

UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DEL ESTERO
REPÚBLICA ARGENTINA



ALIMENTACIÓN Y COMENSALIDAD MAS ALLÁ DE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA.

ABORDAJES MULTIDISCIPLINARES
SITUADOS

COMPILADORAS
Mónica Montenegro
Analía Valentini Cristina
María Victoria Romero Yazlle



EDICIONES UCSE

UNIVERSIDAD CATOLICA
DE SANTIAGO DEL ESTERO



**PRO - SECRETARÍA
DE INVESTIGACIÓN**

UCSE - DASS

EDITA Y PUBLICA
EDICIONES UCSE



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DEL ESTERO**

DEPARTAMENTO ACADÉMICO SAN SALVADOR

ALIMENTACIÓN Y COMENSALIDAD MAS ALLÁ DE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA.

**ABORDAJES MULTIDISCIPLINARES
SITUADOS**

COMPILADORAS

Mónica Montenegro

Universidad Católica de Santiago del Estero, DASS

Analía Valentini Cristina

Universidad Católica de Santiago del Estero, FCS

María Victoria Romero Yazlle

Universidad Católica de Santiago del Estero, DASS

2026





Montenegro, Mónica

Alimentación y comensalidad más allá de la seguridad alimentaria
: abordajes multidisciplinares situados / Mónica Montenegro ;
Analía Cristina Valentini ; María Victoria Romero Yazlle ;
Compilación de Mónica Montenegro ... [et al.]. - 1a ed compendiada.
-Santiago del Estero : Universidad Católica de Santiago del Estero -
UCSE, 2026.

Libro digital, PDF

Archivo Digital: online

ISBN 978-950-31-8511-7

1. Alimentación. I. Montenegro, Mónica, comp. II. Título.
CDD 641.3

**ALIMENTACIÓN Y COMENSALIDAD MAS ALLÁ DE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA. ABORDAJES
MULTIDISCIPLINARES SITUADOS.**

Montenegro, M.; Valentini Cristina, A. & Romero Yazlle, M.V. (Compiladoras)

EDICIONES UCSE

Director: Rodolfo Pedro Arancibia

Consejo Editor: María Mercedes Clusella (Secretaría de Ciencia y Tecnología); Liliana Figueroa (Facultad de Ciencias para la Innovación y el Desarrollo); Lucas Cosci (Facultad de Ciencias de la Salud); María Adriana Victoria (Facultad de Ciencias Políticas, Sociales y Jurídicas); Aldo Yunes (Facultad de Ciencias Económicas); Mónica Montenegro (Departamento Académico San Salvador); Pablo Micheletti (Departamento Académico Rafaela); Eduardo Galvez (Departamento Académico Buenos Aires).

Ediciones UCSE dependiente del Vice Rectorado Académico de la Universidad Católica de Santiago del Estero. Campus Santiago, Av. Alsina y Dalmacio Vélez Sarsfield, (CP 4200) Santiago del Estero. Ediciones UCSE, Campus Rafaela, Bv. Hipólito Irigoyen 1502, Rafaela (CP 2300), provincia de Santa Fé. República Argentina. Correo electrónico: eucse@ucse.edu.ar

ÍNDICE

Prólogo (Dr. Marcelo Brunet, Decano DASS)	05
--	-----------

Presentación	09
---------------------------	-----------

Capítulos

1. Narrativas que construyen las mujeres en torno a la experiencia de cocinar para los/as demás en Santiago del Estero. Un estudio acerca de mujeres que asumen una doble jornada laboral.	
Analía Valentini Cristina y Carlos Damián Acosta	16
2. Percepción social de la seguridad alimentaria familiar en mujeres durante el contexto de aislamiento social por covid-19 en Jujuy, Argentina.	
Florencia del Rosario Cano.	65
3. La complejidad de las prácticas alimentarias. Una mirada actual desde la seguridad alimentaria y nutricional.	
Jorge Luis Vera	112

4. **Estrategias domésticas de consumo alimentario de los hogares en situación de vulnerabilidad de la Ciudad Capital de Santiago del Estero.**
Analía Valentini Cristina y Roxana Gabriela Lema. 159
5. **Conceptualización y consumo de productos ultra procesados desde la perspectiva del consumidor.**
Franco Darío Della Fontana, Ana Paula Olivares La Madrid, Walter Omar Gómez, Fernando Josué Villalva 207
6. **Prácticas alimentarias, patrimonio gastronómico y turismo en la Quebrada de Humahuaca: la educación como eje para la valoración y sostenibilidad.**
Mónica Montenegro, María Victoria Romero Yazlle, Pablo Ruiz y Daniel Lamberti 233

PRÓLOGO

Toda vez que un libro se publica es motivo de celebración, porque supone la maduración de conocimientos que sus autores habilitan a la instancia de comunicación pública.

Este texto colectivo titulado “Alimentación y comensalidad más allá de la seguridad alimentaria. Abordajes multidisciplinares situados” es producto de indagaciones sistemáticas en contextos institucionales que favorecen la investigación. También resulta representativo y abarcador de preguntas que buscan respuestas en clave subnacional del norte argentino.

Cuando desde países autodenominados “desarrollados” se instala la idea de que los principales problemas alimentarios son la obesidad y no el hambre, el sedentarismo y no el déficit nutricional o la educación alimentaria, entendemos la dimensión del desafío que la academia, desde sus vertientes de investigación y extensión, tienen por delante.

Visitar este libro, permite visibilizar las tensiones entre los discursos globales sobre alimentación saludable y sostenible, y las prácticas alimentarias concretas de comunidades que enfrentan desigualdades estructurales.

Si ese desafío se asume, además, desde contextos periféricos como Santiago del Estero, Salta o Jujuy, tiene otros méritos. Eso es lo que sucede en este valioso libro.

Las trayectorias de Mónica Montenegro y Analía Valentini Cristina son vitales en la compilación y organización del material prolijamente presentado. El dinamismo y la juventud de Victoria Romero Yazlle hacen cohesionar miradas y territorios aquí presentes.

En las últimas décadas, el concepto de seguridad alimentaria resultó central en las políticas públicas y en los estudios sobre alimentación. Sin embargo, limitar el análisis de la alimentación humana a la disponibilidad, el acceso y la inocuidad de los alimentos resulta insuficiente para comprender la complejidad de las prácticas alimentarias en contextos diversos. La alimentación es, ante todo, un fenómeno cultural, social, político y afectivo, que se anuda con las formas de vida, las identidades y las relaciones comunitarias. En este sentido, los abordajes multidisciplinares centrados en lo territorial permiten ampliar la mirada y reconocer la comensalidad como una dimensión clave para pensar la alimentación más allá de su función nutricional.

La comensalidad o acto de compartir el alimento con otro/s, implica comunicación, compartir también sentidos, normas, afectos y memorias. Es un espacio de construcción de vínculos sociales, de reproducción de tradiciones y de negociación de jerarquías. Desde la antropología, la sociología, la historia, la nutrición crítica, la comunicación y otras disciplinas, se ha señalado que los modos de comer reflejan y configuran estructuras sociales, relaciones de poder y formas de habitar el mundo. Así, estudiar la alimentación desde una perspectiva

territorial implica atender a los contextos locales, a las trayectorias históricas y a las experiencias cotidianas de las personas.

En muchos territorios rurales, periurbanos o “rurbanos”, las estrategias alimentarias están atravesadas por la precariedad económica, pero también por saberes tradicionales, redes de reciprocidad y formas de resistencia cultural. En estos casos, la comensalidad puede ser una herramienta de cuidado colectivo y de afirmación identitaria frente a procesos de homogeneización alimentaria impulsados por la agroindustria y el marketing internacional.

Asimismo, los abordajes multidisciplinares como los que aquí se presentan, permiten integrar dimensiones frecuentemente separadas en los estudios sobre alimentación. Esta integración es necesaria para el diseño de políticas públicas más sensibles a la diversidad cultural y a las necesidades reales de las poblaciones. Pues no se trata solo de garantizar el acceso a alimentos seguros y nutritivos, sino de promover entornos alimentarios que favorezcan la dignidad, la autonomía y el bienestar de las personas en su contexto específico.

Este libro se involucra con un acto profundamente humano, cargado de significados y atravesado por múltiples dimensiones. Los abordajes presentados en las próximas páginas ofrecen perspectivas valiosas para comprender esta complejidad y para construir alternativas más justas, sostenibles y respetuosas de la cultura del norte argentino.

Agradezco profundamente al equipo de gestión de la Pro-Secretaría de Investigación que dinamiza constantemente los procesos de indagación y comunicación de la ciencia, desde esta región de frontera mirando más allá de las fronteras físicas, culturales, tecnológicas y económicas.

Dr. Marcelo Brunet

Decano UCSE-DASS, Noviembre de 2025

PRESENTACIÓN

Este libro es producto de un proceso colaborativo en el plano de la investigación científica y la transferencia que ha venido desarrollándose en el curso de los últimos años entre equipos de las Prosecretarías de Investigación de dos Unidades Académicas de la Universidad Católica de Santiago del Estero, el Departamento Académico San Salvador (DASS) y la Facultad de Ciencias de la Salud (FCS), que estudian temáticas referidas a salud nutricional y prácticas culturales alimentarias.

Desde la Secretaría de Ciencia y Tecnología (SeCyT) y las Unidades Académicas de la UCSE, se ha implementado una firme política de promoción de la investigación, que se materializa a través de convocatorias específicas destinadas a financiar proyectos dentro de las áreas prioritarias. Como resultado, se ha observado un incremento sostenido - tanto en el número de equipos de investigación como en la cantidad de investigadores y estudiantes que participan activamente - en las iniciativas científicas de la universidad.

Este producto editorial evidencia la consolidación de una trayectoria de investigación inter e intrainstitucional en el campo de las prácticas alimentarias y la salud nutricional que

fortalece “las redes de colaboración dentro del ecosistema de investigación para optimizar las oportunidades de intervención en núcleos de actividades específicos y contribuir al desarrollo humano sostenible e integral de nuestras comunidades y el país”, como señala el Plan de Acción CTI UCSE 2030 (Res. UCSE N° 169/2021).

Como antecedente de este libro pueden mencionarse algunas acciones de transferencia y de comunicación pública de la ciencia como conversatorios y talleres de actualización realizadas en forma conjunta que promovieron intercambios de experiencias, interrogantes, análisis críticos y reflexiones, sobre problemáticas actuales que estuvieron enmarcadas en tres áreas problema- oportunidad: “Ambiente, Salud y calidad de vida”, “Pobreza y derechos humanos” y “Recursos autóctonos”. Las mismas se recuperan como ejes temáticos de los problemas abordadas a lo largo de los capítulos de esta compilación.

En el capítulo 1, Analía Valentini Cristina y Carlos Damián Acosta comparten narrativas que construyen las mujeres en torno a la experiencia de cocinar para los/as demás en Santiago del Estero, considerando a la cocina como espacio capaz de reconfigurar identidades, subjetividades y mandatos asumidos a través del tiempo. En ese ámbito, las resistencias

suelen ser sutiles y en muchos casos no se vuelven conscientes ni se socializan, lo que marca un obstáculo para tornarse en conciencia colaborativa y acción colectiva. Los autores plantean la potencialidad de ese espacio para habilitar posibilidades de autonomía económica y personal que reviertan las representaciones e imágenes tradicionales asociadas al rol femenino.

El capítulo 2, refiere a la percepción social de la seguridad alimentaria familiar en mujeres durante el contexto de aislamiento social por covid-19 en Jujuy, Argentina, donde Florencia del Rosario Cano, expone la potencialidad de los grupos focales como herramienta cualitativa esencial para la exploración de la Seguridad/Inseguridad Alimentaria Familiar (SA/IAF). Este abordaje permitió identificar cambios en hábitos alimentarios y estrategias de adaptación, ofreciendo una perspectiva micro-social sobre las barreras experimentadas. El análisis subraya la complejidad multidimensional del comportamiento alimentario, el cual está mediado por factores psicológicos, roles de género y el contexto socioeconómico. La investigación destaca la resiliencia adaptativa de los sujetos al generar redes de apoyo y adoptar patrones de consumo más conscientes, sugiriendo que el mantenimiento de estas nuevas prácticas de

autocuidado representa un aprendizaje frente a situaciones de crisis.

En el capítulo 3, Jorge Luis Vera brinda una aproximación a la complejidad de las prácticas alimentarias, reavivando nuevos debates en torno a la seguridad alimentaria y nutricional. Considera a la alimentación como una práctica social profundamente naturalizada, reflexionando críticamente acerca de la constitución de hábitos y comportamientos alimentarios que no sólo refieren a gustos, preferencias o aversiones individuales, sino más bien a selecciones determinadas por complejos entramados socioeconómicos, políticos y culturales. El texto refiere a los diferentes factores que condicionan la selección alimentaria como el ecosistema productivo, las industrias alimentarias, las políticas de Estado y la promoción a través de medios de comunicación y redes sociales, entre otros.

El capítulo 4 da cuenta de las estrategias domésticas de consumo alimentario de los hogares en situación de vulnerabilidad de la Ciudad Capital de Santiago del Estero, donde Analía Valentini Cristina y Roxana Gabriela Lema analizan las rutinas alimentarias abordando las justificaciones para la elección de alimentos, las comidas preferidas y los circuitos de abastecimiento familiar. Se observa que los

sectores más vulnerables enfrentan un doble riesgo para su salud: un déficit de micronutrientes coexistente con problemas de sobrepeso derivados del consumo excesivo de alimentos altamente energéticos. El estudio busca captar las prácticas cotidianas implementadas por estas familias para mantener o mejorar su alimentación, y las razones que las sustentan, caracterizando las cocinas familiares y los modos de comensalidad que surgen.

En el capítulo 5, Franco Darío Della Fontana, Ana Paula Olivares La Madrid, Walter Omar Gómez y Fernando Josué Villalva comparten resultados de una investigación que tuvo como objetivo comprender la percepción del consumidor frente al concepto y consumo de Productos Ultra procesados (PUP), a partir de un estudio descriptivo de corte transversal realizado en el Departamento Académico San Salvador de la Universidad Católica de Santiago del Estero. Los resultados evidencian hábitos alimentarios con elevada prevalencia de consumo de PUP, aunque los consumidores logran identificar correctamente como ultra procesados a muchos alimentos que son mínimamente procesados, conocer esta clasificación parece no afectar el consumo de los PUP. De este análisis, surge la necesidad de avanzar con investigaciones que permitan profundizar en aspectos que condicionan el

consumo, la aceptabilidad y la intención de compra de alimentos según su grado de procesamiento.

Finalmente, en el capítulo 6, Mónica Montenegro, María Victoria Romero Yazlle, Pablo Ruiz y Daniel Lamberti analizan el modo en que las prácticas alimentarias tradicionales de los pobladores de la Quebrada de Humahuaca, se recuperan y resignifican a través de configuraciones patrimoniales que contribuyen a la valorización turística de las propuestas gastronómicas regionales. A través de actividades de Comunicación Pública de la Ciencia desarrolladas en Institutos de Educación Superior de la provincia de Jujuy generaron espacios de colaboración intercultural para estudiar procesos de memoria social e identidad que atraviesan la selección de alimentos y técnicas culinarias para elaborar platos regionales. En esta dinámica reflexionan acerca del rol de la Educación Superior como vector para la valoración y sostenibilidad de un paisaje reconocido como patrimonio mundial.

Los invitamos a recorrer estas páginas para conocer el modo en que las investigaciones en el campo de la nutrición se enlazan con prácticas culturales alimentarias donde la cotidianeidad de grupos, familias y hogares redefinen tradiciones e identidades. En ese contexto, observamos como los actores sociales asumen complejas dinámicas de selección

de alimentos y valoración del patrimonio gastronómico regional, donde las cocinas se configuran como espacios protagónicos no sólo para la producción de alimentos sino para despertar nuevos modos de significar la comensalidad.

***Mónica Montenegro, Analía Valentini Cristina
y María Victoria Romero Yazlle***

CAPÍTULO

**Narrativas que construyen las mujeres
en torno a la experiencia de cocinar
para los/as demás en Santiago del Estero.
Un estudio acerca de mujeres
que asumen una doble jornada laboral**

Analía Valentini Cristina
Carlos Damián Acosta

NARRATIVAS QUE CONSTRUYEN LAS MUJERES EN TORNO A LA EXPERIENCIA DE COCINAR PARA LOS/AS DEMÁS EN SANTIAGO DEL ESTERO. UN ESTUDIO ACERCA DE MUJERES QUE ASUMEN UNA DOBLE JORNADA LABORAL¹

Analía Valentini Cristina²

Carlos Damián Acosta³

¹ Aspectos generales de este capítulo fueron compartidos en la publicación: Acosta, C. D. y Valentini Cristina, A. M. (2024). “¿Por qué no cocinas vos? Si vos sabes cocinar”: Un estudio acerca de las narrativas que construyen las mujeres en torno a la experiencia de cocinar para los/as demás en Santiago del Estero. Revista de Estudios Regionales y Mercado de Trabajo, 20, e051. <https://doi.org/10.24215/27969851e051>

² Facultad de Ciencias de la Salud, UCSE.
analiamarcela.valentinicristina@ucse.edu.ar

³ Facultad de Ciencias de la Salud UCSE.
carlosdamian.acosta@ucse.edu.ar

Introducción

El presente capítulo presenta algunas narrativas de mujeres santiagueñas vinculadas a la experiencia de cocinar para los/las demás, donde es posible identificar implicaciones de mandatos sexo-genéricos presentes en la subjetividad.

En 2022 iniciamos nuestro trabajo de campo en el marco de la investigación aprobada y financiada por Resolución N°162/2022, convocatoria SeCyT UCSE 2020. Nuestro estudio se inscribió en el campo de la salud femenina y la antropología nutricional desde un enfoque de género con el objetivo de reconstruir relatos de mujeres en torno a la preparación del alimento y los rituales de la cocina, e identificar elementos identitarios para poner en cuestión el rol asignado a las mujeres. Accedimos a las voces de ocho mujeres de sectores medios que desempeñan doble jornada laboral a través de entrevistas narrativas.

Adoptamos la narrativa no sólo como instrumento, sino como herramienta teórico metodológica con la intención de enriquecer y transformar la experiencia de estas mujeres en reconocimiento, y como oportunidad de construir nuevas

narraciones, nuevas versiones, nuevas posibilidades, nuevos relatos sobre la cocina.

A modo de anticipación de sentido, partimos de la idea que las feminidades de las mujeres en la actualidad siguen marcadas por estas herencias culturales propuestas como estereotipos sexo-genéricos y que, en particular, la cocina da cuenta de la capacidad de la mujer para ejercer el cuidado de los demás, en desmedro del propio.

Nuestro punto de partida

A lo largo de la historia la cocina ha significado un espacio de tensión constante en la vida de las mujeres. Entendemos la cocina como categoría cultural en la que es posible encontrar diversidad en las estrategias que configuran rutinas de preparar y “hacer comer”, enlazando tradición e innovación, pasado y presente.

Desde el inicio de la cultura del mundo, la cocina se ha convertido en un espacio de poder, al mismo tiempo que de la circulación de conocimiento y experiencias vitales. Sobre todo, posteriormente a la segunda transición alimentaria (Aguirre, 2016), en el paso de cazadores-recolectores al montaje de los

primeros asentamientos y el dominio de la agricultura. Este movimiento no sólo marcó espacios definidos para cocinar y con qué alimentarse, sino que propuso lógicas de distribución de roles en la sociedad, en las cuales las mujeres se hicieron cargo de la cocina en la esfera privada de la vida cotidiana. Este proceso no-lineal acarrea el perfeccionamiento y estilización del rol reproductivo de las mujeres, que no necesariamente es aceptado con amor (Federici, 2022).

Siguiendo la lógica de Aguirre (2016), con los avances tecnológicos que se consiguieron con el correr de los años los niveles de producción y reproducción se acentuaron y alcanzaron su punto de no retorno durante la industrialización. Ese momento estuvo caracterizado por el problema de la intensificación en la producción de alimentos para la mano de obra, la cristalización de la familia como unidad de producción del capital y la redefinición de la percepción del cuerpo.

El capitalismo ha rediseñado los cuerpos de las personas como si se tratara de máquinas de trabajo. En otras palabras, los signos del disciplinamiento y la explotación sistematizada han hecho del trabajo humano la esencia de la acumulación de la

riqueza. No obstante, ese proceso de mecanización ha sido doblemente impreso en el cuerpo de las mujeres (Federici, 2022). Sometido a la disciplina del trabajo primero, y a la expropiación después, se lo convirtió en un objeto sexual y en una máquina de procreación, preparado para resistir la fatiga y la enfermedad, lo que ha afianzado el triunfo del capitalismo (Han, 2022) sobre esos cuerpos. Se genera la sensación de identificarse como útiles en el sistema productivo (de dinero) y reproductivo (de cuidados), tomando el trabajo como marcador temporal de la vida cotidiana (Sennett, 2006). La cocina marca el tiempo de despertar, de comprar, de cocinar, de planificar y de descansar, a la vez que reafirma un estatus frente a los/as demás. Con la inserción de la mujer en el mercado laboral, la cocina se vuelve un terreno de gestión; es decir, que requiere de la administración racional y eficiente del tiempo, el dinero, el valor nutritivo de las preparaciones y el afecto (Del Campo y Navarro, 2013).

El mandato genérico (Butler, 2007) de cocinar se asume desde la infancia de las mujeres como preparación para la vida matrimonial, y también ante el reconocimiento de la necesidad de independencia económica o para hacerse cargo de otros. La alimentación y el cuidado de los/as demás fueron

los pilares con los que muchas generaciones aprendieron su lugar en el mundo (Fernández, 2009), que fue reinventándose con el tiempo. Esta concepción supone implicaciones amorosas y de sacrificio para ser legible en el campo social (Lagarde, 1990); es el descuido en pos del cuidado de los/as demás (Lamas, 1986). La rutinización de estas prácticas modela el cuerpo, hace eficiente el tiempo y adiestra la tolerancia (Foucault, 1979 para que a diario se puedan llevar adelante las mismas actividades.

Este lugar femenino no es opcional y su renuncia supone un castigo o penalización por parte de la sociedad. Muestra de esto es la adopción de una doble o triple jornada laboral por parte de las mujeres como consecuencia de la emancipación económica (Wanderley, 2008). Salirse hacia un espacio de validación fuera del hogar e intentar obtener una remuneración extra no implica la renuncia a otras responsabilidades asumidas previamente: se alimenta a la familia hacia adentro (primera jornada) y se alimenta a otros de manera remunerada (segunda jornada).

Hablamos de cocina como categoría cultural de la alimentación humana, ya que el rol de las prácticas culinarias

excede lo funcional, en lo relativo a la mayor digestibilidad de los alimentos o su conservación, para extenderse en un amplio, complejo y difuso campo que comprende las representaciones simbólicas y los valores adjudicados por el grupo de pertenencia. La posibilidad de acceso a instrumentos, herramientas y combustibles condicionan materialmente el tipo de cocina que puede implementarse, aun teniendo los insumos primarios y los saberes.

Con el objetivo de adentrarnos en las jornadas laborales de mujeres que asumen una doble jornada, escuchar sus justificaciones, recuperar las imágenes que construyen en torno a la preparación de la comida, identificar elementos identitarios que permanecen vigentes, indagar inequidades y desprotecciones a partir de la reproducción del rol y los mandatos asumidos, consideramos que la investigación narrativa es una herramienta potente para acercarnos a esta realidad social, incorporando la perspectiva de género.

Consideraciones epistemológicas sobre las narrativas

La investigación narrativa, para algunos autores (Ripamonti, 2017; Yedaide, Porta y Ramallo, 2021; Connelly y Clandinin, 1995; Richardson, 2019), se inscribe en la modalidad de las metodologías cualitativas, que tienen como objetivo indagar, conocer, comprender y analizar prácticas. Se inicia con el giro hermenéutico operado en las ciencias sociales y en el marco de discusiones críticas con paradigmas de corte positivista. Esta modalidad recupera experiencias, colabora en su transmisión, las significan y las pone en valor como saber. Las narrativas operan de manera catalítica; es decir, las protagonistas se explican y comprenden a sí mismas y en sus tramas.

Por su parte, otros autores, como Yedaide, Porta y Ramallo (2021) enlazan la investigación narrativa con el giro lingüístico y narrativo primero, y con los giros afectivo y ontológico de modo más reciente, pero además refieren a la confluencia del neomaterialismo con sus reverberancias en lo postcualitativo y lo anti-metodológico, marcando una alteración profunda en

los marcos interpretantes de la investigación científica tal como lo propuso el discurso científico moderno.

Dicho esto, y en el intento de recrear escenas, dar cuenta de lo silenciado, imaginar fugas (Ripamonti, 2017), surgen las preguntas. ¿Qué dinámicas asume la cocina según la jornada laboral que se afronte? ¿Qué es lo que se mantiene vigente en los rituales de la cocina, en los que la puesta en escena evoca tradiciones, pero a la vez desigualdades? Cuidar a los/as demás ¿qué asimetrías e inequidades perpetúa o profundiza?

La narrativa es el enfoque adoptado, bajo la convicción que supone una apertura metodológica para abordar una experiencia. Un texto narrativo puede desnaturalizar, cuestionar y derribar lo que opera como legítimo y autorizado en una práctica cotidiana. Lo sustantivo de la narrativa se juega en el vínculo con la experiencia: se narra desde una memoria de algo vivido y se expresa una vivencia elaborada.

En coincidencia con Ripamonti (2017), entendemos la narrativa como un modo particular de relatar que articula la experiencia desde un nudo problemático que tensiona, tracciona y atraviesa las entrevistas, y pone al narrador en la

posición de pensar lo vivido. En este sentido, son reflexiones provocadas, efecto y producto de la organización de la experiencia ante preguntas como ¿Por qué cocinas? ¿Qué es la cocina para vos? Contame cómo es tu jornada de trabajo.

Entonces, ¿qué puede una narrativa? Posibilita la emergencia de visiones tradicionales, narrativas dominantes y/o contrahegemónicas, que permiten la emergencia de relatos innovadores, subversivos, transformadores. ¿Qué habilita? Las escenas narradas de la vida cotidiana nos posibilitan comprender lo que hacemos y poner foco en las múltiples formas en que se juegan el control y la apropiación, la negociación y la resistencia en la construcción cotidiana. ¿Quién/es habla/n? Son mujeres invitadas a dar su testimonio sobre la experiencia de cocinar como medio de vida. Habilitar la palabra en este grupo de mujeres es nuestra decisión epistemológica, teórica y política.

En una primera aproximación interpretativa, se reconstruyen relatos que a modo de rutinas exponen la dinámica que asume una jornada femenina cuando la opción por la cocina se vuelve trabajo remunerado. Esto se suma complejidad a la rutina diaria, en la que la responsabilidad de las tareas domésticas es

asumida por las mujeres. Además, en el caso de las entrevistadas, la mayoría tiene otro/s empleo/s remunerados que se acoplan o se yuxtaponen, lo que genera nuevas dinámicas entre sus jornadas laborales.

Somos lo que narramos y esa narración no es un texto único ni con pretensiones de verdad. Nuestras entrevistadas poseen emprendimientos culinarios de distinta envergadura, tienen carga familiar, tienen otro trabajo remunerado y en muchos casos son proveedoras del mayor ingreso económico en el hogar. Ellas cuentan sus historias exponiendo sus logros, sus límites, sus sueños, sus pesares. Por nuestra parte, no se trata de demarcar ficción de realidad en las narraciones; y de parte de las ocho mujeres que nos prestaron sus voces, se trata de reconstruir la memoria en presente y de dar cuenta de las afectaciones subjetivas asociadas a la persistencia de modelos culturales y estereotipos de género.

