ¿Por qué? ¿Hay personas que convocan a estas reuniones familiares? ¿Quiénes son? ¿Qué comidas y bebidas se consumen en las reuniones familiares?</p>
<p><b>Historia de la Alimentación</b></p>		
<p>En relación a la forma de organizar sus comidas, (número de comidas, alimentos, bebidas y comidas seleccionados y división de tareas). ¿Cree que hubo un cambio en relación a su pasado? ¿Cuáles? ¿Por qué cree que se dieron?</p>	<p>Cambios en el tiempo de la organización de las comidas: -Número de comidas. -Alimentos, bebidas y comidas incluidos/excluidos. -División de tareas. -Motivos de cambios. - Año de cambio.</p>	<p>¿Hay algún alimento que haya incluido, que reconozca que come ahora y que en su pasado no comía? ¿Por qué? ¿Cree que algunas comidas en el presente se hayan instalado en las familias? ¿Por qué?</p> <p>¿Hay algún alimento que haya excluido, que reconozca que no come ahora y que en su pasado comía? ¿Por qué? ¿Cree que algunas comidas en el presente se hayan excluido en las familias? ¿Por qué?</p> <p>¿Había división de tareas en su familia? Si las hubieron, ¿cómo se dividían?</p> <p>¿Nos podría decir aproximadamente año o periodo y momento de su vida, en el que se produjeron estos cambios? Si no hubieron cambios, ¿Por qué se mantienen?</p>
<p><b>Normas y costumbres de comensalidad</b></p>		
<p>Cuéntenos sobre el momento de la comida en familia alrededor de la mesa.</p>	<p>-Costumbres o reglas.</p>	<p>¿Hay reglas o costumbres que se respetan al sentarse a comer en la mesa? ¿Cuáles? ¿De dónde salen?</p>
<p><b>Creencias</b></p>		
<p>En la selección y preparación de sus comidas: ¿Qué tiene en cuenta para decidir dicha selección o preparación?</p>	<p>-Conocimientos sobre propiedades de algún alimento. -Creencias de tipo religioso. -Influencia publicitaria en su alimentación. -Recomendación del equipo de salud.</p>	<p>¿Qué tiene en cuenta para elegir los alimentos que consume? ¿Existe alguna creencia de alimentos y bebidas que sí se tienen que comer? ¿Existe alguna creencia de alimentos y bebidas que no se tienen que comer? ¿Lo que usted sabe acerca de las propiedades de los alimentos influye en las comidas y bebidas?</p>

		<p>que consume a diario?</p> <p>¿Las publicidades de la TV le ayudan a usted a elegir los alimentos y bebidas que come?</p> <p>¿Cómo?</p> <p>¿Practica alguna religión que le condicione la elección de algún alimento o bebida?</p>
<b>Sentidos corporales y Significaciones</b>		
¿Qué significa comer?	<p>-Significado del acto mismo de comer.</p> <p>- Valor atribuido desde lo nutricional al acto de comer u otros valores por fuera del nutricional.</p>	<p>¿Qué función cumple el comer?</p> <p>¿Para Ud. hablar del comer implica hablar de qué? (esto apunta a saber si ellas dentro del comer refieren a bebidas comidas o sólo a comidas)</p> <p>¿Comida y alimentos para uds. son sinónimos, es decir lo mismo?</p> <p>¿Por qué?</p> <p>¿Al pensar en la comida tiene en cuenta el aporte nutricional de las mismas? ¿Qué otras cosas tiene en cuenta?</p>
Al pensar en la comida y bebida: ¿qué sensaciones se le despiertan?	-Sentidos que se despiertan al hablar de comidas, pasadas y del presente.	¿Desde qué sentido (vista, tacto, auditivo, olfato, gusto) recuerda o piensa en las comidas? ¿Hay comidas que recuerde desde otro sentido diferente?
¿En qué momento de su vida aprendió a cocinar y por qué?	<p>-Edad en la que aprendió a cocinar</p> <p>-Persona transmisora.</p> <p>-Motivo de aprender a cocinar (¿por hambre?).</p> <p>-Forma de aprendizaje.</p>	<p>¿Quién la ayudó (o ayuda) en ese proceso?</p> <p>¿Qué fue lo que la llevó a tener que aprender a cocinar? ¿Cómo aprendió a cocinar?</p>
Con respecto al acto de cocinar: ¿Qué le produce?	<p>-Si le gusta cocinar o no.</p> <p>-Momentos particulares que guste cocinar. Motivo.</p> <p>-Momentos en donde no le guste cocinar. Motivo.</p> <p>-Comidas particulares que gustan cocinar. Destinatario de esa comida.</p> <p>-Comidas particulares que disgustan cocinar.</p>	<p>-¿Existe momentos determinado en donde le agrada cocinar?</p> <p>¿Cuáles? ¿Por qué?</p> <p>-¿Existe momentos determinado en donde le desagrada cocinar?</p> <p>¿Cuáles? ¿Por qué?</p> <p>¿Qué le gusta cocinar? ¿Es para algún miembro de la familia en especial?</p> <p>¿Qué no le gusta cocinar? ¿Por qué?</p>
¿Lo que cocina en el presente, lo trae de su pasado? ¿Qué importancia tiene la transmisión de estos conocimientos de la cocina entre la familia?	-Importancia atribuida a la transmisión de costumbres culinarias y recetas de generación en generación.	<p>¿De dónde saca los conocimientos a la hora de cocinar? ¿Por qué cree que es importante transmitir costumbres y recetas de generación en generación?</p> <p>¿Utiliza estos conocimientos transmitidos entre su familia para</p>