Consideraciones metodológicas

Nuestra opción por la investigación narrativa se vinculó al interés por la especial manera en la que se relatan las situaciones y por cómo estas son comprendidas y

resignificadas. Como Connelly y Clandinin (1995), asumimos la narrativa como “fenómeno” que se investiga y como el “método” de esta investigación. Afiliada a la tradición cualitativa, tiene la característica constitutiva de la experiencia observada como relato vital, que se caracteriza por estar motivado por el investigador y recogido desde la voz exacta de la entrevista al sujeto, sin recibir un complemento de otras fuentes; por ello, no se preocupa por lograr la afinidad de la subjetividad del autor con la subjetividad del interprete, sino que su interés será alcanzar un encuentro entre el discurso del texto y el intérprete (Nieto Bravo et al., 2017).

La investigación que presentamos se propuso reconstruir las narrativas de ocho mujeres santiagueñas que asumen una doble jornada laboral; esto es, alimentan a su grupo familiar por un lado y alimentan a otros mediante sus emprendimientos culinarios de panificados, pastas y viandas. Seleccionamos de manera intencional a nuestras mujeres; esto es, por medio de personas cercanas que conocen sus emprendimientos. El rango de edad oscila entre 30 y 50 años, y destacamos que 5 de ellas llevan adelante una tercera jornada laboral, pues tienen un empleo remunerado dentro de la administración pública como docentes, administrativas o

personal de servicios generales. En todos los casos se trata de mujeres de sectores medios, que fueron elegidas bajo la consideración de que el rol de la mujer se ha ido modificando estratégicamente en el interior de los diferentes estratos sociales. En consecuencia, es de esperar que ciertas modificaciones en los esquemas de percepción y valoración hayan ido configurando un nuevo imaginario de clase media, también presente en los significados atribuidos a la alimentación y a la cocina.

Utilizamos la entrevista narrativa como forma particular de entrevista en profundidad, dado que en ella la participación de los investigadores es mínima, y se permite hablar a las entrevistadas con sus propias palabras. En este sentido los relatos que incorporamos al texto, respetan las formas del habla nativa desde una perspectiva antropológica. El encuentro con cada mujer se inició con relatos autobiográficos, mediante un diálogo que buscó intencionalmente abarcar las dimensiones más sensibles de la experiencia que nos propusimos indagar.

Metodológicamente, es importante diseñar las estrategias de indagación; por ello, definimos los siguientes tópicos para provocar los relatos:

- El aprendizaje culinario; esto es, el modo en el que las mujeres han aprendido a relacionarse en y con la alimentación.
- Relación del aprendizaje culinario con los momentos personales y sociales.
- Decisiones en torno a la alimentación: quiénes comen, qué comen, qué dejan de comer, quiénes dejan de comer.
- Momentos vividos con la familia o con el grupo de pares que han condicionado de uno u otro modo su relación con la alimentación.
- Evocación de momentos, imágenes (visuales, olfativas, gustativas, táctiles, etcétera), sensaciones en torno al comer y “hacer la comida”.
- Registros corporales de la tarea evaluados en términos de desventajas, desprotecciones y desigualdades.

El contexto de las entrevistas estuvo determinado por las rutinas diarias de cada una de las mujeres. Ellas definieron el momento y el lugar para concretar los encuentros, por nuestra parte procuramos un registro minucioso y una escucha atenta de los relatos, que además fueron grabados con el consentimiento de las protagonistas.

Seis de nuestras mujeres nos recibieron en el lugar donde cocinan. Nos encontramos con espacios domésticos adaptados de diferentes formas y según las posibilidades del lugar para la tarea de cocinar para los/as demás. Las cocinas están equipadas con utensilios y electrodomésticos de uso diario, que mayormente se encuentran a la vista sobre mesones o en la misma mesa que la familia utiliza para comer.

En uno de los casos, la cocina para elaborar los productos que se comercializan es una ampliación contigua a la cocina familiar, que posibilita acomodar horno profesional, freezer, heladera comercial y mesadas donde la entrevistada acomoda ordenadamente el producto de su trabajo. En este caso, se trata de una emprendedora que logró con los años ampliar su emprendimiento y se dedica a servicio de catering.

En un caso en particular no accedimos al espacio de la cocina, dado que se trata de un lugar “encubierto”: un recinto pequeño que funciona como archivo en una repartición pública, pero que nuestra entrevistada utiliza para terminar de preparar la comida precocinada, que traslada desde su domicilio para vender diariamente a sus compañeros/as.

Finalmente, en el último de los casos, nuestra entrevistada encabeza un emprendimiento familiar en el que fabrica pastas con la colaboración de su familia, padres e hijos, más dos empleadas, todos bajo su supervisión. En este caso fuimos recibidos en el local de ventas.

Salvo en el último caso referido, los espacios para cocinar son reducidos, sin que permitan distinción entre la cocina doméstica y la producción que se comercializa. Se puede agregar, a la visible incomodidad del espacio, la circulación permanente de algunos miembros del grupo familiar, particularmente los niños. Esto obliga en muchos casos a preservar lo que se produce en lugares fuera de su alcance, en otras dependencias o en lugares con altura como el techo de aparadores, alacenas o armarios.

El tiempo dedicado a la tarea de cocinar es principalmente a la noche o de madrugada, cuando el resto de la familia descansa. En alguno de los casos el trabajo de cocinar para los/as demás se inicia los jueves para distribuir los productos el fin de semana, y en otros es parte de la rutina cotidiana: se cocina de noche y se vende en el trabajo durante el día.

El modelo analítico asumido para el tratamiento de los relatos coincide en gran parte con el modelo hermenéutico de la propuesta de Kornblit (2007): más que ubicar temas a lo largo de entrevistas, se trata primero de escuchar las voces dentro de la misma narrativa (conexiones entre las distintas historias, como por ejemplo: estrategias narrativas para conciliar diferentes posiciones sobre el valor de su trabajo, decisiones orientadas hacia el logro personal o a proyectos familiares o de pareja). Por otra parte, las narrativas también muestran las voces de los otros (padres, pareja, hijos/as, compañeros/as y amigos/as), y el discurso sostenido por algunas instituciones y grupos que definen roles esperables.

Uno de los ejes centrales de este tipo de análisis es la identificación de lo que Kornblit (2007) denomina “índices”; esto es, aspectos que son reconocidos por los/las

investigadores/as. En nuestro caso, los “índices” fueron la cocina como marcador temporal de la cotidianeidad, lógicas que se despliegan entre mandatos y resistencias, las marcas del afecto, las imágenes recuperadas en torno a la tarea, las afectaciones en la salud. También, el señalamiento de los “puntos de viraje”, en cuanto a momento vital identificado por el sujeto y/o por el/la investigador/a como una encrucijada a partir de la cual el itinerario biográfico de la persona tomó un rumbo distinto o inició una nueva etapa; en este caso, se trata de decisiones sobre el cuidado personal o de la salud, inversión de tiempo o dinero, o redefiniciones en las lógicas de trabajo.

Lógicas y dinámicas de la cocina. Entre mandatos, herencias y discursos optimistas sobre los cambios masculinos

Cuando se naturaliza lo doméstico, se lo excluye de ser considerado trabajo. En este sentido, todas las actividades que se realizan dentro del hogar pierden valor y son invisibles ante las estadísticas sobre trabajo productivo. Esta invisibilidad es un agravante para que no se reconozca la doble jornada laboral de las mujeres. Así, todas las actividades que realicen

las mujeres fuera del hogar serán consideradas iguales o incluso inferiores a las tareas que realizan los hombres, sin hacer visible que la salida de la mujer al mundo laboral la inscribe en una doble jornada (Fernández Collados, 2008).

“Si vamos por lo (...) personal, a mí no me gusta cocinar, (...) para mí la cocina es, no sé, no la siento, yo no siento la cocina. Sí lo hago, digamos, a modo de, no sé, a modo de supervivencia” (Noelia, 28 años).

Discursivamente, no aparece la figura del hombre como destinatario único de sus esfuerzos, pero sí el mandato del cuidado a la descendencia. Y, como se verá más adelante, la salida al mercado laboral de las mujeres no se compensa con las tareas de cuidado por parte de sus parejas (Federici, 2022). Como lo plantea Noelia: “exactamente (...), tenemos chicos: hay que darles de comer, hay que darles de merendar, hay que darles de cenar, hay que bañarlos, todo, todo es...” (Noelia).

Para Stella Maris:

“La rutina arranca a las ocho. A esa hora llegan las chicas [empleadas], me pasan el detalle de

qué falta, sobre todo verdura, porque lo que es harina, aceite, se trata de tener... en stock. Pero bueno: puede faltar también. Entonces, me pasan el detalle, y yo a las ocho ya salgo a la verdulería o a lo que falte. Tengo algunos proveedores que, porque si me dicen algún queso, alguna cosa, ya les mando mensaje; o el pollo, esto que lo otro, y ponele, a más tardar ocho treinta, ellas ya empiezan a preparar con lo que tienen, y ahí ya arranca; ya ocho treinta, exagerando, ya estoy con todo y ahí arranca y ya (...) el horario, el trabajo sería de desde las ocho de la mañana hasta las cuatro de la tarde". (Stella Maris)

Para Noelia:

"(...) un día de trabajo... ¡ay! [se sonríe] ¿Y a qué hora arrancamos? [risas] Y bueno, ella [se refiere a su concuñada y colaboradora en el emprendimiento] está trabajando también en comercio; entonces ella trabajaba sábado también. Entonces nosotros arrancábamos

todo desde el jueves, el jueves y viernes nos dedicábamos a comprar lo que es la materia prima, y el viernes, después de las nueve de la noche, después que ella viene del trabajo, acomodamos un poco y empezamos, a hornear, a hacer las masas (...) Claro, nosotras lo manejamos, nosotras dos, digamos jueves y viernes. Por eso les decía: para arrancar el sábado la venta, sábados y domingos, se hace la compra jueves y viernes por las tardes, digamos, en horario que ella se desocupa, que también estoy desocupada io. Y bueno, imagínense la escuela. lo después de las seis de la tarde recién estoy holgada [risas], así que jueves y viernes se hace la compra, y el viernes después de las nueve, diez de la noche se hace, digamos, la producción. Se termina de hacer eso a la una, dos de la mañana a veces, y se hace a menos que haya muchos pedidos y que haya que terminar al otro día a la mañana... Porque nosotros hacemos las entregas a partir de las tres de la tarde, digamos, hasta las seis y media, siete a veces; descansamos, tomamos

unos mates y a las nueve, nueve y media
arrancamos de nuevo para el domingo”.

(Noelia)

El acto de cocinar, para estas mujeres que realizan doble o triple jornada laboral, es una prolongación de su trabajo doméstico, y como tal es inexistente, o no es reconocido. Cuando se identifica algún aspecto de él, se lo minimiza atribuyéndolo no al esfuerzo sino a las habilidades naturales de las mujeres. Es una suerte de recurso per se de la feminidad siempre disponible, una carta de presentación ante oportunidades económicas. En algunos casos enlazan su saber hacer con una demanda (encubierta) de cuidado (para el caso del alimento) potencialmente capitalizable.

Ante la pregunta sobre cómo surge la idea de cocinar para otros, Delly responde:

“y uno de ellos [sus compañeros] que sabía mi situación económica me dice: ¿Delly, por qué no cocinas vos? Cocina me dice, si vos sabes cocinar. Bueno, le digo io, bueno, ya voy a empezar a cocinar... y empecé a cocinar... a

traer milanesas con ensaladas, después a hacerles... pizzetas, empecé a vender las bolsitas de pizzetas y ahí, ahí empecé. Los chicos me han empezado a pedir, a pedir comida: ¿No sabes hacer esto? lo sé hacer de todo, les digo, nada más que ustedes me tienen que pedir, les digo, porque no puedo invertir algo que no te gusta a vos, no le gusta a Juan o a Pedro y me va a quedar. lo no puedo (...) invertir y que me quede la comida ¿entiendes? Porque io soy sola". (Delly)

Es interesante señalar que las mujeres tienen una relación especial con la alimentación humana, lo que se expresa tanto en el ámbito doméstico como en el ámbito público. Por un lado, son las que habitualmente se encargan de preparar y servir los alimentos a los demás, siguiendo las normas y costumbres de cada cultura. Y por otro, son las que más se preocupan por la calidad y la seguridad de los alimentos, así como por la salud y el bienestar de las personas que los consumen. Esta labor alimentaria de las mujeres responde a una serie de factores sociales, históricos y económicos que definen sus roles y expectativas sociales (Gracia Arnaiz, 2014).

Esta múltiple identificación del trabajo doméstico y extradoméstico da paso al reconocimiento de la doble carga/trabajo que sobrellevan muchas mujeres, dado que continúan acarreado la responsabilidad de la adquisición y preparación de las comidas domésticas, aun cuando son asalariadas a tiempo completo (Pedrero, 2002, como se citó en Gracia Arnaiz, 2014).

“No, io trabajo aquí, salgo a las cuatro, y cuando salgo de aquí voy a trabajar en las casas de familia, voy a limpiar, que tengo hace mucho tiempo, salgo a las siete, siete y media. De ahí agarro mi bicicleta, me voy a comprar las cosas frescas, las carnes, todo fresco, y ahí empiezo a hacer a la noche en casa o por ahí traigo para cocinar porque aquí tengo io un hornito [se refiere a su lugar de trabajo] y ahí les hago. Ahora, por ejemplo, estoy haciendo un pollo con papas”. (Delly)

En el ámbito doméstico, las comidas diarias son una obligación cotidiana a menudo cuestionada por otros constreñimientos sociales. El uso particular del tiempo incide en la reestructuración de las prácticas alimentarias, y no

necesariamente en el sentido más deseable ni más saludable (Gracia Arnaiz, 2014). Las mujeres saben y padecen las desigualdades del escaso involucramiento masculino en las actividades domésticas, sobre todo en las rutinas de crianza. Esa salida en busca de emancipación tiene el costo de tener que resolver las demandas hogareñas para recién poder pensarse hacia afuera.

“(...) entonces, en eso que ella quiere tomar la teta, me despierta y yo ya no puedo volver a dormir, y siempre lo hace a las seis menos cuatro, seis y cuarto, en ese rango. Entonces ya quedo despierta, pero quedo en la cama porque si yo me levanto a esa hora, ellos se levantan a esa hora. Entonces me quedo un rato”. (Natalia)

“La experiencia como testimonio, expresa acontecimientos, efectos y contraefectos de prácticas institucionalizadas, agenciadas o padecidas; desde las marcas, las heridas y las cicatrices, desde los cuerpos experienciantes que narran” (Ripamonti, 2017, p. 88). La cocina puede volverse una oportunidad, pero también algo de lo que se reniegue por la

cantidad de tiempo vital que implica. Reconfigura los afectos, los condiciona. Suspende o pospone momentos de encuentro o celebración, puesto que cocinar (trabajar) está en primer lugar.

“Me gusta mucho la vida de la cocina. Me gustaba mucho más antes cuando no tenía hijos [se ríe], porque realmente es una vida muy dura, muy de trabajar de noche, horas sin parar, los fines de semana. Cuando todos festejan, nosotros trabajamos, y por ahí de repente cuando tienes hijos... me ha pasado... los niños te demandan más y bueno, tienes que encontrarte un... Yo, al menos, me pasa de encontrar los momentos, o por ahí ya no quiero estar tan agotada como antes (...) Ahora sí quiero cortar porque quiero con ellos pasar la Navidad, cumpleaños”. (Natalia)

Los relatos refieren a los mandatos que las mujeres asumen. En algunos se exhibe el peso de la carga diaria que no se atreven a cuestionar, asumiéndose con estoicidad y sentido

sacrificial, y en otros relatos es posible encontrar referencias al involucramiento masculino en las rutinas domésticas:

“(...) como le decía, ia tenía ocho meses de embarazo, io amasaba, hacía las cosas. Y por ejemplo él [su marido], aparte de hacer los envíos, me ayudaba, digamos, a hornear las cosas, a embolsar y todas esas cosas; inclusive, hasta llenar alfajorcitos ¿no? Así que, digamos, ha sido un muy buen compañero”. (Noelia)

Bonino Méndez (2000) plantea una visión crítica sobre el surgimiento de lo que se ha denominado “nuevas masculinidades”. Según su perspectiva, la retórica optimista que rodea estas nuevas formas de masculinidad, que prometen una relación igualitaria entre hombres y mujeres, no se debe tanto a la aparición de estos “nuevos” hombres, sino más bien a una serie de operaciones mediáticas. Estas operaciones mediáticas actúan sobre el imaginario social y están basadas en varios factores. Uno de ellos es la autoglorificación masculina, un fenómeno en el que los hombres se enaltecen a sí mismos. Otro factor son los deseos femeninos, que pueden ser manipulados o utilizados para

perpetuar ciertas imágenes de la masculinidad. Además, está la necesidad de actualizar el patriarcado; es decir, de adaptarlo a los tiempos modernos sin necesariamente desmantelarlo. Finalmente, las necesidades del mercado también juegan un papel importante, ya que pueden influir en la forma en la que se presenta y se percibe la masculinidad. El citado autor señala también que, a pesar de estos discursos optimistas sobre las nuevas masculinidades, la realidad muestra una imagen diferente. Las familias simétricas, es decir aquellas en las que hombres y mujeres comparten roles y responsabilidades de manera equitativa, siguen siendo una excepción. Esto sugiere que hay una brecha significativa entre la retórica sobre las nuevas masculinidades y la realidad de las relaciones de género en nuestra sociedad.

Para Bonino Méndez (2000), existe una distancia entre la igualdad formal y la igualdad real entre hombres y mujeres. A pesar del discurso optimista sobre los cambios masculinos, estos no se traducen en acciones concretas pues se reemplaza la idea de “responsabilidad” por la de “ayuda”. En tanto la primera supone que hay alguien que tiene la obligación última de su realización y se hace cargo de las consecuencias que ello implica, la “ayuda” se define por estar libre de esta última

responsabilidad; no es obligatoria, no es rutinaria, sino electiva.

Como lo percibe Noelia:

“(...) en lo que es comida, los hombres, no; (...), pero sí lo que es el tema de los envíos: esas cosas, sí. Pero lo que es la cocina, por lo general, lo manejo io y lo maneja ella [su cuñada], y los envíos los hacemos nosotras con mi cuñada, y bueno, en el caso que sea necesario, los hombres, digamos. Porque mi suegro, él se encarga, digamos, de mi hijo junto con el padre, y el marido de ella justo en el horario de la tarde justo trabaja, entonces... Pero si hay que hacer entregas a la mañana o antes del horario de trabajo, sí: estamos todos, todos andamos”. (Noelia)

“Hummm... Y después tengo a mi tío que me ayuda, él es el horneador, le digo yo, porque yo hago todo lo que es los productos en sí, los

elaboro totalmente caseros, todo integral, y también hago productos comunes. (Lourdes)

Sin embargo, en algunos casos el monto de los recursos educativos, profesionales y económicos de la mujer les posibilita negociar con mayor fuerza el reparto de tareas, (Bonino Méndez, 2000). Rosario narra redefiniciones en la relación:

“Yo también, sí, he hecho gran parte... Ahora lo hace mi novio con una de las cocineras, pero en la primera etapa, durante mucho tiempo, había en particular un postre que lo hacía yo, pero la verdad, que mi preferencia es hacer cosas saladas. (...) y el horario que tengo, digamos, es inamovible lo de la universidad,... No es que tengo que cumplir horario en el bar, pero mi trabajo es necesario en el lugar, mi trabajo del bar”. (Rosario)

Afectaciones pasadas y presentes

Las narrativas son co-construcciones de escritura singulares que configuran poéticas en tanto asumen una entidad

convivial, territorial y localizada. Fragmentos de vida sensible que visibilizan mundos íntimos, pero al mismo tiempo exponen al entramar experiencias sensibles y cuerpos sintientes, vida afectante y vida afectada (Porta, 2020).

La decisión de cocinar para otros pone en juego efectos y afectos. Requiere aproximar la experiencia diaria con rutinas, tiempos y espacios definidos con los compromisos que genera “cocinar para afuera”. Milagros cuenta:

“(…) era conflicto en la familia, porque io vivía con mi viejo, y vivía con la mujer, el segundo matrimonio de él y los dos chicos; mi hermano ia se había ido a vivir con la novia. Entonces era, imagínate, dos chiquitos de 3-4 años que tenían que cenar temprano para ir a la escuela, tenían que almorzar, tenían que merendar. Era una cocina del departamento más chica que este, y era: ‘Mili ¿a qué hora desocupas la cocina? Mili, tengo que hacer esto’. Y io usaba el horno, usaba el horno, usaba el horno. Había veces que io a la siesta dormía y toda la tarde me pasaba cocinando, pero no había nadie

porque salían, y a la noche la Mili seguía cocinando; entonces, tenían que calentar las cosas y no podían; entonces ia era, ia se generaba mucha pelea”. (Milagros)

La narrativa rearticula y reestructura el tiempo vivido a través de una historia. En este sentido, configura la memoria, la ejercita. Esto podemos comprenderlo mejor si entendemos la memoria como una construcción y no como un mero registro, en el sentido tradicional del término, en su dimensión constativa (Ripamonti, 2017).

Stella Maris relata la historia del emprendimiento en presencia de su padre, quien escucha emocionado:

“En realidad eso [trabajar cocinando para afuera] viene de hace mucho. Primero empezó a hacer él con mi papá [señala al hijo que está en la caja], así, tipo en la casa... Y bueno, ahí fue que empezó alguna que otra: Ay, haceme para mí, haceme para mí, hasta que, bueno, un día buscando una veta económica, digamos...”.
(Stella Maris)

El padre de Stella Maris narra junto a su hija y nos cuenta que elaboraba pastas cuando vivía en Buenos Aires, que su hermano fue cocinero del ejército en Paso de Los Libres, que también tuvo panadería y enfatiza: - “Pero panadería de otra época, la tuve en pleno campo, imagínese, hoy no existe eso”. Recuerdan juntos la herencia de familia, los abuelos italianos, los sabores, los aromas, los sueños y los deseos más profundos.

El abuelo continúa el relato: “Tenemos de parte del hijo que tiene un... solo hijo varón, que está en Rusia (...) es filósofo, (...) un día estábamos comiendo raviolos: ‘Abuela, nos tenés que enseñar la receta’” (se emocionan hasta las lágrimas, hacen largo silencio). “Me mandó [el nieto] a pedir la receta y compró una maquinita manual y agarró (voz quebrada por la emoción y lágrimas), y empezó a hacer para los amigos que conoció allá”.

Cada narrador/a, al relatar, opera una selección en función de las afectaciones del presente. Cada narrador/a realiza recortes, engendra sentidos, instituye silencios, de forma tal que produce por medio de palabras una narrativa que atiende a los condicionamientos, los intereses y los deseos del

presente (Ripamonti, 2017). Las narraciones en torno a la preparación de los alimentos tienen voces mayoritariamente femeninas, pero anudan las relaciones familiares, y enlazan significantes, predominantemente maternos.

Cuando se refiere a quién le agradecería por el emprendimiento:

“Ufff... Y, a muchas personas... sí sí sí, sí, mucho, porque he estado mal de verdad. Estaba muy mal, y nada: es las amigas que siempre están y sobre todo a mi abuela y a mi vieja ¿has visto? mira que a mi vieja también le ha tocado remarla por muchas cosas de ella. Y, sin embargo, tener esos recuerdos de que uno comparte la cocina y cosas así, y de pensar siempre en mínimas cosas, digamos... En tu abuela, qué sé io... Como te decía de la pizza con la salsa con mi tío, eso te lleva, es lindo, saber que compartes a diario... O sea, no es que te acuerdas de vez en cuando, no: estas todos los días. Io le digo a mi tío `No me acuerdo a veces la fecha que ha fallecido mi

abuela, pero sí me acuerdo todos los días cada vez que me voy a la casa'. Es más, hay un mate que era de ella y io le digo 'Ay, no le toques el mate de la Erme, no, porque va a venir y te va a tirar de las patas', jajaja" (Lourdes)

Noelia, por su parte, cuenta que el nombre que lleva el emprendimiento es el de su suegra fallecida:

"Sí, justamente, en honor a ella, digamos, porque ella siempre, a mí personalmente, siempre me ha empujado a hacer, que haga. Inclusive, como io le he explicado hace un rato, si vamos por la cocina, a mí nunca me gustó cocinar, y hoy cocino porque ella me ha enseñado". (Noelia)

Por otra parte, en la memoria el presente también interactúa con el recuerdo: interfiere, disloca los significados que se traen como evocación, irrumpiendo con sentencias ceñidas al deber ser femenino, y presentan algunas veces como tragedia y otras como comedia. (Valentini,2023)

“En realidad, sí me acuerdo cuando ella [la suegra] me enseñaba a hacer las bombitas de queso, porque a mí siempre se me desarmaban, y io le decía ‘Pero ¿por qué?’. Io encima hacía todo y las ponía a freír, y lo mismo se me desarmaban. Y ella me decía: ‘¡No! ¡Te he dicho que no, así no, eh, chica tonta!’. Y io [deja de hablar y todas ríen], como que ahora me acuerdo y me río. Y ella me volvía a decir que no, que la harina va así, porque io no hacía con harina, siempre me manejo sólo con el pan rallado, por ejemplo; entonces era una causa, que es lo que ella me decía. Hoy en día lo hago como ella me lo decía pero a mi gusto, entonces me acuerdo y sola me río. Pero así, cosas así, porque ella ‘Huuyyyyy’ decía y le digo ‘Bueno, ¡no me vaya a pegar, no!’, y cosas así”. (Noelia)

La condición narrativa de la experiencia humana posibilita otras formas de (re)conocer(se), habilita voces silenciadas y silencios ruidosos. Algunas de nuestras mujeres se interpelan frente a una opción que en algún momento se presentó como

posibilidad de autonomía económica que tensiona con la asignación de roles tradicionales.

“Yo he hecho de todo también en mi vida, pero paralelo siempre he hecho cosas en la cocina. Tenía un trabajo, o sea toda la vida he vendido, pero sí, ya tenía cosas que hacer, como pizza, empanada... Siempre me la he rebuscado, y tenía que ver con la cocina (Noelia)

Como plantea Bonino Méndez (2000), actualmente se observa que quienes plantean con fuerza la necesidad y el deseo de ejercer la igualdad y acceder a la paridad en todos los ámbitos -es decir, compartir las responsabilidades familiares, el trabajo, el ocio y el poder- son casi unánimemente las mujeres. No se advierte paridad ni simetría entre la rutina de hombres y mujeres. El agobio puede traccionar un cambio en la mirada de sí mismas, pero esta no encuentra su correlato en las prácticas de los varones.

El aprendizaje del oficio de cocinar es una práctica social atravesada por imágenes, percepciones, vivencias, agradables y no tanto, pero igualmente asumidas con naturalidad:

“Imagínese, io cómo he empezado, cómo he aprendido los dulces: pelando la manzana y pisando el membrillo, así he empezado prácticamente, y después lavar todas las asaderas que ensuciaban mi mami y mi hermana [risas], sí” (Noelia).

El legado es portado con orgullo. Formas, sabores y patrones se reproducen efusivamente, como presuntuosamente cuenta Noelia:

“Es la receta de mi mami, es a gusto de mi mami, es todo de mi mami, sí. He aprendido de las manos de ella, no hay ninguna diferencia; inclusive, por ahí nos pasa de que en las juntadas familiares io llevo, por decir, vamos a tomar unos mates; bueno, llevo algoito que io he hecho, y allá mis tías o quien sea: `No, io voy a comer esa porque io sé que esa ha hecho la Noelia’, y hace de cuenta que la ha hecho la María, es el nombre de mi mama ¿no?, O sea, es exactamente la misma” (Noelia)

Priscilla Gac-Artigas (2002, como se citó en Almanza Salazar y Parra Peña, 2016) muestra cómo la práctica de cocinar es un eje central para la mayoría de las culturas en el mundo, y por esto las cocineras tienen una labor crucial que desempeñar allí. A pesar de reproducir estereotipos sexo-genéricos, muchas mujeres, cuando cocinan, lo hacen con pasión, con poder y con sabiduría, haciendo uso de saberes ancestrales que les han sido transferidos de generación en generación.

Resignificando la cocina como espacio de posibilidad, creatividad y construcción de lazos. ¿Qué descentran las narrativas?

La cocina es un espacio complejo y contradictorio para las mujeres, que implica tanto opresión como liberación, tanto, alienación como creatividad; tanto reproducción como resistencia. Es un lugar donde se construyen y se cuestionan las identidades de género, donde se negocian y se desafían las relaciones de poder, donde se expresan y se transforman las emociones y los valores.

El mayor desafío es develar la cocina como el espacio que ya no es opresor y limitante, sino que les permite a las mujeres

resignificar sus experiencias vitales y formar fuertes lazos de apoyo y solidaridad femeninos (Almanza Salazar y Parra Peña, 2016):

“Y, la verdad me conocen porque siempre me he dedicado a la gastronomía. Empieza el boca a boca con mis amigas, que son las primeras que siempre están, y de ahí empezamos todo, empieza mi amiga, mi familia (...). Empecé a hacer folletitos, a darle en cada compra los folletitos, a compartir mis estados [de Whastapp], y así, y hoy por hoy, gracias a Dios, se está mandando un lindo emprendimiento con bastantes clientes”. (Lourdes)

La cocina juega un rol fundamental en la vinculación emocional y en la conexión intergeneracional de las familias; también habilita un espacio para la creación de vínculos y de nuevos lazos entre mujeres. La solidaridad, la empatía y la resiliencia posibilitan otras dinámicas interpersonales entre mujeres y entre familias.

“(…) pero se elige por algo de corazón, realmente porque te gusta, y tienes que tener una dedicación. lo siempre he dicho que la alimentación es el último eslabón en sí en el ser humano ¿no? Lo que me ha llevado a mí que, hoy por hoy, mi emprendimiento es todo de productos integrales panificados, todo lo que tiene que ver en panificados, como hacer galletas, panes, prepizzas, pizzetas, galletitas dulces, saladas. Me ha llevado justamente por el mismo tema de la poca oferta. A ver, cómo decirte, no hay lugares donde vendan en sí productos integrales; hay, pero hay muy pocos, Vos vas y realmente ves en una panificadora, una panadería y hay productos más comunes, de harinas comunes (...). Me he dedicado a este tipo de gastronomía en sí, pero puntual, es hoy por hoy; digo ‘Me voy a dedicar a eso porque tengo una dieta especial’. Tengo hipotiroidismo, lo que es diabetes y cosas así, digamos. Entonces uno trata de ir directamente por esa ruta, en donde sabe que está seguro de lo que hace. (Lourdes)

Sostenemos que es posible resignificar el espacio de la cocina en las mujeres como potenciador de procesos transformadores de la subjetividad, a la vez que habilitan posibilidades de autonomía económica y personal que reviertan representaciones e imágenes tradicionales asociadas al rol femenino.

Las narrativas que presentamos, en tanto relatos cargados de argumentos, razonamientos, pero a la vez con un fuerte componente de emotividad, habilitan la resignificación de representaciones colectivas, autorrepresentaciones e imágenes. En tanto narramos, establecemos otras relaciones referenciales y vivenciales, damos recíprocamente espacio a la palabra de la persona. En la tarea de escribir estas narrativas ponemos en juego nuestra subjetividad y nuestras herramientas interpretativas, pero además enlazamos recorridos biográficos propios y de estas mujeres para encontrar nuevos sentidos.

Reflexiones finales

La cocina es un espacio donde las mujeres pueden emprender proyectos personales y colectivos, que les permiten generar

ingresos, autonomía y reconocimiento, pero que también les exigen sacrificios, esfuerzos y adaptaciones. La cocina es, en definitiva, un espacio de lucha y de esperanza para las mujeres, que requiere una mirada crítica y reflexiva para comprender sus múltiples dimensiones y significados.

La cocina se torna el espacio capaz de reconfigurar identidades, subjetividades y mandatos asumidos a través del tiempo. Las resistencias son sutiles y en muchos casos no se vuelven conscientes; no se socializan, lo que marca un obstáculo para tornarse en conciencia colaborativa.

Algunos elementos clave para propiciar las narraciones femeninas son la claridad, la confianza, la escucha y la credibilidad que se debe transmitir en el espacio de la entrevista. Las narrativas pueden colaborar en un desplazamiento de sentido, visibilizando las tareas de elaborar alimentos como un trabajo remunerado, que de manera formal e informal reporta un ingreso en el hogar; y no sólo un trabajo exclusivamente doméstico y realizado por mujeres a modo de colaboración, que prolonga un mandato femenino. Los relatos pueden colaborar en la generación de estrategias grupales y sociales y políticas que contribuyan a deconstruir

modelos patriarcales, y a democratizar el mundo doméstico. En el plano subjetivo de las entrevistadas, se trata de disminuir la sensación de injusticia, mitigar el exceso de trabajo y reposicionar el valor del aporte resaltando el trabajo emocional que conlleva el acto de cocinar para los/as demás.

Financiamiento

Esta investigación fue aprobada y financiada por Resolución N°162/2022, en el marco de la convocatoria SeCyT UCSE 2020. Equipo de Investigación: Directora: Mg Analía Valentini Cristina Investigadores: Mg Natalia María Oneto Vera, Lic. Roxana Gabriela Lema y Lic Carlos Damián Acosta. Becarias: Dilva Martina Basbús, Mariana Maturana, Paula Gabriela Palavecino y María de las Mercedes Bilotti.

Referencias bibliográficas

Aguirre P. (2016) Alimentación humana: el estudio científico de lo obvio. Salud Colectiva.2016;12(4):463-472. doi: 10.18294/sc.2016.1266. Recuperado de <https://scielosp.org/pdf/scol/2016.v12n4/463-472>

Almanza Salazar, D. y Parra Peña, A. (2017). La cocina como espacio de empoderamiento, resignificación y sororidad en las mujeres. -¿conversaciones en torno al fogón?-. Recuperado de <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/22135>.

Butler, J. (2007). El género en disputa. El feminismo y la subversión de la identidad. Buenos Aires: Paidós.

Bonino Méndez, L. (2000). Los varones hacia la paridad en lo doméstico – discursos sociales y prácticas masculinas-. Recuperado de <https://www.uv.es/~dones/temasinteres/paridad.pdf>.

Connelly, F. M. y Clandinin, D. J. (1995). Relatos de experiencia e investigación narrativa. En J. Larrosa y otros, Déjame que te cuente. Ensayos sobre narrativa y educación (pp. 11-59). Barcelona: Laerte.

Del Campo M. L. y Navarro, A. (2013). El significado de la cocina en mujeres de clase media de Córdoba, Argentina. Una aproximación desde la teoría de las representaciones sociales. Perspectivas en Nutrición Humana, Vol. 14, 113-124. Oakland: Between the Lines.

Fernández, A. (2009). Las lógicas sexuales: amor, política y violencias. Buenos Aires: Nueva Visión.

Fernández Collados, M (2008). La doble jornada femenina y sus efectos sobre la salud laboral. Comunicación presentada a la V sesión científica: Trabajo doméstico, trabajo a domicilio del I Congreso internacional sobre género, trabajo y economía informal. Alicante, España del 27 al 29 de febrero.

Foucault, M. (1979). Microfísica del poder. Madrid: La Piqueta.

Gracia Arnaiz, M. (2014). Alimentación, trabajo y género. De cocinas, cocineras y otras tareas domésticas. Panorama Social, Nº 19, primer semestre, 25-36. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6371325>.

Han, B. (2022). Capitalismo y pulsión de muerte. Buenos Aires: Herder.

Kornblit, A. L. (2007). Metodologías cualitativas en ciencias sociales. Buenos Aires: Biblos.

Lamas, M. (1986). La antropología feminista y la categoría de “género”. Revista Nueva Antropología, Vol. VIII, 30, 1-27. Recuperado de <https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=15903009>.

Lagarde, M. (1990), Cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas. México D. F.: UNAM.

Nieto Bravo, J., Mendoza, M., Muñoz Velázquez, J. y Labrador Mansilla G. (2017). La investigación narrativa como construcción social del conocimiento, una aproximación epistemológica y metodológica desde el enfoque cualitativos. Hojas y Hablas, Nº 17. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7314533>.

Richardson, L. y Adams St Pierre, E. (2019). “La escritura. Un método de indagación”, en Bénard Calva S.M (Ed.): Autoetnografía. Una metodología cualitativa (p.p 45-81) San Luis de Potosí, México: Universidad Autónoma de Aguas Calientes – Colegio de San Luis

Ripamonti P. (2017). Investigar a través de narrativas: notas epistémico metodológicas. En Alvarado, M. y De Oto, A. (Eds.), Metodologías en contexto: intervenciones en perspectiva feminista (pp. 83-103). Buenos Aires: CLACSO. Recuperado de http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/se/20180209122042/Metodologias_en_contexto.pdf.

Sennett, R. (2006). La corrosión del carácter. Barcelona: Anagrama.

Valentini Cristina, A. (2023). Experiencias de mujeres en la cocina santiagueña. Narrativas que se construyen en torno a

la cocina y la comensalidad. Revista Difusiones, Nº 25, 2(2). julio-diciembre, 41-54. Recuperado de <http://ediciones.ucse.edu.ar/ojsucse/index.php/difusiones/article/view/596/679>

Wanderley, F. (2008). Género, etnicidad y trabajo en Bolivia. Insumos conceptuales para el diseño de políticas de promoción del empleo en el marco de la equidad. Revista Umbrales, Nº 18, 145-170. Recuperado de <http://www.revistasbolivianas.ciencia.bo/pdf/umbr/n18/v1n18a7.pdf>.

Yedaide, M. M., Porta, L. y Ramallo, F. (2021). Alter(n)ando las condiciones de autoridad de la investigación narrativa contemporánea: amarres, enredos y desgarros. Espacios en Blanco. Revista de Educación, Vol. 2, Nº 31, jul/dic, 381-396. Recuperado de <https://www.redalyc.org/journal/3845/384566614005/384566614005.pdf>.

2 CAPÍTULO

**Percepción social de la seguridad
alimentaria familiar en mujeres durante
el contexto de aislamiento social
por covid-19 en Jujuy, Argentina**

Florencia del Rosario Cano

PERCEPCIÓN SOCIAL DE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA FAMILIAR EN MUJERES DURANTE EL CONTEXTO DE AISLAMIENTO SOCIAL POR COVID-19 EN JUJUY, ARGENTINA

Florencia del Rosario Cano¹

Introducción

En marzo de 2020 la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró pandemia a nivel mundial por el brote de enfermedad por coronavirus COVID-19. Las respuestas gubernamentales no tardaron en implementarse, apuntando a la implementación de medidas de protección social, gran parte de ellas dirigidas a reducir la incidencia de la enfermedad y

¹ Gabinete de Investigación en Ciencias de la Nutrición, DASS.
Universidad Católica de Santiago del Estero
florenciadelrosario.cano@ucse.edu.ar

consiguiente saturación del sistema de salud. De manera simultánea, la humanidad se enfrentaba a una profunda crisis de salud que sufría la pérdida de innumerables vidas y a un colapso económico que impactaría de manera severa el bienestar de grandes segmentos de la población durante los años venideros.

Por entonces, la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO por sus siglas en inglés) remarcó que la pandemia por COVID-19 reveló deficiencias en los sistemas alimentarios de todo el globo que amenazarían los medios de subsistencia de la población y la vida humana. Actualmente se reconoce que los efectos de esta pandemia impactaron directamente sobre el hambre en el mundo, medida por la prevalencia de la subalimentación. Esta, se mantuvo relativamente sin variaciones de 2021 a 2022, en parte por la recuperación económica de diferentes países, pero sigue estando muy por encima de los niveles anteriores a la pandemia de la enfermedad por coronavirus, llegando a afectar a alrededor del 9,2% de la población mundial en 2022, en comparación con el 7,9% registrado en 2019 (FAO et al., 2023).

Al revisar las medidas internacionales de protección social adoptadas, como los cierres de fronteras junto con las interrupciones del mercado y la cadena de suministros, se pudo observar que se restringió el acceso de las personas a fuentes de alimentos suficientes, diversas y nutritivas. Es decir, se dificultó el cumplimiento efectivo de la Seguridad Alimentaria (SA), entendida como aquel estado en que las personas deben tener acceso físico y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para así satisfacer sus necesidades y preferencias alimentarias a fin de llevar una vida activa y sana (PESA, 2011).

En consecuencia, en países que previamente sufrían niveles elevados de Inseguridad Alimentaria (IA) como aquellos pertenecientes a Latinoamérica, surgieron consecuencias a corto y mediano plazo (Comité Científico de la ELCSA, 2012) (FAO, 2019). Cabe señalar que los diferentes niveles de IA se asocian con un elevado riesgo de padecer estados nutricionales poco saludables, o incluso patológicos, que abarcan ambos polos del espectro de la malnutrición. Este fenómeno conocido como la “doble carga de la malnutrición” se presenta de forma simultánea en países industrializados: mientras que aquellos sectores que presentan un nivel

moderado de IA se sostienen con patrones alimentarios caracterizados por un consumo excesivo de nutrientes críticos (sal, azúcares refinados y grasas saturadas y trans) que conllevan el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles, como síndrome metabólico, diabetes tipo II, enfermedades cardiovasculares, hígado graso no alcohólico, entre otras; al contrario, el nivel de IA grave se relaciona más con poblaciones que presentan una alimentación escasa en cantidad, perpetuando deficiencias nutricionales que empujan a la persona hacia enfermedades por carencia de micronutrientes (llamada hambre oculta), desnutrición crónica y al acortamiento de la estatura en las infancias.

El estudio de la SA es una inquietud que se mantiene desde hace varias décadas y requiere un abordaje transversal a una diversidad de campos. Es así que, para analizarla se discriminaron tres niveles de organización: macro (mundial, regional y nacional), meso (comunidad) y micro (hogar, familia e individuo). Este último responde a la Seguridad Alimentaria Familiar (SAF), la cual se sustenta en conceptos básicos que incluyen la suficiencia alimentaria y el acceso a los alimentos, las estrategias de afrontamiento y las percepciones subjetivas de las personas vulnerables, entre otros. La percepción de

seguridad al acceso de alimentos determina la SAF, ya que responde al nivel o calidad de alimentación que las personas perciban como suficiente (Couceiro et al., 2017).

En particular, al pensar sobre las estrategias de afrontamiento que sostienen la alimentación de los hogares desde una perspectiva de género, estas se van a reconfigurar según eventos socioculturales decisivos como la inserción masiva de las mujeres al mercado laboral y la división sexual del trabajo doméstico. Según diferentes autores (Accosatto et al., 2013) (Couceiro et al., 2017), las mujeres se encuentran en una posición preferencial para mejorar la nutrición de sus grupos familiares, ya sea porque producen o porque son quienes se encargan de la selección y adquisición del alimento debido al rol históricamente asignado como responsables de las labores domésticas y de cuidados no remunerados.

Paradójicamente, y acorde a diferentes condicionantes de vulnerabilidad, a las personas del género femenino se les presentan barreras como la falta de voz en la toma de decisiones del hogar y la discriminación que padecen en el acceso a los recursos y la propiedad sobre los mismos, cuestiones que dificultan tanto el acceso a la información

nutricional como al control de los recursos económicos necesarios para garantizar la SA a nivel micro, situación que se agudiza aún más durante las crisis alimentarias (FAO et al., 2021). Por ello, estudiar la SAF requiere enfatizar la labor de las madres y abuelas como sujetos centrales en la aplicación de estrategias de afrontamiento heredadas destinadas al cuidado y la alimentación de los miembros del hogar.

Ahora bien, una vez declarada situación de emergencia sanitaria, el Gobierno de la Nación Argentina (2020) adhirió a las recomendaciones propuestas por la OMS. Con el crecimiento y la expansión de casos positivos, las principales medidas fueron el aislamiento preventivo, social y obligatorio y el cese de actividades productivas, exceptuando los trabajadores de servicios esenciales (salud y transporte). Esto se tradujo en la suspensión de clases en diferentes niveles educativos, el cierre de las fronteras, la prohibición de actividades masivas y la licencia remunerada por enfermedad para las personas en riesgo². Durante el año siguiente las medidas se fueron flexibilizando hasta llegar a la denominada

² Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social por medio de la Resolución 207/2020

“cuarentena administrada”, en la que las autoridades provinciales y/o municipales decidieron con qué fidelidad se aplicarían las medidas acordes a la incidencia de casos positivos por zona.

Este contexto sanitario, epidemiológico y alimentario/nutricional complejo, dio lugar cuestionamientos sobre aquellos sentires y acciones dirigidas a sostener la SAF de los hogares de San Salvador de Jujuy, capital de la provincia de Jujuy, norte de Argentina. A partir de la adopción de un enfoque cualitativo de investigación, los objetivos del presente proyecto buscaron comprender las percepciones sociales de madres que reflejen el modo en que se vio amenazada la SAF en contexto de aislamiento social por COVID-19; conocer continuidades y cambios en los hábitos alimentarios; indagar obstáculos y describir aquellas estrategias adoptadas que garantizaron la SAF.

Si bien la recolección de datos se llevó a cabo durante la cuarentena administrada y flexible del segundo cuatrimestre del año 2021, la problemática de esta investigación se centró en las experiencias de los primeros meses de la pandemia cuando la circulación de la población en general sólo se

permitía por cuestiones excepcionales: provisión de alimentos, medicamentos y/o compra de artículos de higiene y limpieza. Dadas estas condiciones que limitaron el desarrollo normal de las cotidianidades, fue posible observar tensiones, ansiedad e incertidumbre en la población general en relación con la seguridad/inseguridad alimentaria de sus hogares.

Metodología

Esta investigación adoptó el paradigma interpretativo ya que el interés radicó en acceder a la comprensión de los comportamientos alimentarios de las familias a través de las figuras maternas y su percepción sobre la SAF en contextos de aislamiento social, preventivo y obligatorio. Por ello fue necesario pensar a los alimentos no sólo como portadores de nutrientes, sino como bienes concretos de acceso desigual, símbolos que contribuyen a estructurar una sociedad y conformar un entorno cultural (Oceguera Parra, 2003).

Asimismo, en este documento el concepto de percepción social refiere a la valoración y las actitudes compartidas por los miembros de una comunidad en relación con un fenómeno social dado (Oceguera Parra, 2009), en particular se resaltaron aquellos momentos en que se percibió que la SAF se vio en

riesgo debido al contexto sociosanitario instalado a partir de la pandemia por COVID-19 y las medidas de aislamiento preventivo, social y obligatorio. Cabe señalar que la percepción social se encuentra en función del conocimiento, los distintos saberes provenientes de tradiciones y las experiencias cotidianas que poseen los sujetos, generando que las modificaciones del entorno se conviertan en condicionantes claves de esas experiencias personales.

Se seleccionó al Departamento Académico San Salvador de la Universidad Católica de Santiago del Estero (UCSE DASS) como referente empírico. Este, en palabras de Guber (2004), permite acceder a fenómenos observables como las conductas alimentarias y las significaciones que los sujetos le pudieran asignar a su entorno y a la trama de acciones que los involucra. En este sentido, por medio de los discursos de los sujetos es viable acceder al conocimiento de las posibles continuidades y cambios en los hábitos alimentarios que surgieron durante las vivencias en aislamiento social.

La selección de las unidades de información apuntó a dar voz a quienes fueran madres universitarias de la mencionada casa de estudio, a fin de distinguir el rol de la mujer en el ámbito de

lo privado, ya que históricamente recae sobre ellas la gestión de alimentar y nutrir a los miembros del hogar, al mismo tiempo que se les atribuye el compromiso del cuidado frente a la enfermedad. Se tomaron en cuenta, además, las limitaciones que pudieran padecer las mujeres en torno al acceso, propiedad y control de los recursos económicos necesarios para salvaguardar la SAF.

Por otro lado, en el diseño y composición interna de los grupos de discusión se buscó cumplir con criterios de homogeneidad y heterogeneidad social, optando por un tamaño reducido en cuanto a los participantes considerando que “el número adecuado se da a partir de cinco personas a fin de evitar la intimidad que se genera en las conversaciones cuando son tres personas o la conversación por parejas cuando son cuatro” (Arboleda, 2008). Por ello, se contactó, por medio de terceros, con madres estudiantes universitarias que demostraron interés y disponibilidad para participar de la investigación.

Durante la cuarentena flexible y bajo la habilitación de encuentros grupales cumpliendo los recaudos sanitarios necesarios y, una vez obtenido el consentimiento informado de todos los sujetos involucrados, se concretaron dos sesiones

con una duración aproximada de ochenta minutos cada una. La primera sesión se llevó a cabo de forma presencial en un lugar relativamente tranquilo dentro de las instalaciones de la UCSE DASS y la segunda en formato de videollamada por medio de la plataforma Google Meet. En ambas oportunidades se contó con la presencia de un moderador (investigador principal) dos o tres observadores (investigadores becarios) y las participantes convocadas.

Al respecto de la modalidad virtual, entra en discusión la potencialidad que proporcionan los “grupos de discusión virtuales” debido a la inmediatez y a la anulación de la distancia espacial que internet ofrece (Barbour, 2013). De forma simultánea con las nuevas formas de socializar que trajo la pandemia de COVID-19, los entornos virtuales se presentaron como una oportunidad que permitió conformar una valiosa herramienta contemporánea para la investigación social.

Durante el desarrollo de los grupos de discusión se solicitó a las informantes que se concentraran en recordar sus vivencias, sentires y experiencias durante el primer semestre de la pandemia de COVID-19, caracterizado por la cuarenta estricta

como medida sociosanitaria a nivel internacional. Para el registro de los discursos se realizaron grabaciones de audio, luego transcritas en formato digital para su análisis, depuración y codificación. Se empleó el programa Atlas Ti para el análisis de la información, partiendo de categorías analíticas a priori, hasta la identificación y delimitación de categorías secundarias surgidas durante el relevamiento de datos.

Resultados

Se conformaron dos grupos de discusión homogéneos de cinco estudiantes cada uno, cuyas edades rondaron los 25 años, madres de uno o dos infantes cada una, siendo que el 80% refirieron mantener una relación estable con su pareja actual y el 60% se encontraban conviviendo con familiares cercanos durante los meses de aislamiento estricto, lo que generó un grupo familiar más extenso de lo habitual. La totalidad de las informantes asistieron a la UCSE DASS en carácter de estudiantes de las carreras de la licenciatura en nutrición y en psicología. Cabe mencionar que, si bien algunas de ellas se reconocían por compartir clases, no existía ninguna relación de amistad que pudiera afectar el desarrollo de la discusión.

En este contexto pandémico de vulnerabilidad social, donde la vida universitaria se vio suspendida, resultó de interés indagar sobre los hábitos alimentarios del grupo familiar y las barreras que pudieran dificultar el desarrollo de la cotidianidad. Asimismo, por medio del grupo de discusión, se dio lugar a la construcción de discursos que abordaron la toma de decisiones dentro del hogar y las estrategias implementadas para resguardar la alimentación de los miembros de la familia.

De esta forma, se llegó a identificar que las percepciones de SAF en contexto de aislamiento social, preventivo y obligatorio estricto durante la pandemia de COVID-19, abarcaron tres categorías principales con sus respectivas subcategorías: Cambios en los hábitos alimentarios que comprendieron una mayor planificación a la hora de la comida, el mantenimiento de comensalidades familiares con variaciones en el consumo en cuanto a la cantidad de alimentos y una remarcada prevalencia de comidas caseras que dependieron en cierta medida de las representaciones de la alimentación y la salud compartidas por el grupo familiar; obstáculos y barreras que hicieron referencia a la restricción del acceso físico a fuentes seguras de alimentos y problemáticas en torno al acceso económico de los mismos; finalmente, frente a estos

escenarios se desarrollaron estrategias de afrontamiento que se trataron de tácticas de compra alimentaria y estrategias heredadas que permitieron un mayor rendimiento de la comida dentro del hogar (figura 1).

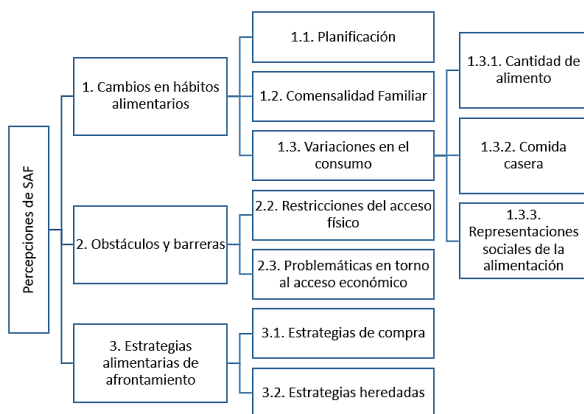


Figura 1: Percepciones sociales de la Seguridad Alimentaria Familiar durante el contexto de aislamiento social por COVID-19 en Jujuy, Argentina. Fuente: elaboración propia

Cambios en los hábitos alimentarios: planificación, comensalidad familiar y variaciones en cuanto a la cantidad y comidas caseras

El aislamiento social, preventivo y obligatorio que surgió como medida sociosanitaria durante la pandemia de COVID-19 trajo consigo una nueva realidad que comprometió las prácticas cotidianas, entre ellas la alimentación. Esta, se entiende en un sentido amplio que abarca prácticas, creencias y conocimientos, aspectos que se vieron afectados y generaron cambios y continuidades en los hábitos alimentarios.

De esta forma, al plantear interrogantes sobre las nuevas prácticas alimentarias, los discursos dieron a conocer que la compra de víveres y otros productos se realizó de forma programada, actividad que solía ser espontánea o surgía solo frente a la necesidad de renovar las reservas. Debido a la permanencia prolongada en el hogar fue que se planificó un menú, es decir, las selecciones de preparaciones alimentarias y la compra de alimentos con regularidad diarias, semanales y en menor medida mensual. En algunos casos, esta

planificación se vio acompañada de cambios en los horarios habituales de servicio de comidas debido a la inasistencia justificada a los lugares de trabajo y estudio.

Otra de las prácticas que se vieron modificadas fueron las tareas relacionadas con el momento de comer. Al respecto, en algunos hogares se distribuyeron más equitativamente, generando que todos los miembros de la familia colaboren al momento de las compras, la elección del menú, la elaboración de preparaciones, el lavado de la vajilla, entre otras. Sin embargo, se señaló que aun así prevalece el papel principal de la mujer/madre en las tareas del hogar, junto con la responsabilidad de alimentar y cuidar al grupo familiar. Esta situación, aunque internamente asumida, se calificó bajo la denominación de “conductas machistas”.

“Durante la pandemia cocinábamos juntos y él (el hijo) hacia jugos, exprimía frutas, colaboraba, ayudaba”. 25 años, madre.

“En mi caso, por ahí siempre cocinábamos, o no sé los platos los lavábamos mi mamá y yo, acá es medio machista la cosa (entre risas), y los

hombres bueno no hacen nada, o sea... yo reniego un poco de eso, pero bueno, ya están acostumbrados así mis papás”. 26 años, madre.