		cocinar hoy día en su hogar?
<p>¿Cuáles son las bebidas que se consume en su familia? ¿Cuándo se consumen?</p> <p>¿En su opinión, cuáles son las bebidas que consumen habitualmente las familias de La Tela?</p>	<p>-Indagar sobre el consumo de bebidas en diferentes contextos (gaseosas, agua, bebidas alcohólicas, mate, té):</p> <p>a) -cotidiana. -de fin de semana. -de ocasión especial.</p> <p>b) -Las que son para compartir. -Las que se toman de manera individual.</p>	<p>¿Hay ocasiones particulares en las que se toman esas bebidas? ¿Cuáles?</p>
<p>Cuénteme sobre las comidas rápidas (“comidas chatarra”)</p>	<p>-Qué son las “comidas chatarras”, cuáles son. -Consumo de las “comidas chatarras”. -Opinión sobre las “comidas chatarras”. -“Rotiserías” a las que recurre. -Periodicidad de consumo de “comidas chatarras”. -Periodo del mes en que se consumen. Motivos.</p>	<p>¿Qué opina acerca de las “comidas chatarras”? ¿Consume “comidas chatarras”? ¿Qué ventajas encuentra en las mismas? ¿Qué desventaja encuentra en las mismas? ¿Cuántas veces al mes consume este tipo de comida? ¿En qué momento del mes las compra? ¿En comparación a la comida hecha en casa que ventajas encuentra en estas comidas? ¿En comparación a la comida hecha en casa que desventajas encuentra en estas comidas? ¿Las prepara en su casa?</p>
<b>Comidas del Futuro</b>		
<p>En relación al futuro, ¿cómo le gustaría o desearía que fuese su alimentación y la de su familia en el futuro?</p>	<p>-Alimentos, bebidas y comidas deseadas. -Motivo de deseo: relación del mismo con algún miembro de la familia en particular o con la totalidad de la familia.</p>	<p>¿Existe alguna comida que no consuma y desearía poder consumirla? ¿Cuál? ¿Por qué?  ¿Existe algún alimento que no consuma y desearía poder consumirla? ¿Cuál? ¿Por qué?  ¿Existe alguna bebida que no consuma y desearía poder consumirla? ¿Cuál? ¿Por qué?</p>
<p>¿Actualmente, cuáles son los alimentos, bebidas o comidas que necesitaría incorporar a su alimentación? ¿Por qué?</p>	<p>-Alimentos, bebidas y comidas que considera necesarias incluir en su alimentación. -Motivo: Motivo de deseo: relación del mismo con algún miembro de la familia en particular o con la totalidad de la familia.</p>	<p>¿Existe alguna comida que no consuma y que necesite comer? ¿Cuáles? ¿Por qué?  ¿Existe algún alimento que no consuma y que necesite comer? ¿Cuáles? ¿Por qué?</p>

		¿Existe alguna bebida que no consuma y que la necesite consumir? ¿Cuáles? ¿Por qué?
Hablar de estas comidas a lo largo de su vida, ¿qué sentimientos le producen?	-Sentimientos y emociones negativas de la comida.	¿Hay algún sentimiento o emoción que sea triste o negativo para usted al hablar de la comida?
<b>Limitaciones</b>		
En su opinión personal, Y desde la confianza que hemos generado lo que implica olvidarse por un segundo que somos nutricionistas: ¿Qué le produce hablar de su historia alimentaria y de sus comidas de todos los días con nutricionistas? ¿Cuál es su experiencia en el trato con nutricionistas? ¿Qué piensa de esta profesión?	-Limitaciones y condicionamientos en las respuestas ante nuestra profesión. -Concepto que tiene de la profesión (prejuicios vividos y construidos).	¿Tuvo alguna experiencia pasada con nutricionistas? ¿Qué resultó de esa experiencia?