“Él (la pareja) no ayuda, no me gusta que ayuden a cocinar. Él iba a comprar.” 26 años, madre.

Las comensalidades también se presentaron con ciertas variaciones. Por entonces, el aislamiento estricto permitía circular sólo a aquellos trabajadores designados como esenciales (salud y transporte) mientras que demás personas, como estudiantes y trabajadores de otros rubros, debían permanecer en sus casas. Esto promovió la adopción de comensalidades familiares donde todos los integrantes del hogar podían reunirse para compartir la mesa a la hora de las comidas. Si bien previa pandemia era costumbre en algunos hogares buscar una comensalidad familiar, el aislamiento estricto permitió que se comparta incluso más de una comida en la mesa, llegando a sentir extrañeza acerca de esta práctica alimentaria poco habitual.

“Nosotros siempre esperamos a que llegue mi esposo y comemos siempre juntos, pero lo que si

noté es que podíamos, por ejemplo, merendar juntos, que antes no, o podíamos hacer las cuatro comidas juntos.” 24 años, madre.

“Mi pareja sale de trabajar 13:30, 14:00 horas... volvía y cada uno comía por su lado. En cambio, (durante el aislamiento estricto) a esa hora ya estábamos almorzando los tres, entonces para él ya era como: ‘es raro estar comiendo con más gente o no estar comiendo yo solo.” 26 años, madre.

La permanencia prolongada en el hogar se relacionó, además, con variaciones en el consumo alimentario donde la mayor o menor ingesta de alimentos en particular respondió, en cierta medida, a las representaciones que se comparten en los miembros del hogar sobre diferentes aspectos de los alimentos y como estos se podrían relacionar con la salud y el cuerpo.

Como factor condicionante de una mayor ingesta, aparecieron estados de aburrimiento o ansiedad y estrés generados como consecuencia del contexto de encierro, a veces relacionado

con factores biológicos propios del crecimiento y desarrollo de los/as hijos/as.

De la misma forma, se incrementó la elaboración de comidas caseras. Cabe mencionar que estas nuevas prácticas fueron significadas como “beneficiosas”, en particular la introducción de alimentos de origen vegetal antes no conocidos y la posibilidad de experimentar con recetas nuevas, ya sea buscadas en internet u originadas por la creatividad de cada madre. Sin embargo, esto se vio acompañado del incremento en la elaboración y consumo de panificados, situación calificada como negativa.

"Mi hijo estaba en la transición de estar cambiando la voz, creciendo más, entonces vi que empezó a consumir más cosas, por ahí, por la ansiedad, o por esta etapa de estar creciendo. Más frutas, más cereales, más yogur." 25 años, madre.

“Pero también estaba el lado malo de estar tanto tiempo en casa, y ya me hacía un budincito, un pancito o algo, eso era lo malo digamos, siempre

estaba cocinando algo...el horno no lo solté en toda la cuarentena, pero sí que aumentamos la comida más variada y elaborada en casa, por el tema este del tiempo". 27 años, madre.

Al respecto de las representaciones sociales de la alimentación que surgieron a partir de los grupos de discusión, se identificaron alimentos relacionados con el proceso salud enfermedad. Algunas madres manifestaron que, frente al dolor de cabeza, la pesadez o falta de energía, encontraron como solución modificar su alimentación. Estas alternativas alimentarias se refirieron a una selección que reemplace comidas como arroz o fideos por más verduras y aumentar el consumo de frutas antes que de golosinas o comidas "chatarra³". Se caracterizó esta alimentación variada que incluía frutas, verduras y lácteos descremados como "más consciente, liviana, sana y balanceada". siempre buscando la mejor forma de cuidar a los miembros del hogar.

³ Productos comestibles, envasados y listos para su consumo, generalmente con elevados contenidos de nutrientes críticos como azúcar, sodio, grasas saturadas y trans.

“Me dolía mucho la cabeza noté que era por encierro. Y ahí empezamos a comer mucho más sano porque teníamos que poner un stop a eso, porque cuando comíamos comida chatarra nos sentíamos mucho peor, en cambio cuando comer sano te sentís más liviano, más energía. así que empezamos así, pero costó, costó bastante”. 24 años, madre.

“En mi casa traté de cuidarme más. En ese tiempo empecé a decir “bueno, a comer más sano” (...) Siempre bastante variado, bastante grupos de alimentos, por ella (hija) más que nada tratamos de prioriza la leche, el yogur, las verduras (...) Empezamos a implementar todos los grupos de alimentos y que ella prefiera comer una fruta antes de estar tomando o comiendo un pedazo de chocolate o algo chatarra. Entonces en ese sentido siempre, desde que ella está, siempre priorizar más la salud”. 25 años, madre.

“Antes era arroz, fideo, arroz, fideo en todo...entonces lo empezamos a reemplazar por

ensalada de verduras, también pescado, cosas así. También reemplazar las cosas dulces, bizcochuelos, tortitas por más fruta". 26 años, madre.

Por otro lado, fue posible reconocer una asociación con la imagen corporal. Por ejemplo, escenarios donde se dificultó el calce de la vestimenta fueron interpretados como indicadores de un indeseado aumento de peso corporal, lo que determinó el redireccionamiento de los nuevos hábitos hacia conductas alimentarias con una voluntaria limitación en la ingesta calórica, debido a que estas fueron interpretadas como "más sanas".

"Sí le metí a la comida al principio (...) después me di cuenta de que no me entraban los pantalones y bueno, dije "hay que empezar a hacer algo" y ahí ya empecé a disminuir las calorías". 24 años, madre.

"La ropa, que ya no quedaba (...) para ir al médico o hacer algo, ponerme unos jeans, no me

entraba. Ahí es cuando me di cuenta de que comíamos muy mal”. 25 años, madre.

Estas nuevas experiencias, finalmente, fueron descriptos como aspectos positivos que surgieron a raíz del aislamiento estricto. Pretender el mantenimiento de estas nuevas prácticas de cuidado de la salud general a lo largo del tiempo da cuenta de aprendizajes y actitudes resilientes frente a situaciones de crisis.

Obstáculos y barreras a la hora de comer: restricción del acceso físico a fuentes alimentarias y problemáticas en torno al acceso económico

Las medidas sociosanitarias implementadas a fines de evitar la propagación del coronavirus afectaron diferentes esferas de lo cotidiano. Así, además de generar nuevas formas de comer dentro del hogar, también inquietaron el funcionamiento habitual de despensas, mercados barriales y supermercados, impactando en los modos en que estas familias accedían a los alimentos. En algunos casos, estos factores se presentaron como obstáculos y barreras en torno al cuidado de la SAF.

En este sentido, los discursos recordaron e identificaron restricciones que surgieron como medidas cuyo propósito era desalentar la circulación en horas pico y hacer frente al nuevo escenario de pánico de los consumidores, situación particular en cadenas de supermercados donde las personas se aglomeraban incumpliendo con el distanciamiento social y, en algunos casos, enfrentándose por obtener ciertos productos. El cierre temprano de los negocios, supermercados y despensas⁴, las prohibiciones de circulación durante los fines de semana y la circulación habilitada según terminación de DNI⁵ generaron una disminución en la disponibilidad de alimentos y la posibilidad de su reserva.

⁴ Medida adoptada a nivel nacional el 21 de marzo de 2020, en la cual las cadenas de supermercados y el sindicato de Comercio acordaron que el horario de atención al público se restringiría para funcionar entre las siete y las veinte horas, de lunes a domingos incluyendo los días feriados, para desalentar la circulación tardía; además se sumó a la implementación de acceso restringido con límites variables de hasta 200 personas con los objetivos de “evitar una situación de caos en los salones de venta” y mantener el distanciamiento social (La Nación, 2020).

⁵ En Jujuy, norte de Argentina, desde mediados de abril de 2021 hasta finalizado el año una de las medidas implementadas por el gobierno provincial fue la aplicación de un “esquema de circulación por terminación de DNI” en el cual se habilitaba a las personas a transitar día de por medio de acuerdo con el número de documento nacional de identidad; entonces, por ejemplo, los lunes, miércoles y viernes

Por entonces, si bien las jóvenes madres no señalaron una disminución en la oferta de alimentos, sí se mencionaron dificultades en cuanto a su acceso y que, en ocasiones y por diferentes razones, tuvieron que optar por preparaciones alternativas a las planificadas o las habituales.

“Hubo una época en que todo cerraba a las ocho de la noche, y por ahí yo cocinaba más tarde y decía “¡Ay! No compré huevos” y me quedaba sin cocinar porque no tenía dónde comprar. Por ese tema de las restricciones. En ese sentido que cierran los negocios tan temprano, perjudicaba porque te olvidabas algo y no podías comprar. Los domingos no había un alma en la ciudad”. 26 años, madre.

Pese a la situación expuesta, la disponibilidad física de víveres no se vio afectada debido a que en los alrededores de la ciudad surgieron nuevos negocios. Esto ocurrió debido a que el Estado implementó diferentes Programas de Asistencia

transitaban aquellas personas cuyos DNI terminaran en número par, mientras que martes, jueves y sábado quienes terminaran en número impar, los días serían invertidos la semana contigua y así sucesivamente (C.O.E., 2020).

Económica, entre ellos el Ingreso Familiar de Emergencia (IFE)⁶, con el objetivo de suplir los efectos que la pandemia provocó sobre los ingresos de hogares en situación de vulnerabilidad económica. Precisamente, esta política cubrió a quienes contaban con trabajos precarios e inestables, suspendidos durante el aislamiento estricto. Esta acción estatal garantizó el ingreso económico en estos hogares, lo que dio lugar a que los beneficiarios invirtieran en la gestión de despensas barriales, aumentando de esta forma la oferta de variedad de frutas y verduras.

Por otro lado, las madres también refirieron que algunos negocios optaron por nuevas formas de venta a causa de las restricciones mencionadas. Por ejemplo, se habilitaron opciones de comprar por páginas web o bien a través de catálogos en redes sociales para acceder a un delivery y que los pedidos lleguen directamente a las casas, evitando así la circulación de civiles por las calles.

Las entrevistadas coincidieron en que, ante el riesgo de salir debido al aumento exponencial de casos de COVID-19, se

⁶ Decreto de Necesidad y Urgencia 310/2020

inclinaron al servicio de delivery para resguardar el estado de salud de sus respectivas familias. Sin embargo, esto no fue una práctica de aplicación diaria debido al valor agregado del envío, por lo que, al poco tiempo, la mayoría prefirió realizar ellas mismas las compras o recurrir a preparaciones caseras.

Otra de las dimensiones de la SA que suele verse afectada durante las crisis socioeconómicas es el acceso económico de los alimentos y la capacidad de compra de las familias. Cuando esta dimensión se ve amenazada, compromete la cantidad y calidad de alimentos que ingresan a los hogares promoviendo una alimentación insuficiente en cantidad y/o nutrientes.

Al respecto, las madres entrevistadas no refirieron que atravesaran situaciones de tal magnitud en sus hogares, ni siquiera en los meses donde experimentaron una mayor demanda debido al aumento de la ingesta mencionado como una de las modificaciones aparejadas al aislamiento estricto.

Sin embargo, los relatos reconocen que la situación económica de otros hogares se encontraba en peligro incidiendo en una creciente vulnerabilidad alimentaria.

“Yo pensaba en esa gente que trabaja con el día a día, como los vendedores ambulantes, y decía: somos unos bendecidos realmente, de poder tener un plato de comida y que sigamos recibiendo un sueldo. Así que, en nuestro caso, por suerte, no sucedió que nos quedáramos sin comer.” 26 años, madre.

“En mi caso tampoco nos quedamos sin comer, porque mis papás siguieron trabajando. Bueno, en realidad no, pero les seguían pagando. Porque mi papá es mayor y mi mamá es jubilada. Y yo, en mi caso, hago manicura. Y en la pandemia empecé a trabajar cuando se pudo y con todos los cuidados, me ponía máscara, barbijo, de acuerdo con el protocolo. Y, además, vendía productos de higiene y llevaba a domicilio, tenía el permiso que podía seguir trabajando”. 24 años, madre.

Se conformó un discurso compartido caracterizado por la toma de conciencia de privilegios de clase que, a su vez, fue caracterizada como “tener suerte” y relacionada con la

posibilidad de contar con trabajos estables aún remunerados, que otros miembros de la familia contaran con sus respectivas jubilaciones o la posibilidad de diversificar los ingresos del hogar.

Estrategias alimentarias de afrontamiento: gestión de la compra y estrategias heredadas que permiten un mayor rendimiento alimentario

Frente a los obstáculos mencionados, las familias elaboraron diferentes estrategias que garantizaron la supervivencia dentro de los hogares. La aplicación de estas estrategias se encontraba condicionada tanto por la posesión de recursos económicos y materiales como por los saberes, la solidaridad y la experiencia de los sujetos. Asimismo, entraron en juego acciones solidarias como la conformación de redes de ayuda destinadas a aquellos familiares o vecinos en situaciones de riesgo social.

“Pero era angustiante pensar, porque también tuve familiares que se quedaron sin trabajo, así que tuve que ayudarlos con mercadería y

cosas. Hubo un momento en donde se brindó ayuda y apoyo”. 25 años, madre.

Sobre la gestión de recursos económicos dentro del hogar, surgieron estrategias de compra cuyo objetivo era una selección alimentaria más económica, es decir, inversiones que garanticen una mayor cantidad de alimentos obtenidos a menor costo. Esto se vio acompañado de la preferencia por adquirir alimentos en ferias mayoristas y no en los negocios del barrio, ya que los precios de estos últimos se encontraban más elevados. Paradójicamente, esta la compra por mayor sólo se hace posible si se cuenta con cierta cantidad de efectivo en el momento, por lo que se conformaban las redes de familiares para realizar el pago y luego repartirse los víveres, disminuyendo la inversión de cada parte involucrada.

“Empecé a decir “no, no vamos a esta verdulería o vamos a la otra porque tiene precios más económicos o vamos al super porque hoy tengo descuento del Club Personal (telefonía móvil)” o cosas así, siempre tratando con criterio económico las cosas”. 25 años, madre.

“En mi caso mi mamá es la que iba a comprar al mayorista, paquetes de fideos, arroz, compraba cajones de verduras y repartía entre mi abuela, a mí. Compraba cajones y repartía. Compraba en cantidad y ahora igual lo sigue haciendo porque sale más barato también”. 27 años, madre.

Asimismo, ciertos productos alimentarios como los lácteos que se caracterizan por su costo elevado se compraron en mayor cantidad cuando se presentaba la oferta. Sin embargo, algunos de esos productos de marcas específicas resultarían irremplazables debido a que los miembros del hogar notaban la diferencia en cuanto al sabor o consistencia y, a veces, debido a esto no los consumían.

“En el tema de la leche si es como que siempre compro de esa marca, digamos, no es que me mido en eso, por ahí puede ser que te busque en que super está más barato, o en cuál hay ofertas...pero ahí no voy cambiando de marca porque si por ahí si compraba otra marca mi hijo no me la tomaba”. 24 años, madre

“Yo por ejemplo si hago el sacrificio de, por ejemplo, el queso si me parece súper caro, entonces cuando veía que estaba en oferta compraba un pedazo grande. También me pasaba con el yogur, siempre hablo del yogur porque ella (hija) es fanática del yogur, la leche no le gusta tanto, entonces cuando yo veía que estaba en oferta trataba de comprar más yogur y así”. 25 años, madre.

Para enfrentar el aislamiento estricto y con la finalidad de sacar el mayor provecho a las compras realizadas, una de las madres mencionó que pusieron en práctica enseñanzas de las abuelas para poder conservar alimentos, como también “trucos” para que alcance la comida para todo el grupo familiar, conformando prácticas para optimizar el consumo y conservación alimentaria. Así, se revivieron recetas elaboradas que implicaban dedicación y tiempo, ahora disponible, para prepararlas.

“Yo tenía mi abuela que me enseñaba, digamos, esos truquitos de cocina, entonces por ahí ella me decía, no sé, “comprate dos kilos de tomate

guardalos, cocinalos así, los frizás en esta cantidad, ya los tenés guardados”, que sé yo, “con la acelga guardala de esta forma para usarla en ensalada, o cocinala y ya tenés para hacer una tartita, una tortilla”, entonces como que todas esas cosas me fui acordado, digamos, de cómo guardaba ella o como aprovechaba”. 27 años, madre.

Cabe mencionar que, si bien la gran mayoría de las estrategias de compra rescatadas de los discursos no surgieron específicamente durante el aislamiento estricto, sino que ya se implementaban habitualmente en las familias estudiadas, se volvieron prácticas de consumo más consciente al percibirse amenazada la disponibilidad y el acceso alimentario.

Discusión

Los efectos en los hábitos y comportamientos alimentarios que se dieron a partir del aislamiento estricto por la pandemia de COVID-19 en la ciudad de San Salvador de Jujuy, Argentina, comprendieron tanto cambios como continuidades e incluso

reforzamiento de algunas costumbres dejadas de lado debido a la cotidianidad que se maneja en la actualidad, donde se deben cumplir con horarios de trabajo y estudio que rara vez coinciden en el grupo familiar, dificultando prácticas compartidas.

Esta cotidianidad acelerada se vio interrumpida por unos meses dando lugar a una permanencia prolongada en el hogar, factor decisivo al momento de planificar aquello relacionado con la práctica alimentaria. De esta forma, se favorecieron entornos de colaboración donde cada uno de los miembros del hogar asumieron, acorde a sus posibilidades, diferentes tareas como las compras y limpieza de víveres, la elaboración del menú diario y la preparación del mismo, posibilitando comensalidades familiares.

Asimismo, se presentaron variaciones en el consumo de alimentos y productos alimentarios, ya sea en mayor o menor medida, determinado por estados de aburrimiento, ansiedad o estrés como consecuencia del encierro. Al respecto, diferentes autores a lo largo de Latinoamérica resaltan que estas emociones, además de la preocupación o el temor, pudieron contribuir a aumentar el consumo de alimentos en

cantidad, variedad y frecuencia, promoviendo dietas calificadas como poco saludables (ricas en grasas saturadas e hidratos de carbono refinados). Al contrario de las comensalidades familiares reforzadas en los hogares indagados, en otras investigaciones el deseo de saciar estos “antojos” más bien atrajo patrones alimentarios irregulares. (Vergara-Castañeda, et al, 2020) (Bejarano-Roncancio, et al, 2020)

Sobre la selección alimentaria, la prevalencia de comidas caseras por sobre las llamadas comidas chatarra significó cambios beneficiosos para las participantes de la investigación, identificando representaciones de la alimentación relacionadas con procesos de salud/enfermedad y, en menor medida, la imagen corporal, donde la aparición de ganancia excesiva de peso se vio relacionada al sedentarismo y a la autopercepción del peso corporal. Además, se asoció el consumo de frutas, verduras y lácteos con mejores estados de salud, contraindicando los alimentos ricos en hidratos de carbono simples o grasas. Del mismo modo, Vergara-Castañeda y otros (2020) y Bejarano-Roncancio y otros (2020) resaltan que las familias latinoamericanas priorizan el consumo de comidas caseras por sobre comidas preparadas o

para llevar, concentrando la compra en grupos de alimentos altos en proteína, frutas y verduras; seguidos de leche y sus derivados.

Cabe señalar el caso particular de los alimentos de origen lácteo, ya que su adquisición estuvo determinada en gran medida por las representaciones sociales que los atraviesa. Es decir, además de las cualidades organolépticas propias de los productos alimentarios que intervienen en el gusto y preferencias por su consumo, cuando se trata del queso y el yogur, estos son considerados de consumo diario por el valor nutricional que aporta, por ello irremplazables. De esta forma, prima el aporte de nutrientes por sobre el gasto económico.

Por otro lado, las medidas nacionales y provinciales destinadas a aplacar la expansión de la pandemia repercutieron en el funcionamiento habitual de despensas, mercados barriales y supermercados, impactando en los modos en que estas familias accedían a los alimentos. Factores como el aislamiento estricto, la pérdida de empleo, los bajos salarios, la falta de información en nutrición, el alto costo de los alimentos y la mala calidad de los más accesibles empeorarían el escenario de IA en segmentos de la población con ingresos

basados en la economía informal y aquellos que viven en algún grado pobreza. Por ello, en diferentes hogares se presentó una preocupación constante por quedarse sin alimentos debido a la falta de recursos o restricciones en el acceso (Vergara-Castañeda, et al, 2020), (Melgar-Quíñonez, et al, 2003), (Bejarano-Roncancio, et al, 2020)

Si bien en los grupos de discusión se reconoció el peligro latente que trajo la crisis epidemiológica y socioeconómica, los hogares indagados se vieron con posibilidades de sobrellevar aquellos obstáculos y barreras que pudieran amenazar su SAF principalmente por contar con una diversidad de fuentes económicas estables. En este sentido, las madres no señalaron una disminución en la oferta de alimentos, pero sí se mencionaron dificultades físicas en cuanto a su acceso.

Frente a estos obstáculos experimentados, las familias elaboraron diferentes estrategias que garantizaron su supervivencia. La gestión de los recursos económicos del hogar se adecuó hacia una selección alimentaria más económica, buscando locales con precios disminuidos, ofertas o prefiriendo compras mayoristas comunitarias, dando lugar a la conformación de redes de ayuda. Del mismo modo, en otras

investigaciones las estrategias que más se adoptaron para enfrentar la IA fueron aquellas referidas a la compra de alimentos baratos, la implementación de prácticas para optimizar su consumo y conservación, y acudir al apoyo de familiares y amigos (Melgar-Quíñonez, et al, 2003)

Al respecto, Vergara-Castañeda, y otros (2020) señalan que la planificación junto con la incorporación de una mayor cantidad de preparaciones caseras, así como la implementación de nuevas técnicas culinarias y la búsqueda de alimentos más saludables y seguros como consecuencia de la conciencia generada en torno al virus fueron prácticas comunes en familias de diferentes regiones. Cabe señalar que, si bien estas estrategias no son exclusivas del aislamiento estricto, su implementación se realizó de forma más consciente debido a la creciente vulnerabilidad alimentaria a la que se encontraron sometidas, sino sus propias familias, las de terceros.

Sobre las estrategias de afrontamiento que buscan garantizar el consumo alimentario, se rescata la puesta en práctica de enseñanzas heredadas de las abuelas para poder aprovechar los alimentos. En este sentido, ciertos comportamientos y

costumbres evidenciaron el papel social de la mujer/madre dentro del hogar como la responsable del hecho alimentario y el cuidado del grupo familiar.

A pesar de los fuertes cambios en la cotidianidad generados por situaciones tan extremas como emergencias sociosanitarias causadas por pandemias globales, todavía prevalecen modos de vivir determinados por el sexo de las personas. Al respecto, Melgar-Quíñonez y otros (2003) resaltan que en algunos hogares la distribución intrafamiliar inequitativa de los alimentos, en detrimento de la mujer, se ejerce constantemente priorizando la alimentación de los niños, el padre de familia y enfermos o ancianos en este orden. Esta situación no apareció en los grupos de discusión realizados.

Se podría pensar que, aunque en la actualidad estos valores y representaciones asociados al género se encuentran en constante conflicto, se ven profundamente arraigados en la sociedad determinando en cierta medida actitudes frente al complejo de la alimentación humana.

Aunque las estrategias observadas no son exclusivas del aislamiento estricto, su implementación se realizó de forma más reflexiva ya que la pandemia puso en riesgo la SAF. Se podría pensar que quizás las estrategias serían diferentes en hogares que efectivamente presenten grados de IA. Entonces, las características socioeconómicas de las familias indagadas podrían representar un factor limitante en cuanto a la obtención de información en referencia a los obstáculos experimentados y las estrategias adoptadas.

Conclusiones

Los grupos de discusión, ya sea presenciales o virtuales, representan una herramienta útil para explorar percepciones de seguridad/inseguridad alimentaria familiar. Un abordaje cualitativo provee información no disponible a través de otras técnicas de investigación, permitiendo conocer cambios y continuidades en hábitos alimentarios surgidos a raíz de medidas sociosanitarias implementadas durante la pandemia de COVID-19, los obstáculos y barreras experimentados en primera persona y observados en terceros y las estrategias que se reforzaron a durante los meses de aislamiento estricto. El análisis de la información refleja un entramado relacional

que da cuenta de la complejidad de la alimentación como objeto de estudio.

Estudiar el comportamiento alimentario en diferentes contextos es preciso para profundizar el análisis de las problemáticas asociadas a la SA en un nivel micro, así como buscar comprender a la selección y consumo de alimentos como prácticas mediadas no sólo por cuestiones de gustos y el estado de ánimo, sino por los roles de género y los estilos de vida a nivel personal y social, en entornos donde la garantía de disponibilidad física y económica recae en acciones del Estado.

Si bien la pandemia por COVID-19 determinó modificaciones en los estilos de vida a nivel mundial, los sujetos involucrados en esta investigación supieron sobreponerse a las adversidades generando redes de apoyo y practicando valores como la solidaridad y la unidad, e incluso adoptando nuevas formas de comer caracterizadas como “más conscientes, sanas y balanceadas”. Pretender el mantenimiento de estas nuevas prácticas de cuidado de la salud general y valores familiares da cuenta de aprendizajes y actitudes resilientes frente a situaciones de crisis.

Esta investigación buscó brindar un análisis, desde un enfoque cualitativo, que motive a indagar sobre prácticas y hábitos, conocimientos y valoraciones referidos a la alimentación en general y a la SAF en particular, considerando diferentes contextos socioculturales.

Agradecimientos

Al DASS UCSE por generar un espacio que permite y favorece la práctica de la investigación en entornos académicos. A la Prosecretaría de Investigación por promover la participación en los proyectos de investigación Inter cátedra. A las estudiantes de la carrera de la Licenciatura en Nutrición por animarse a dar sus primeros pasos en la investigación.

Referencias bibliográficas

Accosatto, R., Baiardi, N., Krause, O., Piccolo, A. L., Pinti, J., Rodriguez, M., Tapia Serrano, M. (2013). Estrategias de producción y reproducción familiar de vida en los sectores populares del Gran Mendoza. Instituto de Investigaciones en Humanidades y Ciencias Sociales. Mendoza, Argentina

Arboleda, L. M. (2008). El grupo de discusión como aproximación metodológica en investigaciones cualitativas. Revista Facultad Nacional de Salud Pública. 26(1), 69-77 (U. d. Antioquia, Ed.)

Barbour, R. (2013). Los grupos de discusión en Investigación Cualitativa. (1). Ediciones Morata S.L.

Bejarano Roncancio, J. J., Samacá Murcia, L., Morales Salcedo, I. S., Pava Cárdenas, A., Cáceres Jeréz, M., & Durán Agüero, S. (2020). Caracterización de la seguridad alimentaria en familias

colombianas durante el confinamiento por COVID-19. Revista Española de Nutrición Comunitaria, 26(4), 235-241.

Comité Operativo de Emergencias (2020, abril 27). Esquema de circulación teniendo en cuenta la terminación del documento. <http://coe.jujuy.gob.ar/noticias/122>

Comité Científico de la ELCSA. (2012). Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA): Manual de uso y aplicaciones. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO).

Couceiro, M. E., Cabianca, G. D., Contreras, N. B., & Zimmer Sarmiento, M. D. (2017). Inseguridad Alimentaria Familiar. Una incoherencia entre el derecho y la realidad. Mundo Gráfico Impresiones.

FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF. (2021). El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2021: Transformación de los sistemas alimentarios en aras de la seguridad alimentaria, una nutrición mejorada y dietas asequibles y saludables para todos. FAO. <https://openknowledge.fao.org/handle/20.500.14283/cb4474es>

FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF. (2023). La Seguridad Alimentaria y la Nutrición en el mundo. Urbanización, transformación de los sistemas agroalimentarios y dietas saludables a lo largo del continuo rural-urbano. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. <https://doi.org/10.4060/cc3017es>

FAO, FIDA, PMA. (2021). Enfoque de género transformadores para la Seguridad Alimentaria, la mejora de la nutrición y la agricultura sostenible - Compendio de 15 buenas prácticas. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. <https://doi.org/10.4060/cb1331es>

Gobierno de la Nación Argentina. (2020). <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/medidas-gobierno>

Guber, R. (2004). El salvaje metropolitano. Reconstrucción del conocimiento social en el trabajo de campo. Paidós.

La Nación. (2020, marzo 21). Supermercados: a partir de hoy cerrarán a las 20 por la cuarentena. <https://www.lanacion.com.ar/economia/supermercados-ahora-cerraran-20-hs-nid2346036/>

Melgar-Quíñonez, H., Kaiser, L., Martin, A., Metz, D., & Olivares, A. (2003). Inseguridad Alimentaria en latinos de California: observaciones de grupos focales. Salud Pública de México, 45(3), 198-205.

Oceguera Parra, D. (2003). Percepción popular de la seguridad y el riesgo alimentario. En F. Torres Torres (Coord.) Seguridad alimentaria: seguridad nacional (nº1, pp. 247-265). Plaza y Valdés.

Oceguera Parra, D., & Esparza Serra, L. (2009). Significados de la seguridad y el riesgo alimentarios entre indígenas Purhépechas de México. Desacatos: revista de Antropología Social. (31), 115-136.

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (2019). Preguntas frecuentes: pandemia del COVID-19, su impacto en la alimentación y la agricultura. <http://www.fao.org/2019-ncov/q-and-a/impact-on-food-and-agriculture/es/>

Programa Especial para la Seguridad Alimentaria. (2011) Componente de Coordinación Regional. (3era Edición). <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/f1bb882a-b059-4368-9022-c70840d77ce5/content>

Vergara-Castañeda, A., Lobato-Lastiti, M. F., Díaz-Gay, M., & Ayala-Moreno, M. d. (2020). Cambios en el comportamiento alimentario en la era del COVID-19. *Revista Latinoamericana De Investigación Social*, 3(1), 27–30.

3 CAPÍTULO

**La complejidad de las prácticas
alimentarias. Una mirada actual
desde la seguridad alimentaria
y nutricional**

Jorge Luis Vera

LA COMPLEJIDAD DE LAS PRÁCTICAS ALIMENTARIAS. UNA MIRADA ACTUAL DESDE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL

Jorge Luis Vera¹

Introducción

La alimentación en la vida cotidiana parece un hecho natural, cuando en realidad es una práctica social naturalizada. Por un lado, se come a lo largo del día, desde que nos levantamos hasta antes de dormir, los alimentos se distribuyen culturalmente en cuatro comidas principales (desayuno,

¹ Gabinete de Investigación en Ciencias de la Nutrición (DASS UCSE)
jorgeluis.vera@ucse.edu.ar

almuerzo, merienda y cena), algunas colaciones (media mañana y media tarde) y picoteos.

Por otro lado, se come a lo largo de la vida, desde el vientre materno, el feto utiliza los nutrientes que ingiere la madre para la formación de los órganos y tejidos y la energía para el funcionamiento de los mismos. Luego del nacimiento, la ingesta de lactancia humana aparece como un alimento fundamental para el crecimiento y desarrollo. A partir de los 6 meses, se sugiere el inicio de la ingesta progresiva de los alimentos que culturalmente se denomina comida, hasta lograr la inclusión plena en la mesa familiar. En este acto cotidiano del comer es donde nace la necesidad de estudiar a las prácticas alimentarias humanas como un hecho complejo que involucra desde los procesos de producción de alimentos hasta el consumo y utilización biológica de los mismos.

Para comprender esta complejidad, Aguirre (2004), propone una serie de elementos que explicarían el por qué la gente come lo que come. Estos elementos hacen a la complejidad de las prácticas alimentarias y son de carácter biológico, ecológico-demográfico, tecnológico-económico, socio-político y cultural.

El ser humano como un ser biológico. El hambre y la utilización biológica de los alimentos.

La mirada biologicista de la alimentación hace referencia a las necesidades biológicas de materia y energía que el organismo necesita para su funcionamiento. El organismo humano está compuesto por los mismos elementos químicos que los alimentos, básicamente carbono, hidrogeno, oxígeno y nitrógeno, además de calcio, fosforo, potasio, sodio, azufre, cloro y magnesio. A esto se suman otros elementos trazas, es decir aquellos que se presentan en menor cantidad. Esto resulta interesante cuando se dice que “somos lo que comemos”, desde el punto de vista biológico, hace referencia a estos elementos químicos. Somos lo que comemos porque el ser humano está formado por los mismos elementos químicos constitutivos de los alimentos, tanto de origen animal, vegetal y mineral.

Desde este punto de vista, Aguirre (2004), dice que uno de los usos de los alimentos es el de satisfacer el hambre y nutrir el cuerpo. Al respecto, González et al. (2006), definen al hambre como la motivación que induce a la ingesta de alimentos. Ante

el hambre surgen dos preguntas: ¿Para qué sentimos hambre? Y ¿Por qué sentimos hambre o cómo se genera la sensación de hambre? El para qué remite a respuestas vinculadas a la necesidad de cubrir los requerimientos de nutrientes para sobrevivir, mantener la estructura y funciones celulares, además de proveer la energía necesaria para realizar algún trabajo útil.

El por qué sentimos hambre, puede ser analizado desde el punto de vista biológico y psico-socio-cultural. Interesa en esta dimensión, el origen biológico del hambre. Se han propuesto numerosas teorías al respecto, ante las cuales, los autores adhieren a la teoría del sistema de regulación del hambre y la saciedad. Partiendo de que el ser humano es un organismo heterótrofo, requiere de un sistema bien organizado que regule la ingestión y el balance energético. Es en el hipotálamo donde se integran las vías neuronales que regulan el hambre y la saciedad. El núcleo hipotalámico ventromedial es el centro de la saciedad y el hipotálamo lateral es considerado el centro del hambre. En este sentido, el hambre es regulado por mecanismos neuroendocrinos que continúan siendo estudiados para dar respuestas alternativas al origen de algunas patologías asociadas a las alteraciones de la

alimentación como la obesidad y anorexia. Esto permite pensar en que estas problemáticas de salud podrían ser producto de desequilibrios neurológicos, más que de tipo metabólico.

Mirar a la alimentación desde su dimensión biológica también permite comprender uno de los pilares de la seguridad alimentaria que es la utilización biológica de los alimentos. Ésta se refiere al uso o aprovechamiento biológico de los alimentos por estar asociada a las condiciones de salud de las personas, la prevalencia de enfermedades infecciosas y del saneamiento ambiental, las viviendas, el acceso al agua potable, etc. También influye la educación alimentaria y nutricional, los patrones de consumo alimentario y las practicas culinarias y de consumo que permitan aprovechar todo el potencial nutricional (Urdaneta y González, 2016).

La utilización biológica de los alimentos a nivel poblacional, puede ser estudiada desde el conocimiento del estado nutricional. Así lo hizo Figueroa Pedraza (2004) considerando los factores físicos, genéticos, biológicos, culturales, psico-socio-económicos y ambientales. Esto puede dar lugar a una

ingestión insuficiente o excesiva de nutrientes, o impedir la utilización óptima de los alimentos ingeridos.

Los indicadores que se utilizan con mayor frecuencia son: el porcentaje de niños con bajo peso al nacer, prevalencia de baja estatura para la edad en niños en edad preescolar y escolar, prevalencia de bajo peso para la estatura en niños en edad preescolar y escolar, prevalencia de bajo peso para la edad de niños en edad preescolar y escolar, prevalencia de bajo índice de masa corporal en adultos y adolescentes, prevalencia de baja circunferencia media del brazo en niños, adultos y adolescentes, prevalencia de bajo suero retinol en niños en edad escolar, prevalencia de hemoglobina baja en niños en edad preescolar, mujeres no grávidas y no lactantes y hombres, prevalencia de anemia en mujeres embarazadas de 15 a 49 años y la prevalencia de bocio en escolares.

Para caracterizar el estado nutricional se utilizan los datos antropométricos y los datos bioquímicos con las principales deficiencias de micronutrientes. El trabajo concluye en que los factores que influyen en el estado nutricional impiden la utilización óptima de los alimentos ingeridos generando problemas nutricionales.

Dimensión ecológica-demográfica.

Producción y disponibilidad de alimentos en Argentina.

Esta dimensión hace referencia a la cantidad y calidad de alimentos que se producen en un espacio determinado para abastecer a la población con una determinada calidad de vida (Aguirre, 2004). La producción de alimentos es la actividad económica primaria fundamental de la Argentina, y su fin último es aportar a la mejora alimentaria y nutricional de su población.

En el siglo XX se hablaba de una posible crisis de alimentos debido al crecimiento exponencial de la población, frente a un crecimiento lineal de la producción y disponibilidad de alimentos. Con la aparición de la denominada “revolución verde”, la producción creció a un ritmo similar al de la población mundial. Sin embargo, pese a la producción y disponibilidad, no se alcanza a efectivizar el acceso a los alimentos (Kejsefman y Pesce, 2022).

Argentina es un país productor de alimentos dotada de una gran superficie y condiciones medioambientales aptas para el

cultivo, destacándose así el desarrollo de los sectores agropecuario y agroindustrial. Uno de los principales problemas se refiere a que el alza salarial de los sectores populares viene acompañada de un aumento en el consumo de alimentos, lo cual conforma una buena parte de la canasta exportadora argentina.

Esto se traduce en la caída de los saldos exportables y como consecuencia el alza de los precios que afecta a la accesibilidad de los sectores con mayor vulnerabilidad social y económica (Kejsefman y Pesce, 2022). Dichos autores indagaron acerca de la superficie total del país que es explotada para la producción de alimentos y también aquellos sectores aptos para la producción pero que no son explotados.

Considerando los resultados definitivos del Censo Nacional Agropecuario 2018 (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos [INDEC], 2021), plantean que, Argentina tiene una superficie territorial continental de 2,79 millones de kilómetros cuadrados y las unidades de explotación agropecuaria ocupan el 55,5% de dicha superficie. Cabe destacar que hubo una reducción del 13% a lo largo de los últimos 30 años, pasando de 177,4 millones a 154,8 millones de hectáreas. En cuanto al

territorio apto para la producción pero que no es utilizado, representan un total de 2,26 millones de hectáreas. Las cinco provincias con mayor disponibilidad son Buenos Aires, La Pampa, Mendoza, Salta y Córdoba, concentrando un 54% del total apto no utilizado.

En este sentido, el INDEC informa los datos provenientes del Ministerio de Agricultura, Ganadería y Pesca 2020-2021 respecto a la producción de alimentos de mayor escala y más significativos. En cuanto a los cereales, la producción total fue de 87.627 toneladas, destacándose el maíz, trigo, cebada cervecera, sorgo granífero, arroz, avena y centeno. La producción de oleaginosas en el periodo 2020-2021 fue de 50.755 toneladas, representado por la soja, el girasol, maní y lino.

En cuanto a la producción ganadera en el año 2021, se destaca la carne vacuna, porcina, ovina y aviar de los establecimientos con habilitación del Servicio Nacional de Sanidad y Calidad Agroalimentaria (SENASA). Dicha producción se destina para la exportación y el consumo interno. En cuanto a la producción de leche, fue de 11.553 millones de litros, destinados en parte para la elaboración de productos lácteos, de leche fluida y

consumo informal que no pasa por el circuito industrial formal (INDEC, 2021). Este panorama general acerca de la dimensión ecológica de la alimentación nos acerca al componente de disponibilidad de la seguridad alimentaria.

Panorama demográfico y económico.

Calidad de vida y accesibilidad a los alimentos.

En este contexto de disponibilidad de alimentos, es importante conocer la dimensión demográfica de las prácticas alimentarias y algunos indicadores socioeconómicos. Según los resultados definitivos del INDEC (2022), la población total del país es de 46.234.830 habitantes, de los cuales, 811.611 habitan la provincia de Jujuy, representando el 1,76%.

El acceso económico a los alimentos viene dado por los ingresos económicos de los hogares. El INDEC (2020), elaboro un informe de ingresos en base a la Encuesta Nacional de Gastos de los Hogares 2017-2018. Estos ingresos pueden ser de origen laboral o no laborales como pensiones, jubilaciones, Asignación Universal por Hijo, rentas, etc. Al respecto, el 76,2 % de los ingresos son de origen laboral, en tanto, el 23,8%

corresponde a ingresos de tipo no laboral. La región de la Patagonia y el Gran Buenos Aires perciben mayores ingresos en relación a las regiones del Noroeste y Noreste. Respecto al índice de salario, en septiembre del 2023 se incrementó un 11,7% que hace un total interanual de 132%. El sector privado incremento un 13,2%, el público un 11% y el sector privado no registrado un 7,5% (INDEC, 2023).

Además de los ingresos económicos en el hogar, es importante conocer el índice de precios al consumidor. En el mes de octubre del 2023, tuvo un alza de 8,3%, y acumulo una variación anual de 120%. Los alimentos y bebidas no alcohólicas tuvieron un incremento de 7,7% con mayor impacto en las carnes y derivados, pan, y cereales, leche, productos lácteos y huevos (INDEC, 2023). Respecto a San Salvador de Jujuy, se registró una variación mensual de 5,7% en alimentos y bebidas (Dirección Provincial de Estadística y Censos, 2023).

El índice de salario y el índice de precios al consumidor condicionan la calidad de vida de la población argentina. Al respecto, el INDEC (2016) define la línea de pobreza e indigencia de acuerdo a la canasta básica total (CBT) y la

canasta básica alimentaria (CBA). La CBT incluye la CBA más los bienes y servicios no alimentarios como la vestimenta, transporte, educación, salud, etc. Por su parte, la CBA se refiere al conjunto de alimentos que satisfacen ciertos requerimientos nutricionales considerando el patrón de consumo alimentario de la población argentina. Para su cálculo se consideran los requerimientos normativos calóricos y proteicos para que un varón adulto de 30 a 60 años, con actividad moderada, cubra sus necesidades. Ante las diferencias de edad, sexo y actividad, se toma como unidad de referencia el requerimiento calórico de 2750 kcal. correspondiente a un varón adulto y se establecen relaciones en función del sexo y la edad a través de una tabla de equivalencia.

En este sentido, los hogares que no cuenten con ingresos para cubrir la CBT, pero sí la CBA están bajo la línea de pobreza, y quienes no lleguen a cubrir la CBA están bajo la línea de indigencia. Según el INDEC (2023), la variación mensual de la CBA en el mes de octubre del 2023 fue de 8,6%, mientras que la CBT de 8,1%. En términos interanuales, las variaciones de la CBA fueron de 139% y la CBT de 126,4%. En San Salvador de Jujuy, la variación mensual al mes de octubre del 2023 fue de

3,2% para la CBTA y de 3,6% la CBT. La variación interanual fue de 149,1% para la CBA y de 142,7% para la CBT (Dirección Provincial de Estadística y Censo, 2023)

Según el INDEC (2023), un hogar de tres integrantes necesitó un ingreso de \$274.895 para no ser pobre y \$127.858 para no estar bajo la línea de indigencia. De igual manera, un hogar de 4 integrantes necesito \$345.295 para no ser pobre y \$160.603 para cubrir la CBA. Finalmente, un hogar de 5 integrantes necesito \$363.175 para no ser pobre y \$168.919 para no caer bajo la línea de indigencia. En Jujuy, un hogar de tres miembros, en octubre del 2023, necesito \$241.579, para no ser pobre. Un hogar de dos miembros necesito \$305.934 y un hogar de cinco miembros, \$332.666 para no ser pobre (Dirección Provincial de Estadística y Censo, 2023). Entonces, según el INDEC (2023), en el primer semestre del 2023, tomando como muestra 31 aglomerados urbanos, el porcentaje de hogares por debajo de la línea de pobreza alcanzo el 29,6%, en ellos reside el 40,1% de la población del país. Dentro del mismo, un 6,8% de los hogares están por debajo de la línea de indigencia, representando al 9,3% de la población. Es decir que, 11.769.747 personas son pobres y 2.724.942 son indigentes.

Retomando la dimensión ecológica y demográfica de la alimentación, ambas interpelan los elementos teóricos de la seguridad alimentaria, específicamente la disponibilidad y accesibilidad. Figueroa Pedraza (2005), estudió la disponibilidad de alimentos como un factor determinante de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones. Al respecto plantea que la disponibilidad depende de la producción agropecuaria, de las políticas comerciales, del volumen de las importaciones y exportaciones, de los precios internacionales y la disponibilidad de ayuda alimentaria. Sostiene que los indicadores de la disponibilidad de alimentos se elaboran con los datos de las hojas de balance de alimentos diseñado por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura (FAO) donde se cuantifica la relación de oferta y demanda. Sin embargo tales hojas no ofrecen información sobre la equidad, o desigualdad en la distribución del consumo de alimentos. El trabajo concluye en que, en términos generales, la disponibilidad de alimentos no es un problema, tampoco la suficiencia, estabilidad y autonomía del sistema alimentario. La sustentabilidad sí aparece como comprometida, relacionándose con la exclusión social y la falta de derechos. La inequidad es el principal factor adverso del sistema alimentario.

En cuanto a la accesibilidad, Figueroa Pedraza (2005), se refiere a la capacidad de las personas para comprar alimentos disponibles. El problema de la seguridad alimentaria no es la disponibilidad, sino la posibilidad de poder comprar alimentos en cantidades suficientes para poder disfrutar de una alimentación adecuada. La carencia de acceso puede ser económica o física. Para medir se utiliza la canasta de alimentos realizada según las necesidades alimentarias básicas, el acceso real a los alimentos y los hábitos alimentarios predominantes. Es decir que, deben basarse en aspectos económicos, culturales y nutricionales. El conocimiento y análisis del acceso real a los alimentos permite determinar los niveles de desnutrición y conocer sus causas. Los índices más conocidos de accesibilidad son: el costo de una canasta básica con relación al salario mínimo, el valor de los productos básicos y de una canasta en términos de horas de trabajo equivalentes, remuneradas al salario mínimo, el porcentaje de gastos en alimentos en relación con los gastos totales, el porcentaje de gastos destinados a los alimentos en relación con el ingreso familiar, el régimen alimenticio y la elección de alimentos, el índice de precios al consumidor, tasas de empleo y subempleo, identificación de la línea de pobreza y la población en esa situación. El trabajo concluye en

que las dificultades de acceso a una alimentación nutricionalmente adecuada a escala familiar, está relacionada al desempleo, subempleo, bajos salarios, dificultad de acceso a la tierra para producir alimentos.

Parte de esta situación se ve reflejada en el estado nutricional de la población y en el cambio del patrón alimentario de consumo. Según la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS), del 2019, plantea que hubo un cambio en el patrón de consumo alimentario de los argentinos. La energía proveniente de productos alimentarios ultraprocesados aumento a más de la mitad. Esto se debe a factores sociales, económicos ambientales y demográficos, además de los intereses de la industria alimentaria, en donde la comida se vuelve una mercancía, buena para vender pero no para comer. En este contexto, la malnutrición se presenta por exceso y déficit asociado a la pobreza. Retomando la utilización biológica de los alimentos, las ENNyS destacan que la población menor a 5 años con bajo peso y emaciación fue del 1,7% y el 1,6%, la baja talla del 7,9% y el sobrepeso y la obesidad 13,6%, de los cuales el 10% presento sobrepeso y el 3,6% obesidad. En cuanto a la población de 5 a 17 años, el 1,4% presento delgadez, el 3,7% tuvo baja talla y el sobrepeso y la

obesidad, estuvo representado por el 41,1%, de los cuales el 20,7% presento sobrepeso y el 20,4% obesidad. Finalmente la población adulta de 18 años y más, el exceso de peso estuvo presente en el 67,9%, de los cuales el 34% presento sobrepeso y el 33,9% obesidad. No basta con tener disponibilidad de alimentos, la accesibilidad se vuelve un factor clave. Se puede tener acceso a los alimentos, pero estos pueden ser de baja calidad nutricional, por lo que no habría una utilización biológica óptima de los mismos. Esto se traduce en una malnutrición por exceso de alimentos calóricos carentes de nutrientes, y un déficit de nutrientes esenciales para el organismo.

Dimensión socio-política para la accesibilidad a los alimentos

Aguirre (2004) sostiene que esta dimensión se refiere a las relaciones que condicionan el acceso a los alimentos, sea a través de los mecanismos de compra en el mercado, asistencia del Estado mediante políticas asistenciales, o redes de apoyo mutuo. En cuanto a la asistencia por parte del Estado, en Argentina se creó el Plan Nacional de Seguridad Alimentaria en el año 2003 en respuesta a la crisis económica y social del

2001. Dicho plan buscaba hacer frente a la situación de inseguridad alimentaria que afectaba a gran parte de la población en ese entonces. El objetivo que tiene es “posibilitar el acceso de la población en situación de vulnerabilidad social a una alimentación complementaria, suficiente y acorde a las particularidades y costumbres de cada región del país” (Consejo Nacional de Coordinación de Políticas Sociales, 2020, p. 7). Para cumplir con este objetivo, el plan se operacionaliza en diferentes componentes y prestaciones que son las tarjetas alimentarias, los comedores escolares, la asistencia alimentaria directa, el abordaje comunitario, el apoyo alimentario a Organizaciones Comunitarias como los merenderos, el Pro-Huerta, la tarjeta alimentar y algunos proyectos especiales. Los destinatarios son los niños y niñas de hasta 14 años de edad, embarazadas, discapacitados y adultos desde los 70 años en condiciones socialmente desfavorable y de vulnerabilidad nutricional. El Consejo Nacional de Coordinación de Políticas Sociales (2020), realizo un reporte de monitoreo del Plan Nacional de Seguridad Alimentaria. En el 4º trimestre del 2019 hubo un total de 1.088.428 titulares de la tarjeta magnética. Respecto a los módulos alimentarios se registraron 68.749 titulares en las provincias de Jujuy, San Luis y Formosa. La población escolar también es beneficiaria a

través de la implementación de los comedores, en el 2019 se contabilizaron 18.496 escuelas bajo convenio para ser beneficiarios de subsidios para refuerzo alimentario. Esto alcanza a una población escolar de 3.059.338 estudiantes. Cada provincia adecúa el manejo según sus necesidades. En cuanto al abordaje comunitario, se financiaron 1.161 comedores a los que asisten a 223.293 personas.

En el año 2019 se creó el Plan Argentina contra el Hambre, que complementa al Plan Nacional de Seguridad Alimentaria. Tiene como objetivo general garantizar la seguridad y la soberanía alimentaria en toda la población argentina, especialmente a los sectores de mayor vulnerabilidad social y económica (Ministerio de Desarrollo Social, 2021). Entre los destinatarios se priorizan a hogares con titulares de la Asignación Universal por Hijo con niños y niñas hasta los 14 años, mujeres embarazadas y personas con discapacidad, madres con 7 hijos o más que perciben alguna pensión no contributiva. En este sentido, los componente de dicho plan integra la seguridad alimentaria, la asistencia alimentaria en situaciones críticas y/o de emergencia, apoyo a la producción y comercialización de alimentos, fortalecimientos de redes comunitarias, el monitoreo y evaluación. En relación al Plan

Nacional de Seguridad Alimentaria, se sostienen algunas prestaciones como la tarjeta Alimentar, que en el cierre del primer semestre del 2021, se acreditaron 2.320.569 titulares, que alcanzan un total de 3.885.487 personas, entre ellas, 3.727.560 hijos e hijas, 109.395 embarazadas y 48.532 hijos e hijas con discapacidad. En cuanto a los comedores escolares, se realizó un refuerzo nutricional a partir de la actualización de los montos de las prestaciones. En el caso de los comedores y merenderos comunitarios, el apoyo es de tipo económico y técnico a 4.800 organizaciones que prestan servicio de manera regular, alcanzando un total de 593.000 personas en situación de pobreza y vulnerabilidad social. Por otro lado, una de las prestaciones que brinda este plan es la asistencia alimentaria en situaciones críticas y/o de emergencia. Esto se da a partir de proyectos especiales como poblaciones focalizadas (familias de pueblos originarios en situación de vulnerabilidad social, proyectos para personas con enfermedad celiaca, entre otros). Así mismo, se crearon prestaciones para situaciones de emergencia económica y sanitaria como los módulos COVID, que financiaba alimentos frescos y secos mediante la entrega de módulos alimentarios para familias en situación de vulnerabilidad social. A esto se sumó la transferencia para alimentos y elementos de higiene. Por otro lado, se realizó

apoyo a la producción y comercialización de alimentos mediante el programa Pro-Huerta, implementado junto con el Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria, quien promueve prácticas productivas agroecológicas para el autoabastecimiento, la educación alimentaria, la promoción de ferias y mercados alternativos. Para ello se implementaron huertas comunitarias, escolares y familiares. Se realizan entrega de semillas y animales de granja con fines productivos a pequeña escala. También se crearon mercados de cercanía que buscan fortalecer la soberanía alimentaria mediante la producción y comercialización de alimentos de la economía solidaria, social y popular, el cooperativismo y la agricultura familiar. Por último, se creó el programa Sembrar Soberanía Alimentaria, que busca generar proyectos productivos agroecológicos a partir de la organización de redes de productores y distribuidores de alimentos para el abastecimiento local y regional. Para ello se destina fondos para inversión en maquinarias, herramientas, insumos, acondicionamiento de espacios productivos, distribución, capacitación, asistencia técnica y logística. Todos estos componentes y prestaciones son monitoreados y evaluados por el Observatorio de Lucha contra el Hambre, integrado por

universidades, institutos de investigación y otras organizaciones (Ministerio de Desarrollo Social, 2022).

Dimensión cultural. Una mirada de las prácticas alimentarias en el contexto de la vida cotidiana

Para Aguirre (2004) la dimensión cultural de la alimentación se refiere a los sistemas prácticos de clasificación que indican lo que es comida para una determinada sociedad en un tiempo dado. Lo que para algunos es comida, para otros no lo es, más allá de su composición nutricional. Además se refiere a las prácticas alimentarias en términos de qué, cuándo y con quién se debe comer o cómo se debe comer ciertos alimentos según la edad, clase económica y género, entre otros aspectos sociales. En este sentido, la autora refiere a que el aspecto cultural de la alimentación ha terminado condicionando la necesidad biológica de hacerlo. Por ello, identifico que a nivel mundial, hay mayores usos sociales de los alimentos como por ejemplo iniciar y mantener relaciones personales, expresar amor y cariño, individualidad, distinción de un grupo, status social, manifestar emociones, piedad, devoción, entre otros. El uso biológico se reduce a la satisfacción del hambre y

brindar energía y materia al organismo para su funcionamiento o bien, para mantener, conservar o recuperar la salud.

Para comprender el aspecto sociocultural de las practicas alimentarias, se puede partir de la idea de que la alimentación humana es una creación social e histórica, que a lo largo del tiempo, los grupos sociales han ido definiendo qué es comida, qué se puede comer, cuáles son los alimentos buenos y malos, cómo se estructura la alimentación a lo largo del día, cuáles son sus funciones biológicas y sociales, cuáles son los gustos, preferencias y aversiones alimentarias, entre otros aspectos. Existe en cada sociedad, en cada familia una práctica institucionalizada de la alimentación, como un conjunto de prácticas de origen social que se cristalizan por un tiempo ya que sufren una serie de modificaciones producto del mundo globalizado en el que se vive. Así Vera (2016), define a la alimentación como una construcción social que integra un conjunto de significaciones socialmente construidas en donde cada grupo social, en una determinada época, cultura y espacio, instituye saberes, prácticas, valores y bienes que contribuyen a mantener por un tiempo determinadas prácticas alimentarias. Las mismas incluyen un conjunto de

sentidos, lenguajes, conductas, códigos, etc. A través de lo instituido, la construcción de subjetividades y de un sistema de pensamiento, como el hábitus, se da sentido y se organiza la manera en que cada uno se alimenta.

Uno de los comportamientos naturales que se comparte con otras especies del ecosistema, principalmente con los mamíferos, es la práctica de la lactancia materna, o lactancia humana, en el caso de la especie humana. Dicha práctica se presenta como natural producto del instinto de supervivencia del nuevo ser. El conocimiento científico plantea que la lactancia es el alimento completo y suficiente hasta los 6 meses de edad, luego del parto. A partir de allí, inicia la incorporación de otros alimentos que complementan a la leche materna. Dichos alimentos, desde el campo de la nutrición, deben ser incorporados de manera progresiva en términos de consistencia, frecuencia, tipo de alimentos y cantidad. Estas características se consideran de acuerdo al grado de crecimiento, desarrollo y maduración de los órganos del niño o niña, sumado a una selección de alimentos de acuerdo a su composición química y características físicas. Se inicia con una comida, luego se va progresando hasta realizar las cuatro comidas principales a lo largo del día, que son el

desayuno, almuerzo, la merienda y cena. Esta estructura del comer, propia de la especie humana, puede responder a un fundamento biológico, que consiste en repartir los alimentos a lo largo del día para favorecer una distribución racional de energía. Según Vera (2016), este fundamento no es suficiente como para caracterizar de normal o natural a esta práctica. Es una creación del ser humano que se cumple o no en la práctica, considerarla como normal, implicaría que todos los seres vivos hagan las cuatro comidas. Si bien es universal, la cultura condiciona esta práctica y por el ritmo de vida actual, principalmente en los ecosistemas urbanos, muchas veces se suprimen algunas comidas, se cambia el horario, se sustituye una comida por otra, como la cena por la merienda por ejemplo. Estas categorías son solo una parte de la complejidad sociocultural de las prácticas alimentarias.

Lo alimentario difiere de lo nutricional, pero se complementan. En este sentido, la nutrición se define como el “proceso que incluye un conjunto de funciones cuya finalidad primaria es proveer al organismo de energía y nutrientes necesarios para mantener la vida, promover el crecimiento y reemplazar pérdidas” (López y Suárez, 2014, p. 12). Este concepto se refiere a lo biológico, es decir, a la relación de los

alimentos con el organismo, la ingestión, digestión y excreción y todos los procesos anabólicos y catabólicos. En cambio la alimentación se refiere al conjunto de actividades y procesos mediante el cual se toma los alimentos para mantener la vida y la salud. Tiene que ver con la elección y combinación de los alimentos, es un proceso voluntario y educable. La elección de los alimentos está condicionada por diferentes factores como el valor nutritivo, el costo, su apetitosidad (aspecto, color, textura, flavor, etc.), la seguridad, etc. Cada consumidor aplica estos criterios según sus prioridades con un fuerte componente sociocultural (Kuklinski, 2003).

Desde lo sociocultural, se podría hablar de la producción de aquellos alimentos que se denomina comida, ya que no toda sustancia comestible es considerada como tal. Por ejemplo, las ancas de rana, la carne de yacaré, la madera comestible, etc. son alimentos, contienen sustancias nutritivas, pero para algunos grupos sociales, no son considerados comida. Por otro lado, sucede que se considera comida a aquellas sustancias de las cuales se desconoce su composición, como ocurre con los productos alimentarios ultraprocesados. Aguirre (2017), habla sobre las transformaciones que sufrió la comida como consecuencia del industrialismo para pasar a una alimentación

industrial. En la actualidad, los alimentos son buenos para vender y malos para comer. El comensal moderno no sabe lo que come, reconoce el nombre industrial pero no su composición. Como señala Fischler, (como se citó en Aguirre, 2017), los alimentos se han convertido en OCNIS, Objetos Comestibles No Identificados.

Por otro lado, para conocer la dimensión sociocultural de las prácticas alimentarias en la vida cotidiana, es necesario conocer los hábitos y comportamientos alimentarios. Definir a los hábitos alimentarios no resulta sencillo ya que existe una diversidad de conceptos, sin embargo, la mayoría converge en que se tratan de manifestaciones recurrentes de comportamientos individuales y colectivos respecto al qué, cuándo, dónde, cómo, con qué, para qué se come y quién consumen los alimentos, y que se adoptan de manera directa e indirectamente como parte de prácticas socioculturales.

Las Guías Alimentarias para la Población Argentina (2016), define a los hábitos alimentarios como conductas adquiridas a lo largo de la vida, ejecutados de manera automática, que influyen en la alimentación. La repetición de acciones va constituyendo un hábito. Así mismo, Campos Uscanga y

González de la Parra, plantean que los hábitos son comportamientos que se repiten con frecuencia en el tiempo y en ambientes similares. Implica el aprendizaje de conductas reforzadas en el tiempo y que genera una experiencia gratificante interna o brindada por el medio, por eso se sostienen. Son comportamientos que van más allá de la conciencia, ya que se activan de manera automática por señales específicas. Tampoco se refieren solamente a la ingesta de alimentos, sino que incluyen hechos y pensamientos que culminan con la ingesta. Es decir, la ingesta es el desenlace de una serie de antecedentes como la selección y compra de ingredientes, la preparación culinaria, la cantidad que se ingiere, la frecuencia, la fisiología del apetito y la saciedad. También están condicionados por aspectos familiares, culturales y sociales. Los hábitos alimentarios son complejos en su constitución pero funcionan como respuestas automáticas, se requiere poca información, no hay detenimiento para analizar las situaciones.

Según Macías et al. (2011), en la adopción de los hábitos alimentarios intervienen principalmente tres agentes; la familia, los medios de comunicación y la escuela. En el caso de la familia, es el primer contacto con los hábitos alimentarios

ya que sus integrantes ejercen una fuerte influencia en la dieta de los niños y niñas y en sus conductas relacionadas con la alimentación, y cuyos hábitos son el resultado de una construcción social y cultural acordada implícitamente por sus integrantes.

Los hábitos alimentarios son construcciones sociales y productos generados por la fuerza social que ejercen distintos actores de la sociedad. Tendrían su origen en la alimentación complementaria, donde el niño va consumiendo una variedad de alimentos que se repiten con frecuencia, a partir del cual van desarrollando preferencias y rechazos. Con la alimentación familiar se suman otros sabores, texturas, y contextos que con el tiempo se va naturalizando y se incorporan como costumbres, basados en la teoría del aprendizaje social e imitado de las conductas observadas por personas adultas que respetan. Otros modos de aprendizaje se dan a través de las preferencias o rechazos alimentarios en los niños, en donde estos últimos son expuestos repetidamente a una serie de alimentos que conocen a través del acto de comer enmarcado por encuentros entre padre, madre e hijos.

Sin embargo, los hábitos alimentarios se han ido modificando por diferentes factores que alteran la dinámica e interacción familiar; uno de ellos corresponde a la situación económica que afecta los patrones de consumo tanto de los niños como de los adultos, la menor dedicación y falta de tiempo para cocinar, lo que provoca que las familias adopten nuevas formas de cocina y de organización y la pérdida de autoridad de los padres y las madres en la actualidad, ha ocasionado que muchos niños coman cuándo, cómo y lo que quieran.

Por su parte, la publicidad televisiva y las redes sociales forman parte del ambiente virtual social humano, que en el caso de su influencia en los hábitos alimentario ha ido desplazando a instancias como la familia y la escuela; promoviendo un consumo alimentario no saludable. En el caso de la escuela, dicha institución permite al niño enfrentarse a nuevos hábitos alimentarios que en muchas ocasiones no son saludables; aunque también asume un rol fundamental en la promoción de factores protectores en cuestión de hábitos alimentarios.

A lo largo de la vida, el ser humano convive con diferentes grupos sociales, en la casa, el barrio, el trabajo, etc. un mundo

real y otro virtual, a través de una pantalla. Dichos contextos emiten información que es procesada por las personas y van condicionando sus hábitos y comportamientos cotidianos en general y particularmente los alimentarios. Vera (2023), plantea que los hábitos y comportamientos alimentarios se materializan en varios contextos, el hogar, la escuela o universidad, el espacio social y también el laboral. Según el estudio realizado, la mayoría de las prácticas se desarrollan en el contexto del hogar. El día generalmente inicia con el desayuno, como la primera ingesta de alimento líquido y/o solido antes de iniciar la jornada laboral o educativa, o la realizada antes de las 11 hs. durante los fines de semana (Macías et al., 2011). Es considerada la comida más importante del día. Un desayuno diario y equilibrado nutricionalmente, se ha asociado a un mayor rendimiento físico e intelectual; sin embargo, suele ser una de las ingestas que mayormente se omite o se hace mal, lo que podría afectar el rendimiento académico y laboral (Herrera Cussó, et al., 2017). La comensalidad del desayuno depende del contexto y la actividad del día, en algunos casos podrá ser individual, en otras familiar o colectiva. En otras situaciones, se omite el desayuno, sobre todo los fines de semana, cuando se inicia el día muy tarde, se pasa directo al almuerzo. En Argentina, el

desayuno es culturalmente considerado como una comida ligera, incluso se la suprime, generalmente suele incluir alimentos como infusiones con o sin leche, acompañados con panificados untados o no con algún dulce frutal o de leche. Los estilos de vida actuales y la sensación de falta de tiempo tuvo un impacto sobre los hábitos del desayuno, siendo una de las comidas que menos interés genera, principalmente en los jóvenes, lo que pueden llegar a omitirla (Macías et al., 2017).

En cuanto al almuerzo, como comida principal, nutricionalmente debe incluir el mayor porcentaje de calorías del día. No representa solo un plato de comida servido en la mesa, sino que dicho plato materializa significados, deseos, gustos y posibilidades, presentado en un ambiente particular y se lo consume con motivos que van más allá del hambre (Aguirre, 2004). Por otro lado, existen estudios que afirman que generalmente las mujeres han sido y son, excepto aquellas que forman parte de los grupos de elite, las responsables directas de la alimentación cotidiana en el hogar (Arnaiz, 1996). Sin embargo, en las sociedades actuales, con la división del trabajo doméstico y la incorporación de la mujer al mundo laboral, la responsabilidad de la preparación de la comida se presenta de otra manera. Se utilizan estrategias de

compra o adquisición de productos semielaborados o listos para consumir, o bien se comparte la responsabilidad con los demás miembros de la familia. Es así que, la preparación de la comida surge como una responsabilidad compartida, según el tiempo disponible de los comensales. No obstante, esta responsabilidad podría ser producto de la enseñanza de las mujeres como transmisoras de saberes culinarios a los miembros de la familia (Pérez, 2011). La comensalidad depende de los contextos, puede ser individual, familiar o colectiva, debido a las ocupaciones y responsabilidades diarias dentro y fuera del hogar (Vera, 2023). Actualmente, con la introducción de las nuevas tecnologías en el ámbito doméstico, emergen nuevos comportamientos alimentarios que incluyen la compra de productos alimentarios rápidos y cómodos de preparar (De Piero et al., 2015).

En la complejidad del acto cotidiano de comer, el sujeto se articula con la estructura social, por lo que deberá comer siempre aquello que su sociedad, en un momento histórico, produce, distribuye y legitima como bueno para comer. Dicho sujeto, devenido comensal, reducirá a lo individual lo que es condicionamiento social (Aguirre, 2017). Esto se expresa en la dinámica de la selección alimentaria, que va a estar

condicionada por factores biológicos, económicos y sociales, donde también influyen los gustos, las preferencias y las aversiones.

Los condicionantes biológicos vienen dados por presentar alguna condición fisiológica propia del comensal o de algún miembro con el que comparte la mesa. Por ejemplo, un adolescente que convive con una madre celiaca, ambos están condicionados. Así mismo, existen alimentos que pueden producir algún malestar biológico en el comensal, por ejemplo, el pimiento, pepino, cebolla que produce cólicos (Vera, 2023). Lo social se refleja como condicionante mediante el ejercicio de diferentes roles. Por ejemplo, el rol social de madre puede condicionar su alimentación, adaptando o favoreciendo el consumo de ciertos alimentos significativos. Es decir, condiciona su propia alimentación según los gustos, preferencias y aversiones de su hijo, o bien, según los supuestos subyacentes de lo que es bueno o malo para la salud del hijo, elije y rechaza ciertos alimentos (Vera, 2023). Los condicionantes sociales hacen que los comensales de cierta edad, género, clase social o función, en un determinado grupo social, en ese tiempo y con esa tecnología y educación, puedan comer la comida que se puede conseguir, producir o comprar

y que además está legitimada por todos los que comparten esa representación de esa realidad (Arnaiz, 1996). En cuanto a la selección de los alimentos, los condicionantes económicos pueden limitar o alentar el consumo de ciertos alimentos, según el costo, independientemente de su composición nutricional.

En la selección alimentaria el comensal imaginará elegir y asumirá “eso” que debe comer como “su gusto”, sin darse cuenta de que su plato fue llenado de estructura antes que en él se volcara su comida (Bourdieu, 1980). No se come lo que nos gusta, sino lo que socialmente se impuso que nos guste, y de toda la variedad de alimentos considerados como tal y que estén disponibles. Se fue probando y construyendo el gusto para luego volverlos a elegir por las sensaciones que produce a nivel físico, mental y social, por lo tanto, se debe “aprender” a gustar dentro de un abanico limitado de opciones. El gusto es una creación social que se manifiesta en lo individual para olvido de lo social. Frente a la universalidad de las capacidades biológicas de percibir sabores, olores y texturas, la relatividad de la construcción cultural asigna sentidos a esas capacidades biológicas (Arnaiz, 1996). En este contexto, en los grupos sociales se manifiestan diferentes gustos por ciertos alimentos

que están disponibles, lo han probado y aprobado para volverlos a elegir dentro de las opciones socialmente impuestas. Pero el gusto no implica el consumo del alimento, en algunos casos este es aceptado y consumido, mientras que en otros es denegado por algún motivo y no se lo consume. Esto respondería a la adaptación de la alimentación a los gustos de los demás miembros de la familia, a la falta del “hábito de compra” o por poseer alguna condición biológica como la celiaquía diagnosticada en la adultez, donde la selección alimentaria confronta con el gusto desarrollado anteriormente por los alimentos con gluten.

Asimismo, las preferencias alimentarias, según García y Bach (1999), se manifiestan también dentro de una serie limitada de alimentos disponibles y legitimados por la cultura como tal. Dentro de los alimentos que se elige comer por gusto o no, se prefiere algunos y otros no, esto depende del tipo de alimentos, las formas de cocción o combinación. Las aversiones alimentarias o desagradados también son una construcción social porque forman parte del gusto. Primero se produce un acercamiento al alimento por la vista, olfato, sabor y textura. Si este alimento produce un rechazo a nivel biológico, mental y social, no se lo elige como opción de

consumo habitual. Estas aversiones pueden darse por un factor fisiológico, ya que hay alimentos que quizás puedan gustar, pero producen ciertas sintomatologías en el comensal. Mientras hay otros que por sus características organolépticas no son del agrado de los comensales.

La merienda aparece como una comida principal que incluye una selección alimentaria similar al desayuno. Socialmente es considerada como una comida olvidada y generalmente suele dedicarse menos tiempo para su preparación. Hay autores que la consideran como una oportunidad para incluir aquellos alimentos que no se han podido consumir hasta ese momento. En algunos casos se llega a suprimirla, lo que podría representar un riesgo de malnutrición por exceso como el sobrepeso y la obesidad, haciendo que el comensal llegue con mucha hambre a la hora de la cena, lo que se traduce en una mayor ingesta de alimentos. Si las actividades cotidianas tienen una duración hasta la noche, suprimir la merienda puede representar una merma en el rendimiento físico e intelectual (Ibarra, et al., 2012).

Por último, la cuarta comida principal del día es la cena. En un contexto donde la alimentación implica múltiples actividades,

tales como la producción, el aprovisionamiento y las compras, el almacenaje y la conservación, la preparación y el cocinado, el servicio y el lavado y recogida de utensilios, el reciclaje de las sobras, así como tareas de horticultras, préstamos e intercambios, representa un trabajo que generalmente se lo realiza en la elaboración del almuerzo. La cena, en algunas familias y grupos sociales, conlleva menor tiempo en su preparación o quizás ya está lista para ser servida y comida. Esto se debe a las estrategias de incluir en la cena los sobrantes del almuerzo, puede ser la comida completa, la guarnición, o bien pedir delivery de manera habitual o en ocasiones especiales.

Complejidad dinámica de las prácticas alimentarias. La búsqueda constante del conocimiento

Comprender las practicas alimentarias de los seres humanos, implica develar los supuestos subyacentes que existen en las mismas. Limitar lo alimentario a lo nutricional y a lo biológico, reduce la existencia humana a un entre biológico que solo necesita materia y energía para la supervivencia. Tener una mirada desde la complejidad, implica considerar lo social,

cultural, psicológico y espiritual que hace a la concepción integral del ser humano. Además, considerar las dimensiones ecológica-demográfica, tecnológica-económica, socio-política, hacen a la disponibilidad, accesibilidad y utilización biológica de los alimentos y condicionan la estabilidad de estos componentes de la seguridad alimentaria.

Como se ha definido, el proceso alimentario finaliza cuando se ingiere el alimento, pero antes, han sucedido una serie de sucesos que es necesario indagar. Esta búsqueda de conocimiento se fundamenta en la necesidad de conocer aquellas prácticas alimentarias de producción, preparación, y consumo, que podrían ser el origen de problemáticas relacionadas al proceso de salud-enfermedad. Todos los factores intervinientes se materializan en comportamientos y hábitos contruidos socialmente y reconstruidos a lo largo de la historia del comensal. Desde el campo de la nutrición, cuando se busca conocer los hábitos y comportamientos alimentarios, generalmente se reduce al tipo de alimentos que se consume y a las cantidades, pero no se indaga en profundidad acerca de la complejidad del evento alimentario.

Hay ciertas prácticas que son hábitos, sean buenos o malos desde el punto de vista nutricional, y otras que son comportamientos. Los hábitos son de origen social y se construyen en la historia de la persona, por lo tanto, querer modificar un hábito implica un proceso de largo plazo, ya que se debe indagar los supuestos subyacentes que se materializa en comportamientos recurrentes. En cambio, los comportamientos son esporádicos, pueden repetirse o no, ya que no hay una carga subjetiva importante como en los hábitos que sí son de origen familiar y sostenido por el grupo familiar.

En los hábitos y comportamientos se pueden identificar los gustos, las preferencias y aversiones alimentarias. La gente no come lo que le gusta, come lo que su ecosistema produce, lo que las políticas de Estado deciden, lo que la cultura considera comida o alimento, lo que las industrias, a través de los medios de comunicación venden, lo que se aprendió en el hogar, en la escuela y en el mundo social, lo que la capacidad económica permita, lo que los profesionales de la salud recomiendan, lo que el mundo globalizado impone para homogeneizar el consumo alimentario humano. Es ahí donde se debe mirar a la alimentación humana, desde las macroestructuras que

condicionan los esquemas de percepción, conocimientos y prácticas que tienen las personas en un grupo social, lugar y tiempo determinado. Por ello debe haber una búsqueda constante de conocimientos para poder entender la realidad alimentaria y su dinámica en diferentes escalas.

Referencias bibliográficas

Aguirre, P. (2017). Una historia social de la comida. 1ª ed. Lugar Editorial.

- (2004). Ricos flacos y gordos pobres: la alimentación en crisis (No. 13). Buenos Aires: Capital intelectual.

Arnaiz, M. G. (1996). Paradojas de la alimentación contemporánea. Barcelona: Icaria Editorial.

Bourdieu, P. (1980). La Distinción. Criterios y bases sociales del gusto. Taurus.

Consejo Nacional de Coordinación de Políticas Sociales (2020). Reporte de Monitoreo. Plan Nacional de Seguridad Alimentaria.

De Piero, A., Bassett, N., Rossi, A., y Sammán, N. (2015). Tendencia en el consumo de alimentos de estudiantes universitarios. Nutrición hospitalaria, 31(4), 1824-1831.

Dirección Provincial de Estadística y Censos (2023). Valorización mensual de la canasta básica alimentaria y de la canasta básica total. Provincia de Jujuy. Informe técnico.

Figuerola Pedraza, D. (2005). Acceso a los alimentos como factor determinante de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones en Brasil. Revista Costarricense de Salud Pública, 14(27), 77-86.

- (2004). Estado nutricional como factor y resultado de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones en Brasil. *Revista de salud pública*, 6(2), 140-155.

García, E., y Bach, L. (1999). Preferencias y aversiones alimentarias. *Anuario de psicología*, 30(2), 55-78.

Herrera Cussó, G. F., Celoir Peña, M. V., y Asadurogly Minassian, A. V. (2017). Hábito y calidad nutricional del desayuno en estudiantes que cursan la carrera Licenciatura en Nutrición, Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. *Rev. esp. nutr. comunitaria*, 14-21.

Hita, M. E. G., Macías, K. G. A., & Enríquez, S. S. (2006). Regulación neuroendócrina del hambre, la saciedad y mantenimiento del balance energético. *Investigación en salud*, 8(3), 191-200.

Ibarra, M., Llobet, L. y Fernández, X. (2012). Contribución de la merienda al patrón alimentario de escolares con exceso de peso y estado nutricional normal, en Cartago, Costa Rica. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 62(4), 339-346.

Instituto Nacional de Estadística y Censos (2023). Censo nacional de población, hogares y viviendas 2022: resultados provisionales / 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Instituto Nacional de Estadística y Censos (2023). Condiciones de vida: Valorización mensual de la canasta básica alimentaria y de la canasta básica total. Informe técnico.

Instituto Nacional de Estadística y Censos (2023). Condiciones de vida: Incidencia de la pobreza e indigencia en 31

aglomerados urbanos. Primer semestre de 2023. Gran Buenos Aires. Informe técnico.

Instituto Nacional de Estadística y Censos (2023). Índice de precios. Índice de precios al consumidor. Cobertura nacional. Informe técnico.

Instituto Nacional de Estadística y Censos (2021). Censo Nacional Agropecuario 2018: resultados definitivos / 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Instituto Nacional de Estadística y Censos (2021). Anuario Estadístico de la República Argentina 2021 / 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Instituto Nacional de Estadística y Censos (2019). Encuesta Nacional de Gastos de los Hogares 2017-2018: informe de gastos / 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Instituto Nacional de Estadística y Censos (2016). La medición de la pobreza y la indigencia en la Argentina. - 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Kejsefman, I., & Pesce, F. (2022). Planificación productiva de alimentos básicos. –modelización a partir de la Encuesta Nacional de Gasto de los Hogares y Censo Nacional Agropecuario.

Kuklinski, C. (2003). Nutrición y Bromatología. Omega.

López, LB. y Suarez, MM. (2014). Fundamentos de nutrición normal. 1ª Ed. El Ateneo.

Macias, A. I., Gordillo, L. G., y Camacho, E. J. (2012). Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *Revista chilena de nutrición*, 39(3), 40-43.

Ministerio de Desarrollo Social (2022). Informe de gestión. Plan Nacional Argentina contra el Hambre.

Ministerio de Desarrollo Social (2021). Informe de gestión. Plan Nacional Argentina Contra el Hambre. Primer semestre de 2021.

Ministerio de Salud de la Nación (2016). Guías Alimentarias para la Población Argentina. Documento técnico metodológico, Buenos Aires

Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación (2019). 2º Encuesta Nacional de Nutrición y Salud. Indicadores priorizados.

Pérez, M. (2011). La cocina y la mesa: deber y placer de las mujeres. Universidad de Barcelona.

Uscanga, Y. C., & de la Parra, T. R. G. (2014). La complejidad del cambio de hábitos alimentarios. *Revista Psicología Científica*. Volumen, 17.

Urdaneta, A. C. G., & González, J. J. P. (2016). Marco conceptual de la medición de seguridad alimentaria (SA): análisis comparativo y crítico de algunas métricas. *Agroalimentaria*, 22(43), 51-72.

Vera, J. L. (2023). Hábitos y comportamientos alimentarios de estudiantes universitarios, Jujuy, Argentina, 2022. Revista Peruana de Ciencias de la Salud, 5(2), p. 130-135.

-(2016). La educación para la salud y las prácticas alimentarias. El enfoque social de la alimentación en la praxis del educador para la salud. Razón y palabra, 20(94), p. 430-470.

4 CAPÍTULO

**Estrategias domésticas de consumo
alimentario de los hogares en situación
de vulnerabilidad de la Ciudad Capital
de Santiago del Estero**

Analia Valentini Cristina
Roxana Gabriela Lema

ESTRATEGIAS DOMÉSTICAS DE CONSUMO ALIMENTARIO DE LOS HOGARES EN SITUACIÓN DE VULNERABILIDAD DE LA CIUDAD CAPITAL DE SANTIAGO DEL ESTERO¹

Analia Valentini Cristina²

Roxana Gabriela Lema³

¹ Este capítulo es una versión revisada y ampliada del artículo “Estrategias de consumo alimentario de los hogares en situación de pobreza de la Ciudad Capital de Santiago del Estero”. Revista Difusiones, ISSN 2314-1662, Num. 18, agosto 2020, p29-46. Fecha de recepción: 21-05-2020. Fecha de aceptación: 26-06-2020

² Facultad de Ciencias de la Salud UCSE.

analiamarcela.valentinicristina@ucse.edu.ar

³ Facultad de Ciencias de la Salud UCSE. roxana.lema@ucse.edu.ar

Introducción

Este trabajo tiene como propósito presentar los resultados de una investigación interdisciplinar la cual tuvo como objetivo general comprender las estrategias domésticas de consumo alimentario en hogares en situación de vulnerabilidad en barrios periurbanos de la ciudad capital de Santiago del Estero entre los años 2017 a 2019.

Diversas condiciones estructurales y contextuales pueden situar a las poblaciones en una condición histórica de vulnerabilidad respecto a su alimentación en la Argentina. En 2007 en la República Argentina, el Estado contaba con una fuerte presencia respecto a programas de apoyo alimentario, con una población objetivo que alcanzaba al 20,8% de los hogares a nivel nacional (Pasarín y Teves, 2020). Hacia 2019, con la reducción de estos programas, la Universidad Católica Argentina (UCA) señalaba un fuerte incremento en el último periodo interanual (2017-2018) en torno a la inseguridad alimentaria severa de los niños, niñas y jóvenes, junto con la cobertura de alimentación gratuita a nivel país.

El contexto político de nuestra investigación (2017-2019) estuvo marcado una profunda crisis económica, con altos niveles de inflación, aumento de la pobreza y el desempleo. Esta situación generó un incremento en la demanda de asistencia alimentaria por parte de los sectores más vulnerables de la población. Organizaciones sociales, la Iglesia Católica y otros actores de la sociedad civil ejercieron presión para que el gobierno tomara medidas urgentes para abordar la crisis alimentaria, lo cual derivó en la sanción de la Ley 27519 de Emergencia Alimentaria Nacional.⁴

Para el Aglomerado Santiago Capital – La Banda, según el informe elaborado por la UCA (2022) la pobreza⁵ a nivel de los

⁴ En septiembre de 2019 se sanciona la Ley 27519 por la cual se prorroga hasta el 31 de diciembre del año 2022 la emergencia alimentaria nacional dispuesta por el decreto del poder ejecutivo nacional 108/2002. La misma faculta al Jefe de Gabinete de Ministros a actualizar trimestralmente las partidas presupuestarias correspondientes a políticas públicas nacionales de alimentación y nutrición, tomando como referencias mínimas el aumento de la variación porcentual del rubro “alimentos y bebidas no alcohólicas” del índice de precios al consumidor (IPC) y la variación de la canasta básica alimentaria (CBA), que elabora el instituto nacional de estadística y censos (INDEC).

⁵ Partimos de una concepción de pobreza más amplia que la pobreza por ingresos, que contempla diversas dimensiones que hacen al desarrollo humano; por lo tanto, no es la intención de este artículo teorizar en torno al concepto

hogares, si bien se muestra alta para la década 2010-2021, muestra una tendencia descendente, de tal manera que comienza el decenio en 39% y lo termina en 35,8% en 2020.

Más allá del particular contexto económico en que nos tocó trabajar, existe, en general una estrecha relación entre la nutrición de las personas y el desarrollo económico de las mismas. Una persona bien nutrida tendrá mayor capacidad de trabajo lo que redundará en un aumento de los ingresos, mientras que aquellas personas con una alimentación deficiente tienen mayor riesgo de enfermar lo que acarreará otra clase de privaciones sumiendo a las personas en el círculo vicioso de la pobreza.

Este artículo presenta las rutinas alimentarias de los hogares en situación de vulnerabilidad, expone las justificaciones en la elección de los alimentos, comidas preferidas y los circuitos de abastecimiento alimentario de la familia y finalmente caracteriza las cocinas familiares y la organización que determina la comensalidad de los miembros del grupo familiar.

Nuestra búsqueda se orientó a captar las prácticas que las familias en situación de vulnerabilidad realizan en el marco de

la vida cotidiana para mantener o mejorar la alimentación y las razones que se aducen para justificarla

Los sectores más vulnerables presentan un doble riesgo para su salud, por un lado, un déficit de micronutrientes; que tiene que ver con la falta de consumo de alimentos protectores como las frutas, las verduras, carnes y lácteos, y por el otro lado problemas de sobrepeso por el consumo de alimentos altamente energéticos. Un tipo de alimentación que predispone a la pérdida de la salud, y si tenemos en cuenta los grupos críticos que conforman algunas familias, veremos que presentan un doble riesgo de vulnerabilidad nutricional. Por un lado, una dieta nutricionalmente deficiente y por el otro lado, la organización de la comensalidad privilegiando al hombre proveedor con platos más abundantes; mientras que las mujeres, niños y ancianos suelen servirse de platos más escasos.

Si bien todas las clases sociales organizan cotidianamente su acto de comer, son los sectores en situación de pobreza quienes deben invertir mayor tiempo e ingenio táctico para ello. Para Huergo (2016), este dispositivo, denominado gestión diaria del comer familiar, no hace alusión a acciones de repetición mecánica, por el contrario, obedece a razones

culturales propias de las condiciones de privación material en las que se inscribe su existencia.

Comer en contextos de vulnerabilidad

El comer es una de las prácticas cotidianas que se repiten día a día en el seno de cada familia y que, si bien cumple una función primaria, como es la de ingerir nutrientes para sobrevivir; también cumple una función social muy importante ya que genera identidad social, marca la pertenencia a una cultura o grupo social.

La alimentación puede entenderse como hecho relacional por naturaleza. A pesar de que la satisfacción de las necesidades nutricionales pueda realizarse en forma individual, las estrategias para obtener, consumir y distribuir los alimentos se encuentran estrechamente ligadas al vínculo con otras personas. (Pasarín y Teves, 2020)

Se partió de la premisa que todo proceso de empobrecimiento llevará sin duda a restricciones en la calidad de vida e impactará en la alimentación de los hogares, pero no se puede convertir linealmente pobreza en hambre y desnutrición. Dependiendo en gran medida del punto de partida, de su

vulnerabilidad, de sus saberes y sus posibilidades: comerán distinto, sustituirán productos caros (frutas, verduras, lácteos, carnes) por otros más baratos (pan, fideos, grasas, azúcares), comerán menor variedad de productos y platos únicos (comida de olla), se “llenarán” con pan y mate, cambiarán la manera de distribuir la comida entre los miembros del hogar, se reunirán con otras familias en su misma condición para intentar acciones comunes, recurrirán a instituciones públicas o privadas en busca de asistencia, etc. Es decir, generarán estrategias para afrontar la carencia.

Las familias “hacen cosas”, ponen en juego su saber y su creatividad, lo que aprendieron en el pasado y lo que en otros hogares “funciona”, y con esas prácticas cotidianas, a fuerza de invertir su creatividad y su energía, logran mejorar sus condiciones de existencia (Huergo, 2016).

Las estrategias domésticas de los hogares nos permiten comprender como se organiza el acto cotidiano de comer. Para Aguirre (2004) estas estrategias no son individuales sino familiares, a pesar que son los individuos los que actúan, sus prácticas están fuertemente condicionadas por las decisiones del hogar, a través de un proceso de negociación sobre el destino de los ingresos y egresos, la preparación, distribución

y consumo de los alimentos, todo esto justificado por creencias y valores acerca de qué se debe o puede comer y a quién le corresponde cada cosa.

En lo que respecta a las preparaciones alimentarias propias de los contextos en situación de vulnerabilidad, 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 (Aguirre, 2011)

Por otra parte, en el mundo de lo posible no de lo elegible, las decisiones que hacen a la autonomía de las familias en relación al cómo se vive, cómo se obtienen/apropian los alimentos/comidas y cómo se come, está reescrito para estos sectores por las definiciones que el Estado toma sobre su alimentación a través de políticas subsidiarias (Huergo, 2016).

Reconstruir las prácticas de alimentación supone también “historizar” el comer de un lugar, no sólo se trata de lo que comemos “nosotros” en tanto “gusto de clase”, sino también que comemos “nosotros los santiagueños”, lo que hace a la identificación de un pueblo y sus tradiciones.

Para Di Lulo (1935) hay una relación ineludible entre el comer y el vivir; por lo tanto, son distintos los hombres y los pueblos, según la forma, cantidad y calidad de su ración alimenticia. El autor describe la alimentación popular santiagueña en los siguientes términos: “de una sólida y permanente materia nutricia, se complace, no obstante, en la diversidad gustativa de sus adobos, salsa y formas culinarias” (p.118)

Con este estudio se intentó recuperar prácticas alimentarias con un pensamiento situado, que no desconoce la perspectiva estructural pero que intenta dar cuenta de patrones locales

que redefinen el acto de comer y posibilita acercarse a la mesa familiar del santiagueño.

Estrategia Metodológica

Área de estudio:

El estudio se llevó a cabo en algunos barrios periurbanos en situación de vulnerabilidad en Ciudad Capital de Santiago del Estero. Los mismos están mayormente emplazados en la nueva periferia⁶. De estos seleccionamos los barrios Bruno Volta, Cáceres, Don Bosco, General Paz, John Kennedy, Juan Felipe Ibarra, Juan Díaz de Solís, La Católica, Mosconi y 8 de Abril, con una población total de 45.753 según un estudio realizado en estos barrios. (Caumo, Santillán y Gómez, 2017)

La nueva periferia en Santiago del Estero acompaña en forma envolvente las actuales líneas de fijación y está conformada por veintitrés barrios, heterogéneos en su superficie, número

⁶ Según un estudio realizado por Colucci, Caumo, Santillán, Cantos, Moreira y Gioria (2012) las actuales líneas de fijación incorporan dentro de ellas diez barrios de la antigua periferia. De ellos seleccionamos los barrios impactados con distintos programas y acciones de extensión desde la Universidad Católica de Santiago del Estero a través de convenios específicos con organizaciones e instituciones emplazadas en ellos.

de habitantes y equipamiento. Mantienen características urbanas de escaso dinamismo. Se advierten sectores reducidos con viviendas surgidas por iniciativa oficial, que coexisten con prevalencia de viviendas realizadas por iniciativa privada.

Por su parte, el informe de Observatorio de la Deuda Social afirma que una de las dimensiones de derechos donde mayores logros se han obtenido en los últimos 10 años es la de acceso al hábitat y a una vivienda digna. Al analizar la evolución de los indicadores relativos al hábitat y derecho a la ciudad en Santiago Capital – La Banda, se observan mejoras pronunciadas entre 2010 y 2020 en lo que respecta a la tenencia segura (hogares que son propietarios de la vivienda y el terreno), la calidad constructiva de las viviendas, la adecuación de los sistemas de eliminación de excretas y en el combustible utilizado para cocinar. (Diagnóstico regional y participativo sobre la situación, logros y desafíos del desarrollo social en la provincia de Santiago del Estero durante la última década (2010-2021)

Relevamiento de datos

Para el cumplimiento de los objetivos se definió un diseño exploratorio. A través de una mirada cualitativa y participativa se procuró recuperar la perspectiva de los actores sociales, con la convicción que este enfoque demanda una generosa dosis de reflexividad ¿Qué queremos decir con esto? Básicamente que apelamos a reconocernos como parte del mundo que estudiamos, indagar reflexivamente de qué manera se co-produce el conocimiento a través de sus nociones y sus actitudes y desarrollar la reflexión crítica acerca de sus supuestos, su sentido común, su lugar en el campo y las condiciones históricas y socioculturales en que el investigador lleva a cabo su labor (...) esto suele designarse como “reflexividad” (Guber, 1988).

En el marco de este estudio la unidad de análisis fue la unidad doméstica (hogares) considerada la misma como el centro de las actividades ligadas a la reproducción cotidiana de los individuos que la componen.

En cuanto a las técnicas de recolección de datos, se administraron veinticinco entrevistas semi estructuradas en los domicilios familiares en compañía de agentes sanitarios.

Las mismas se anunciaban con anticipación respetando la organización cotidiana del encargado del hogar.

El ingreso a los hogares en los barrios seleccionados fue a través de las Unidades Primarias de Atención, llamadas actualmente también Unidades de Pronta Atención (UPA). Las mismas se crearon en nuestra provincia con la finalidad de poner a disposición de la población una serie de servicios básicos en 35 centros de salud del nivel I de complejidad, para descomprimir la atención de emergencias en hospitales de mayor complejidad y dar respuestas rápidas en zonas de mucha población.

Las Upas se organizan y llevan a cabo actividades de promoción de la salud y de prevención de la enfermedad, a partir de los Programas implementados desde el Ministerio de Salud. Tienen acercamiento efectivo y permanente a los domicilios de las familias que se encuentran en el área de cobertura, a través de los agentes sanitarios, quienes se constituyeron en informantes claves y “porteros” a los efectos de nuestra investigación.

El ritmo del trabajo de campo estuvo condicionado por la disponibilidad de cada UPA para recibirnos, ya que las mismas

dependen de un calendario anual para sus actividades, de vacunación, de implementación de campañas de prevención y promoción. Pese a la buena predisposición de los agentes sanitarios, la coyuntura política⁷ nos obligó a redefinir el cronograma de trabajo.

También se realizaron tres entrevistas grupales en la sala de espera de una de las Upas. El tiempo de espera para turnos médicos, especialmente para consultas a pediatras y obstetras facilitó el acceso a mujeres mayormente jóvenes o de mediana edad quienes a veces asistían acompañadas de algún familiar. Estas entrevistas se llevaron a cabo en horarios de la siesta por ser lo previstos para la atención de pacientes. El equipo de investigación era presentado por los agentes sanitarios de turno, solicitando su consentimiento y colaboración. Seguidamente se exponía en términos sencillos los propósitos y se realizaban preguntas disparadoras para romper el hielo

⁷ En el transcurso de los años 2017 y 2018, como consecuencia de los ajustes realizados en el sector salud, renunciaron algunos profesionales o fueron removidos de sus lugares, se redujo no sólo el número sino los perfiles profesionales. Esto generó una redistribución de recursos humanos, con la consecuente sobrecarga de actividades en los Centros y en los agentes sanitarios.

entre los participantes. Los encuentros fueron filmados y grabados previo consentimiento.

La entrevista grupal fue una modalidad que se adoptó al no poder realizar los talleres participativos previstos en el proyecto, por dos motivos principalmente: la falta de un espacio adecuado para interactuar y porque los asistentes a la Upas estaban acostumbrados a la organización “de espera” y temían perder sus turnos si retiraban del recinto que cumple esa función.

La entrevista grupal tomó la modalidad de una charla amena acompañada con algunas confituras o dulces que llevamos para compartir mientras transcurrían las mismas.

En ambos casos, entrevistas domiciliarias y entrevistas grupales, se focalizó la atención en la narrativa del encargado del hogar, esto es aquel que organiza y dispone la adquisición, elaboración y distribución de la comida. No obstante, estuvimos atentos a los aportes de los acompañantes, sean estos hombres o mujeres, que en muchas ocasiones se mostraron deseosos de participar y relatarnos su experiencia, probablemente por pertenecer al mismo grupo familiar y ser

partícipe de las decisiones en torno a las estrategias alimentarias.

Se inició el proceso con algunas certezas e intuiciones, transitamos zonas de incertidumbre, invertimos mucho tiempo y esfuerzo en negociaciones para entrar a campo. Experimentamos tal como lo plantea Bourdieu (1995) que no hay nada más universal que la dificultad en la investigación.

También se realizaron caminatas por los barrios elegidos para el trabajo de campo y visitas a los hogares. Las notas e información que consideramos significativa se registraron en diarios de campo como producto observaciones no sistemáticas.

Material empírico obtenido

Se trabajó con un muestreo intencional de las unidades domésticas seleccionadas procurando el acceso a hogares con grupos de riesgo y hogares sin grupo de riesgo⁸ con el objetivo de comparar las estrategias de domésticas de consumo.

⁸ Se consideraron como grupos de riesgo aquellos hogares que incluían a miembros con menos de 5 años, adolescentes, mujeres embarazadas, embarazadas adolescentes, adultos mayores de 65

En relación a los ingresos percibidos, se indagó sobre la recepción de subsidios o planes alimentarios. Aunque todos los informantes inicialmente negaron recibir tales ayudas, durante los talleres y entrevistas en profundidad se reveló que muchos contaban con la Tarjeta Alimentar⁹, subsidios por discapacidad o la Asignación Universal por Hijo. Respecto a los ingresos laborales, se constató que los hombres asumían predominantemente el rol de proveedores. La mayoría de la población dependía de fuentes de ingresos inestables, como el empleo informal o trabajos por cuenta propia, comúnmente conocidos como “changas”. Sin embargo, algunos informantes reportaron empleos más estables en relación de dependencia, en comercios o en el sector público.

En el caso de las mujeres, la mayoría indicó no trabajar fuera del hogar debido a responsabilidades de cuidado de hijos o

años y personas con algún tipo de discapacidad y se definieron como tales aquellos hogares en los que no residía ningún miembro perteneciente a los grupos de riesgo mencionados anteriormente.

9 La Tarjeta Alimentar es una iniciativa del gobierno argentino destinada a garantizar el acceso a la alimentación de las familias en situación de vulnerabilidad. Solo puede utilizarse para la compra de alimentos, excluyendo bebidas alcohólicas.

familiares. Aquellas que sí trabajaban lo hacían en tareas domésticas, en la venta de comidas elaboradas en casa, o, como en el caso de un grupo de mujeres del Barrio General Paz, se organizaban en ferias barriales para comercializar productos artesanales que habían aprendido a elaborar en talleres que en otros tiempos organizaban en la UPA del barrio.

En términos de vivienda, la mayoría habitaba en casas construidas con ladrillos, cemento y techos de losa. Además, la mayoría de las viviendas contaba con baño dentro del hogar. En cuanto a los servicios básicos, se observó que la mayoría de los hogares disponía de gas en tubo o en garrafa, y muchos jefes de hogar informaron que combinaban su uso con leña para aumentar la durabilidad. En lo que respecta a la provisión de agua potable, la mayoría contaba con acceso a agua de red dentro del hogar, mientras que un número reducido tenía acceso a agua de red fuera de la vivienda.

Sistematización y análisis de datos

Los datos obtenidos fueron procesados, sistematizados y analizados partiendo de la transcripción textual de las entrevistas y las notas del diario de campo, identificando

categorías emergentes a través del análisis comparativo constante.

Se realizó un análisis inductivo de los datos, organizando la información a partir de su asociación con las categorías propuestas en el estudio y referencias que surgieron del discurso de las entrevistadas.

Luego, se procedió al análisis de regularidades y diferencias para refinar, modificar y generar nuevos ítems, propias de la aproximación analítica y la búsqueda de conceptos nativos. (Hammersley, M.; Atkinson, P, 1994).

Durante todo el proceso de investigación se sostuvieron los resguardos éticos necesarios para proteger la identidad de las entrevistadas y garantizar el uso de adecuado de los datos obtenidos.

Discusión y resultados

La rutina diaria del comer: “no somos delicados”

Los condicionantes de la preparación de la comida diaria están vinculados fuertemente al acontecer diario de las familias, básicamente a la disponibilidad de dinero para su adquisición.

Los criterios que organizan la comida diaria de las familias entrevistadas tienen una rutina similar: el mate cocido marca el inicio del día en muchos hogares; la opción por la leche está presente si hay niños en la familia.

El “cocinar” se asocia a la complejidad de ese quehacer, los encargados del hogar sostienen que *“cocina una vez al día”* por el tiempo que demanda la elaboración y se prioriza el almuerzo. En la cena se elaboran platos más simples, recalentando... *“si queda se calienta o sino se cocina...”* o reciclando *“si queda guiso, eso ya no quieren”* ... “por ahí uso huevos porque me gusta hacer *“torrejita”* del guiso que te queda”. La idea siempre es *“comer algo más livianito”* a la noche; y esto puede ser *“una taza de leche o mate cocido”* cuando hay adultos en la casa. Si hay niños o jóvenes la opción *“liviana”* es fiambre, papas fritas, *“revueltos”* o tortilla de

papa. Una premisa en estos hogares frente a la decisión de lo que se come es *“no somos delicados”*.

Se establecen reglas y rituales que muchas familias comparten, como la idea que un buen mate “no va solo nunca”, “se procura el pan de cada día” y “la comida no se tira”. La comida casera, es decir, hecha por uno mismo en el hogar se venera y marca una diferencia importante: *“yo cocino siempre, y...hago de todo, yo prefiero hacer que comprar”*, pero los avatares que impone la precariedad económica, hace que se resigne este hábito cediendo a la urgencia... *“cuando él llega (refiriéndose al marido)..., a eso de las cuatro, a veces, cruzo al frente, a la despensa y compro un poco de fiambre o unas milanesas”*.

El mate acompaña la rutina *“mate todo el día...a medida que vamos haciendo cosas, vamos tomando mate,...ya viene el otro y seguimos así, todo el día”*, para muchos hogares matiza la siesta. La constante es que el mate se endulza con importantes cantidades de azúcar *“un bolsón de azúcar (10 kg) me dura tres días...somos muchos... ¡como 60 kilos tengo que comprar! (risas)*. El uso de edulcorante se asocia a enfermedad, especialmente la diabetes y por lo tanto se resiste su uso.

Entre lo que se prefiere y lo que se puede: “Sí o sí tienes que cocinar”

Entre las preparaciones nombradas con más frecuencia, se destacan el guiso, la sopa, “la salsa”, “la milanesa”, “la empanada”.

“Bueno cuando ellos quieren comer un guiso, si se hace, o una salsa, se hace... generalmente de pollo, poco la carne, poco, está muy cara...” (Estela)

“Guiso y sopa casi todos los días” (Jazmín)

La sopa que antaño era un plato que complementaba el menú diario, se convierte en “relleno” para *“completar una comida no tan sustentosa”*... *“si te toca bife, la carne está cara y hacemos uno así para cada uno con ensalada (marca una porción pequeña con la mano como de diez cm)...ahí completamos con sopa...”* (Juan).

Pese a la notoria preferencia por la carne, algunas frituras y salsas succulentas también los entrevistados manifiestan su interés por las comidas que consideran saludables. Es decir, sostienen que se debe comer variado, muchas verduras, pescado y leche, argumentando sus beneficios: *“pescado trato*

de comer, porque tengo tiroides y leí una vez en una revistita “Selecciones” que es muy bueno, así que como pescados, tomate en lata y lentejas... y arvejas en latas, pero... cada tanto” (Carola)

“Zanahoria no les pongo mucho porque no, no los convence (se refiere a su hija y su marido) yo sé que es la “proteína segura”, pero la verdad por ahí no” (Doris)

Es posible que se trate reproducciones de discursos nutricionales aprendidos sobre la alimentación, o de dar cuenta de hábitos saludables delante de los agentes de la salud que nos acompañan *“...le hago para ella la dieta especial que tiene, por ahí, sí le hago pollo... con ensalada de, de verduras crudas, achicoria, tomate. Ella sabe que debe cuidarse”* (Estela)

En muchas entrevistas se destaca la disposición para describir las estrategias de aprovisionamiento, detalles de lugares y precios y justificaciones de la elección, dando cuenta de una especie de experticia en la economía doméstica.

“Busco el precio de la verdura. Detalla los precios: \$50 el kilo de pan, \$20 y \$30 el fideo Tío Nico en Montenegro, \$45 el aceite de litro “900 cm” \$248 el kilo de palomita, \$75 el kilo

de pollo en el barrio, tres kilos de pierna por \$154, \$25 el kilo de menudo. -aclara que gasta dos mil pesos por semana para mercadería, eso es lo que puede destinar-. Compro una pieza entera de queso,- recuerda que la última vez pago \$415-. Busco el mejor precio en el barrio. Compro la verdura cuando pasa el verdulero en su camión, dos kilos de papa por \$25, \$20 el kilo de zanahoria, \$45 el kilo de pimienta, \$25 el kilo de cebolla, cocina con gas en garrafa, pago \$315 la garrafa de 10 kilos. Cuando quedo sin gas cocina con leña. Pago \$85 la bolsa, pero dura mucho. A mi marido le encanta el loco, pero no hace últimamente por el gasto” (Andrea)

Coincidimos con Cattáneo (2000) que la experiencia vivida, la multiplicación de otras instancias mediadoras a las que se ha transferido parte de la responsabilidad en el reparto de alimentos, ha modificado en cierto sentido esa percepción del acceso alimentario como un desafío cotidiano de vivir.

“A la leche me la dan en la sala, es marca Manfrey. Cuando se me acaba la compro en la plaza del 8 de abril (referencia a uno de los barrios de nuestro estudio) a algunas mujeres retiran de la UPA y la vende algunas a 75 y otras a 100: -“A veces sacas dos cajas por 150,... están apretadas y venden... y yo pienso, te están dando tus hijos deben consumir” (Andrea)

Estrategias como “buscar la oferta”, “aprovechar cuando pasa el verdulero”, “comparar precio y distancia”, implican un *“sacar ventaja”* para procurar el alimento diario: *“si o si tienes que cocinar”*

La creatividad es puesta en práctica por la mayoría de las familias, forma parte de la gestión diaria del comer. La misma no es un acto repetitivo, requiere una fuerte dosis de esfuerzo en su planificación y en la administración de recursos escasos.

“Nosotros aquí somos humildes pero la comida aquí, como le digo, no falta” (Claudia).

De las cocinas familiares en Santiago del Estero: “comer mucho y bien en fiesta”.

Para Fischler (1995) la cocina es mucho más que la suma de ingredientes y técnicas que se utilizan para cocinar, ya que representan las creencias y prácticas asociadas a ella y que comparten los individuos pertenecientes a una misma cultura.

Las cocinas familiares se construyen y las modalidades familiares de llevar adelante la práctica de comer presentan tanto coincidencias como diferencias de familia a familia. En ese marco la gramática culinaria estructura la cocina,

codificando, evaluando y controlando con precisión (por medio de marcadores tanto sensoriales como sociales) cada uno de sus engranajes: hora, número de comidas, asociaciones de alimentos, preferencias, valores simbólicos y tradiciones familiares, modos de preparar, servir, distribuir y compartir la mesa, los tiempos y los espacios (Huergo, 2012)

Di Lulo (1935), pensando en Santiago del Estero, planteaba que un renglón de las costumbres, harto descuidado era la cocina. Y sin embargo, nada más importante que ella para conocer el carácter de los individuos, desde que es posible descubrir, a través de sus predilecciones, modalidades psicológicas bien interesantes.

La tarea de analizar las cocinas familiares comienza con la descripción de su puesta en marcha a través de sus gramáticas culinarias. Para Huergo (2016) la construcción analítica de la gramática culinaria familiar presenta cuatro dimensiones relacionales que adoptaremos a los fines de este análisis: Carta de menús familiares (comidas/bebidas frecuentes, comidas in-imaginables de existencia, comidas que generan curiosidad de ser probadas, comidas consideradas no comidas, comidas que se extrañan, sus modificaciones); Cocinero (Transmisión de los haceres/saberes culinarios, Rol

asumido al cocinar, Criterios para elegir el menú, sensibilidades asociadas al cocinar, normativa impartida); Comensales (Niños como destinatarios, Adultos como destinatarios); La situación de compartir el espacio-tiempo de comer (Con un nos-Otros, Con un-Otro de clase, Significados del compartir la comida).

Cartas de Menús Familiares

En las primeras décadas del siglo pasado, Di Lulo (1935) marcaba un patrón en la alimentación de nuestro pueblo, afirmaba que el régimen carneo fue y es la base de la alimentación popular de Santiago. Era natural que la carne interviniese en la preparación de los más diversos platos, a tal punto que los que no la contenían eran designados como comida de “gringos”:

Santiago del Estero tiene predominio de población rural¹⁰, por lo cual muchas familias, de distintos sectores atan sus raíces o guardan relaciones de parentesco con familias rurales. En los

¹⁰ Se observa en Santiago del Estero el mayor índice de ruralidad de todo el país, que en 2010 alcanzaba el 31,3% frente al 9% nacional y una gran dispersión y una baja densidad poblacional relativa, que se estima para 2020 en un nivel de 7,2 habitantes por kilómetro cuadrado en la provincia, frente a un 16,3 del total país.

relatos se marca la continuidad de ciertas costumbres y patrones alimentarios.

Según Zapata, Rovirosa y Carmuega (2019) en Argentina los hogares rurales presentan mayor consumo aparente de gran parte de los grupos de alimentos. Para los autores, estas diferencias observadas se relacionan con las condiciones en la disponibilidad y la accesibilidad de algunos grupos de alimentos en el entorno rural como, por ejemplo, el caso de los alimentos frescos de más difícil acceso, y la carne ovina y porcina que, por ser muchas veces de producción local, se consume en mayor cantidad.

“De todo traigo cuando voy al campo, una bolsa de anquín, gallina, huevos...aquí es caro y feo. Usted no sabe lo que salen los bizcochuelos con huevos caseros” (Estela)

Existen en las cartas de menú alimentos que evocan la nostalgia, alimentos biográficos. Su preparación se asocia a recuerdos gratificantes, personas queridas y lugares que forman parte de la historia y crianza de quienes ejercen el rol de cocinero en las cocinas Santiagueñas.

“A la siesta o a la tarde en vez de hacerles matecocido les preparo “masa blanca” como nos hacía mi abuela”. Andrea

repara afanosamente la receta, cuenta que sus abuelos eran del campo y que ellos les enseñaron a cocinar, con maíz tostado.

“A mi me encantaba la añapa¹¹, no sé si usted ha escuchado nombrar... lo lavamos a la algarroba y le sacas el palito de ahí y luego lo machacamos con la mano del mortero y así sabía hacer mi mamá y mi papá en el campo” (Carmen)

Cocinero/a

En la cultura occidental, las “gramáticas culinarias” (Fischler, 1995) son transmitidas principalmente por vía materna y están fuertemente vinculadas a la trama familiar que a su alrededor se configura.

“Aprendí de mi mamá y viendo (silencio) y viendo, buscando recetas y de ahí...Y... en la tele, revistas, en cosas que encuentro” (Marcela)

¹¹Añapa (quechua,kakán) beb NOA, Catamarca, Salta, La Rioja, Santiago del Estero. Bebida refrescante que se prepara con algarroba machacada, macerada en agua que no se deja entrar en fermentación. A diferencia de la aloja que es una bebida fermentada con una preparación similar. Definición extraída de Alimentos, saberes y sabores. Pequeño atlas del patrimonio gastronómico del Noroeste Argentino de Jorge Alberto Garufi Aglamisis.

Así cobra centralidad la estrecha vinculación entre el significativo cocina y rol materno. Tanto la presencia de los hijos como prioridad al momento de seleccionar, elaborar y compartir los alimentos, como las comidas provistas en algún momento de la vida por madres y abuelas otorgan una carga simbólica tal a las prácticas culinarias que permanece vigente frente a las complejas formas de vida de la sociedad actual.

Los recuerdos sobre quién les enseñó el oficio de cocinar forman parte de las decisiones y elecciones de las cocinas que dirigen los encargados del hogar. El afecto pasa por la transmisión de los saberes aprendidos de generación en generación.

“En mi casa, en mi mamá, ella me enseñó a cocinar, ella me enseñó la comida, a envasar las frutas, los dulces, todo eso hacía ella” (Carola)

“Así sabía hacer mi mamá y yo he aprendido de ella” (Carmen)

Los recuerdos y aprendizajes no siempre se relacionan con los afectos, a veces originan angustia. Los relatos están atravesados por emociones e imágenes contundentes, y definen “el saber y el hacer”:

“Aprendí a cocinar sola, mi mamá no nos dejaba acercarnos a la cocina... (rompe en llanto), no nos dirigía la palabra”
(Roxana)

Si bien hoy en día este rol de hacerse cargo de la cocina ha sufrido algunas transformaciones, especialmente en ciertos grupos y sectores y el rol de la mujer se ha ido modificando estratégicamente al interior de los diferentes estratos sociales (Del Campo y Navarro, 2012), pero quienes tienen el privilegio de ejercerlo en las familias entrevistadas son las mujeres. El protagonismo del género femenino (Garrote, 2003 como se citó en Pasarín y Teves, 2020) para estrategias vinculadas a la alimentación es evidente, posibilitando de este modo formas más efectivas de reproducir su existencia y la de su grupo familiar.

“Y bueno generalmente yo decido que es lo que se va a comer”
(Cecilia)

Este rol femenino lo asume la responsable del hogar, acompañada principalmente por hijas mujeres y nueras y eventualmente por hijos varones o maridos en ocasiones especiales, en comidas como el asado u otras preparaciones en parrilla u horno de barro.

“Mi marido él hace tortilla por ahí, hacemos, por ejemplo, hace dos kg y ya nos queda tortilla para toda la semana” (Jazmín).

Comensales

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.

Una de las prácticas que contribuye significativamente a acceder a los alimentos, es la articulación entre unidades familiares sumando sus provisiones para comer juntos. En otros casos se trata sencillamente de hogares extendidos, esto es, un grupo formado por la familia nuclear (matrimonio con hijos) y otras personas emparentadas donde varios aportan económicamente para la elaboración de la comida principal

“nosotros tenemos comedor comunitario en casa” su mujer acompaña con risa cómplice... “todos pasan a la hora de la comida y ya se quedan, mi hija, el yerno, el chiquito...el otro también... compramos la gaseosa nomás...dicen que rico y se sientan. Ella es buena cocinera y yo pago con esto (golpeándose con palmadas la espalda)...los domingo somos dieciocho y los otros días como catorce”

“Mi hijo de 32 años y yo ponemos la plata para las compras. Mi nuera cocina. Comemos todos juntos, somos trece. Puede ser dos kilos de milanesa y una botella de aceite de 900ml para que alcance o sino guiso de arroz con pollo o ensalada, la hacemos con pollo hervido y verdura, como salpicón” (Roxana)

Del acompañamiento y la presencia alrededor de la mesa se desprenden sensaciones, sentimientos y hasta el propio gusto por la comida: *“Antes estábamos todos, ahí hacía todo eso. Yo hacía todo casero, pastas, mayonesa, ahora ya no, somos dos nomás,...cuando vivíamos con mi marido, por ejemplo... se comía asado, pizzas empanadas...”* (Palmira)

La presencia del otro, referente afectivo, garantiza el disfrute y que el acto de comer no se vuelva una simple rutina. Siempre se cocina de acuerdo al gusto de los comensales y de sus necesidades.

“Mi hija también aparte de su miastenia, y por su osteoporosis también y por su diabetes, (...), entonces generalmente nosotros no cocinamos cosas que puedan hacer mal, por ejemplo, muchas harinas, no” (Estela)

Los comensales especiales son los niños, destinatarios tanto de alimentos considerados saludables para su crecimiento

“por ejemplo, a ella no le podría faltar la leche... si ella no tiene leche, no se... yogures, eso sí, también!” (Daniela) Los abuelos tienen sus reservas para los nietos que van de visita;- *“por ahí hago flan, compro flan, gelatina y les tengo ya”*

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 la reunión familiar, se concreta pese a cualquier circunstancia.

-“Los fines de semana, cuando nos invitan nuestros viejos un domingo, si o si comemos asado” (Jazmín)

Ir a comer a la “la casa de los padres”, más allá de constituir una estrategia racional de “ahorro”, se relaciona principalmente con sostener los lazos familiares.

Las fechas especiales se celebran con comidas especiales y abundantes. Cumpleaños, bautismos, casamientos, aniversarios, feriados y otras fechas significativas son ocasiones de encuentro con familiares y amigos. Los anfitriones preparan comida en abundancia exhibiendo sus dotes culinarias.

“Aquí todos, a mi todos me viene por la empanada. Yo... todos los eventos, así, 15 y casamiento... siempre vienen y me encargan empanada, empanada.” (Marcela)

El loco... cuando cumpla años yo los 25 de mayo” y nos deleita con su receta que “cuando se puede” (haciendo referencia a lo económico) incluye todo tipo de cortes de carne (especialmente vísceras) y legumbres: “Le hago amanecer al poroto y al maíz, después lo pongo tempranito (...) mucho zapallo, me lo sale re cremoso, chorizo, lleva tripo gorda, chorizo común o puede ser el colorado, este... el mondongo, pucheritos de chancho, eso, pedacitos e carne, de pala, puchero, de todo...”

Di Lullo (1935) al respecto comentaba: las matronas rivalizaban en la preparación de platos succulentos que se obsequiaban entre las familias. La comida es un placer y las familias se enorgullecen de dulces, de pastas, de arropes, de fórmulas delicadas y se esmeran en prolijos métodos

Se trata de “comer mucho y bien en fiesta”, enfada quedar excluido... “yo estaba operada de vesícula y era día del padre, de todo han hecho...y yo con el pollo y las verduritas,...a eso de las 4 hey sacado todo de la heladera, de bronca, todo hey

comido: el lechón, chorizo, empanadas, me he mando un fernet con las chicas, hey agarro la bici y me hey ido para mis amigas...mirá si ellos nomás van a festejar, con la faja de la operación puesta andaba todavía” (Susana).

Tiempo y espacio del comer

El escenario privilegiado para comer es el del hogar donde se convive aunque no suele ser a un acto a “puertas cerradas”. La precariedad habitacional, algunas veces impone cocinar al aire libre, con una mesa improvisada que oficia de mesada durante la preparación de la comida y mesa a la hora de servirla y compartirla.

En algunos casos este momento es compartido con “otras mesas”, especialmente por los niños que asisten a escuelas estatales: *“Los más chicos comen en la casa y en el comedor de la escuela” (Roxana)*

También se entretajan en torno a estos espacios otros vinculados a organizaciones vecinales: *“En algunos casos se juntan en una casa familiares y vecinos y realizan una comida comunitaria”; “Le están ayudando con mercadería y dinero para poder pasar el día”; “Están tratando de realizar alguna huerta, aunque sea en macetas” (Entrevista grupal)*

El comer juntos en un tiempo y espacio determinado otorga identidad y sentido a las vivencias de cada integrante de la familia, *“Pero como todos, la mayoría vienen todos los días, vienen en total 12 o más también, 15, vienen los hijos y sus nietos, más está aquí que allá”* (Cármén)

En muchos hogares a los miembros de la familia que vuelven de trabajar fuera se los espera para almorzar: *“Si, por ahí ya a esa hora ya cocino yo, por q, ahí eh.. esa hora viene pue él y esa hora comemos juntos”* (Jazmín)

Así, la comida del mediodía se extiende con el mate de la siesta, muchas veces como tiempo deseado y buscado de unión y especialmente los fines de semana.

El olorcito a asado que atrae, aglutina y genera felicidad y sirve para “presumir” que estoy compartiendo con la familia ese alimento deseado por todos los vecinos; todos se sientan a la mesa cuando está lista la comida.

Espacios que transcurren mayormente entre pisos de tierra y cemento, dónde las preparaciones del día a día todavía se desarrollan con la noble leña y el carbón y se crean asadores improvisados o espontáneos entre chapas, con algunos ladrillos que se encuentran en los terrenos, puede ser al fondo

o adelante a la vista de todos, como buscando los testigos vecinales de este tiempo que se comparte para adentro y para afuera con orgullo.

“... de hambre, de ahí en más, no nos vamos a morir”
(Marcela).

Discusión y Conclusiones

Desde una matriz interpretativa procuramos desentramar sentidos y significados compartidos por los santiagueños en torno a las prácticas cotidianas del comer en contextos de vulnerabilidad. Acercarnos a las mesas familiares santiagueñas e indagar qué se come cada día implicó el desafío de escuchar historias “con sabores” y “sin sabores” sobre sus estrategias para afrontar la carencia y satisfacer una necesidad básica irrenunciable.

En coincidencia con autores que nos sirvieron como punto de partida (Aguirre, 2011; Huergo, 2016 y Sottile, 2015) en estos hogares predominan las “comidas de olla”, “rendidoras”; elaboradas a base de salsas y aceite, preferentemente condimentadas y con carne en la medida de lo posible.

La mesa familiar santiagueña es predominantemente extendida y participan de ella comensales fijos (los que están todos los días) e invitados (frecuentes, ocasionales y circunstanciales); se trata de compartir *“lo que se tiene”* porque se considera que *“donde comen muchos, puede comer uno más”*.

En contextos similares de otras ciudades, a pesar de contar con recursos, en muchos hogares, sus miembros no comparten la mesa todos los integrantes del hogar. Pasarín y Teves (2020) señalan en su estudio que algunos comían en soledad en las cocinas mientras otros lo hacían las habitaciones, sobre la cama y/o mirando televisión. También afirman que en ocasiones, aunque compartían la misma mesa y consumían la misma comida, el televisor solía encontrarse encendido y consideraban que la relación que podía establecerse en el momento de compartir los alimentos tendía a diluirse.

A diferencia de los resultados obtenidos por las citadas autoras donde general, las entrevistadas mencionaron que preferían comprar antes que producir, por las pocas personas que habitan en los hogares y el tiempo que demandaba la labor productiva; las mujeres de nuestro estudio no resignan

la tarea de preparar la comida, se esmeran y están orgullosas de sus platos, dado que suponen un lugar de reconocimiento por parte del grupo familiar.

Se observó que las familias santiagueñas en contexto de vulnerabilidad generan numerosas estrategias para afrontar la carencia en el marco de sus restricciones. El hecho de “buscar la oferta”, de establecer prioridades en la provisión de alimentos para niños y los enfermos da cuenta del esfuerzo, tiempo y energía invertida para planificar las estrategias alimentarias.

Algunas similitudes con otros estudios se presentan en las estrategias de compra. La adquisición de alimentos secos y frescos, incluyendo frutas y verduras, se realizaban en general en los negocios cercanos al hogar y son llevadas a cabo de manera semanal o incluso diaria (Pasarín y Teves, 2020) Dado el elevado valor de la carne vacuna, a veces la compra se hacía a mayor distancia. Con menor frecuencia, se realizaban compras en grandes supermercados

Se distingue una comensalidad cotidiana, la de todos los días, y una comensalidad especial, de ocasiones particulares. En referencia a la primera, se organiza en función de horarios y

obligaciones (trabajo, estudio y rutina del hogar). Y representan momentos para compartir, para cuidar la unión familiar y conversar. Las ocasiones especiales se caracterizan por la mayor dedicación de las cocineras en la elaboración de las comidas: celebraciones con platos especiales y cargados de afecto. Muchos y muy frecuentes son los motivos de celebración, van desde cumpleaños, casamientos, bautismos y aniversarios a celebraciones patrias.

Los denominados alimentos biográficos construyen la identidad de la cocina santiagueña y estos resultados, en coincidencia con Sottile (2015), dan cuenta que la transmisión cultural es más que el aprendizaje de una técnica de cocina o de manejo del fuego -en nuestro caso con leña y carbón- abarca la historia en que está inmersa nuestra comunidad, la historia de vida de sus integrantes, y la historia de las comidas en sí mismas según ingredientes, estilos, procedencias. Refiere también a la formación de un gusto específico por ciertas comidas o ciertos condimentos que no son universales, sino particulares del grupo de procedencia: son señas de identidad. Esas que se desarrolla en torno al “Olorcito a asado” ligado a nuestro régimen cárneo, al “locro del cumpleaños de la

abuela” y al comer todos juntos el domingo en “la casa de los padres”.

Coincidimos con Sottile (2015) que “la cocina como práctica cargada simbólicamente constituye uno de los lugares donde se han gestado y modificado los roles atribuidos socialmente a hombres y mujeres y la formación de sus respectivas identidades” (p. 9). En este sentido, existen trabajos que muestran la vinculación entre alimentación cotidiana y las mujeres, así como entre prácticas y representaciones alimentarias e identidades de género. En coincidencia con nuestros resultados, todos ubican mujer como organizadora y principal estrategia (emocional y racionalmente). La cocina continúa siendo una práctica con una función transmisora de valores y de identificación de roles de género, en permanente tensión con otros discursos y prácticas sociales.

Una reflexión que se desprende de la investigación es que hay escasos registros en los relatos de la asistencia económica por parte del Estado. Los encargados de hogar refieren mayormente a la inversión de dinero obtenido a diario de trabajos informales.

Las estrategias alimentarias de las familias santiagueñas en contexto de vulnerabilidad involucran la gestión diaria del comer, apelando a la creatividad y planificando en el marco de sus restricciones económicas. Esta organización incluye la cotidianeidad donde se esfuerzan por garantizar al menos una comida sin resignar el gasto festivo de comer en el marco de la familia extendida. La Carta de menús familiares, la generosa inclusión de otros comensales, en contextos de carencia se la lleva como estandarte de resistencia y protección de la historia alimentaria familiar, cultural e histórica. Cuando se puede, se celebra, cuando se celebra se “come mucho y bien en fiesta”

Agradecimientos

Esta investigación fue aprobada y financiada en el marco del Concurso SeCyT - Convocatoria 2016. (Res 247/17 Universidad Católica de Santiago del Estero). Las acciones se enlazan con la Responsabilidad Social Universitaria, entendida como una exigencia ética de sostenibilidad que nos obliga como actores fundamentales en tanto comunidad universitaria a preocuparnos de las consecuencias sociales y ambientales de nuestros actos. La responsabilidad social nos interpela desde la fragilidad de otros cuya carencia condiciona sus estrategias de vida y las orientan a la reproducción de desigualdades

Referencias Bibliográficas

Aguirre, P. (2004). Ricos flacos y gordos pobres. La alimentación en crisis Claves para Todos. Editorial Capital Intelectual, Buenos Aires.

Aguirre, P. (2008). Los alimentos rendidores y el cuerpo de los pobres. Recuperado de <https://unlp.edu.ar/frontend/media/72/4572/ff3f7792dddcf8ea6286301d455f1d56.pdf>

Bourdieu, P. & Wacquant L. (1998). Respuestas por una antropología reflexiva. Ed. Grijalbo, México.

Cattáneo, A. (2000). Alimentación, salud y pobreza: la intervención desde un programa de desnutrición .Recuperado de

<https://unlp.edu.ar/frontend/media/70/4570/398f110f8e483e934a91cfd00244649a.pdf>

Colucci, A., Caumo, M., Santillán H., Cantos A., Moreira, L. y Gioria; A. (2012). La expansión de la ciudad de Santiago del Estero. Los servicio de salud, educación y transporte en la nueva periferia. Nuevas Propuestas, 51&55, 93-124.

Caumo M., Santillán O. y Gomez D. (2017). Los barrios del sector periférico de la ciudad de Santiago del Estero. Características socio-territoriales. Revista Trazos Universitarios. Recuperada de <http://revistatrazos.ucse.edu.ar/index.php/2017/05/29/los-barrios-del-sector-periferico-la-ciudad-santiago-del-estero-caracteristicas-socio-territoriales/>

Di Lulo, O. (1935). La Medicina Popular de Santiago del Estero. La Alimentación Popular de Santiago del Estero. Editorial El Liberal, Santiago del Estero.

Fischler, C. (1995 [1990]). El (h)Omnívoro. El gusto, la cocina y el cuerpo. Barcelona: Anagrama

Guber R. (1988): El salvaje metropolitano. Colección Comunicación y Sociedad. Editorial Legasa, Buenos Aires.

Hammersley, M.; Atkinson, P (1994). Etnografía. Métodos de Investigación. Paidós, Barcelona.

Huergo J (2012). Encima que les dan, eligen, Políticas alimentarias, cuerpos, emociones. Revista Latinoamericana de estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad N° 8. Año 4. Abril Julio 2012. Argentina, p. 29 a 42

Huergo J (2016) Reproducción alimentaria-nutricional de las familias de Villa La Tela, Córdoba, Universidad Nacional de Córdoba. Editorial del Centro de Estudios Avanzados, Córdoba, Argentina

Huergo, J (2016). Darse un gustito. Cocinar y comer en familia. Villa La Tela, Córdoba, Argentina, Physis Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, 26 [4]: 1125-1159, en <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-73312016000400004>

Pasarín Lorena, Teves,L (2020) Estrategias Alimentarias de Unidades Domésticas Vulnerables en Sectores Periurbanos de la Provincia de Buenos Aires (Argentina).

Aportes al Diseño y la Gestión de Organizaciones Locales y Políticas Públicas Actuales

Sottile, C. (2015) A través de la mesa. Los saberes alimentarios y su modificación en la segunda mitad del Siglo XX, en la Ciudad de Buenos Aires. Tesis de Licenciatura Universidad de Buenos Aires. Facultad de Filosofía y Letras Departamento de Ciencias Antropológicas Recuperado de <http://antropologia.filo.uba.ar/sites/antropologia.filo.uba.ar/files/documentos/Sottile%20-%20Tesis.pdf>

Zapata, M., Roviroso, A., Carmuega, E., Urbano y rural (2019). Diferencias en la alimentación de los hogares argentinos según nivel de ingreso y área de residencia en salud colectiva |

Universidad Nacional de Lanús | issN 1669-2381 | eissN 1851-8265 | doi: 10.18294/sc.2019.2201

UCA (2020) La pobreza más allá de los ingresos. Nuevo informe sobre pobreza multidimensional (2010-2019) recuperado de <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9521/1/pobreza-enfoque-de-derechos.pdf>

UCA (2022) Diagnóstico regional y participativo sobre la situación, logros y desafíos del desarrollo social en la provincia de Santiago del Estero durante la última década (2010-2021)

5 CAPÍTULO

Conceptualización y consumo de productos ultraprocesados desde la perspectiva del consumidor

Franco Darío Della Fontana
Ana Paula Olivares La Madrid
Walter Omar Gómez
Fernando Josué Villalva

CONCEPTUALIZACIÓN Y CONSUMO DE PRODUCTOS ULTRAPROCESADOS DESDE LA PERSPECTIVA DEL CONSUMIDOR¹

Franco Darío Della Fontana²

Ana Paula Olivares La Madrid³

Walter Omar Gómez⁴

Fernando Josué Villalva⁵

¹ Proyecto Intercátedras Convocatoria 2023-2024: "Conceptualización y consumo de alimentos ultraprocesados: perspectivas del consumidor".

² Lic. Franco Darío Della Fontana, Cátedra Estadística Aplicada a la Nutrición, UCSE DASS. francodario.dellafonana@ucse.edu.ar

³ Dra. Ana Paula Olivares La Madrid, Instituto Nacional de Tecnología Industrial (INTI)

⁴ Esp. Walter Omar Gómez, Cátedra Estadística Aplicada a la Nutrición, UCSE DASS

⁵ Lic. Fernando Josué Villalva, Cátedra Técnica Dietoterápica y Fisiopatología y Dietoterapia del Adulto, UCSE DASS. fernandojosue.villalva@ucse.edu.ar

Introducción

En los últimos años se ha incrementado la preocupación por el elevado consumo de productos ultraprocesados (PUP). Actualmente, según la ENNyS2 (Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación, 2019) la prevalencia de exceso de peso fue de 67,9% y se observaron proporciones considerables de consumo diario de PUP. Por otro lado, dicha encuesta se halló que solo un tercio de la población lee las etiquetas, y de ellos solo la mitad las entiende. Frente a esta situación, se sancionó la Ley 27642 (Promoción de la alimentación saludable, 2021) con el objeto de: *“Garantizar el derecho a la salud y a una alimentación adecuada a través de la promoción de una alimentación saludable, brindando información nutricional simple y comprensible de los alimentos envasados y bebidas analcohólicas, para promover la toma de decisiones asertivas y activas, y resguardar los derechos de los consumidores”*. Sin embargo, dada la situación epidemiológica nutricional de la región resulta relevante indagar los aspectos relacionados de en cuanto a las percepciones, conocimientos y al consumo de PUP que permitan reorientar las estrategias actuales para la mejora de la situación alimentaria y nutricional de la región.

Diversos estudios realizados en las últimas décadas han hallado asociaciones entre el elevado consumo de PUP con mayor prevalencia y tasas de mortalidad por enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) (Babio et al., 2020). Esto lo han atribuido al alto contenido de grasas, sal y/o azúcar de estos productos y a su bajo contenido de fibra dietética, proteínas, micronutrientes y compuestos bioactivos (Babio et al., 2020; Organización Panamericana de la Salud, 2019). Sin embargo, la compra y consumo de estos productos ha aumentado considerablemente tanto en el mundo como en Latinoamérica (Babio et al., 2020; Organización Panamericana de la Salud, 2019). Por ello es de particular interés explorar las percepciones de los consumidores en cuanto al concepto, consumo e intención de compra de PUP a través de métodos de investigación en nutrición mixtos. De esta forma se podrá describir este fenómeno utilizando una combinación de métodos cuantitativos para obtener una perspectiva del consumidor en profundidad, y así obtener información que permita una optimización de las políticas alimentarias y nutricionales destinadas a la prevención de ECNT.

Según el sistema NOVA, los PUP son formulaciones industriales que suelen estar compuestas por cinco o más

ingredientes como sal, azúcar, aceites, grasas y/o otras sustancias alimentarias como proteína hidrolizada, almidones modificados, aceites hidrogenados o interesterificados, los cuales son usados para imitar las cualidades sensoriales de los alimentos sin procesar o mínimamente procesados (Organización Panamericana de la Salud, 2019). Algunos ejemplos de PUP son bebidas gaseosas, snacks dulces o salados envasados, helados, chocolate y caramelos dulces, quesos procesados, galletas (bizcochos), mezclas para tortas, cereales de desayuno, barritas de cereales y energéticas, bebidas energéticas, yogur, bebidas de cacao, extractos y salsas instantáneas de carne y pollo, embutidos, productos cárnicos reconstituidos, sopas, fideos y postres instantáneos envasados y en polvo, entre muchos otros (Organización Panamericana de la Salud, 2019).

En función de todo lo expuesto este estudio tuvo como objetivo comprender la percepción del consumidor frente al concepto y consumo de PUP. Para ello se consideraron como objetivos específicos:

Describir la percepción del concepto de producto ultraprocesado mediante técnicas proyectivas.

Identificar diversos factores sociodemográficos que pueden influenciar en la percepción del concepto de producto ultraprocesado.

Determinar la frecuencia de consumo de PUP y sus posibles factores sociodemográficos asociados.

Identificar los atributos del rotulado de PUP influyentes en la intención de compra.

Para alcanzar estos objetivos, se llevó a cabo un estudio descriptivo de corte transversal en la provincia de Jujuy, desde la Universidad Católica de Santiago del Estero departamento Académico San Salvador de Jujuy. La población de estudio estuvo conformada por consumidores argentinos mayores de 18 años del noroeste argentino⁶. Se aplicó un muestreo no probabilístico de tipo bola de nieve en redes sociales

⁶ Para la obtención de los datos con responsabilidad y ética se tomaron los resguardos pertinentes, teniendo en cuenta como principios éticos la autonomía, beneficencia y no maleficencia y justicia, basados en las declaraciones de Núrenberg, Helsinki y Tokio. Se solicitó el consentimiento informado de los consumidores previo a la participación del estudio. Además, se mantuvo el secreto estadístico (Ley 17.622) y la privacidad y protección de los datos de los participantes (Ley 25.326).

(Brickman Bhutta, 2012). Se consideró un tamaño muestral mínimo aceptable de 100 consumidores para cada técnica aplicada en cada objetivo (Lawless & Heymann, 2010). Como criterios de inclusión se consideraron: nacionalidad argentina; mayor de 18 años; contar con dispositivos tecnológicos (celular, computadora, tablet, etc.) y suscripción a redes sociales (Facebook, Instagram, Whatsapp, Twitter, etc.). Para la recolección de datos se aplicaron encuestas online semiestructuradas y autoadministradas elaboradas con el software Surveymonkey. Se confeccionaron preguntas cerradas para las variables sociodemográficas y la frecuencia de consumo de AUP. Se consideraron como variables sociodemográficas: edad, género, nivel educativo, lugar de residencia (región/provincia) y relación de la profesión con el cuidado de la salud y/o nutrición.

Para evaluar el consumo de ultraprocesados se utilizó una adaptación del NOVA screener, el cual presenta una lista de 23 subgrupos de productos ultraprocesados. Dicho instrumento indaga sobre la ingesta de estos subgrupos los cuales los divide en tres categorías: bebidas (seis subgrupos), productos que reemplazan o acompañan las comidas (10 subgrupos), y productos que comúnmente se consumen como snacks (siete

subgrupos) (Costa et al., 2021). Para la adaptación se cambiaron las denominaciones de algunos alimentos que no se consumen habitualmente en Argentina por otros productos ultraprocesados que sí son de consumo habitualmente. Por ejemplo, se modificó el producto “Tortas envasadas” por “Alfajores”.

Por otro lado, se aplicó una prueba de asociación libre de palabras (ALP) para el estímulo “alimento ultraprocesado”; para ello se incluyó la siguiente pregunta abierta: *“¿Cuáles son las primeras 4 asociaciones, recuerdos o imágenes que le vienen a la mente al leer Alimento Ultraprocesado?”*. También, se aplicó la técnica de listado libre (free listing task - FLT) (Ares, Vidal, et al., 2016; Hough & Ferraris, 2010) considerando como estímulos los conceptos correspondientes a la clasificación NOVA. La indicación para el consumidor fue la siguiente: *“Por favor liste alimentos o productos que considere como ultraprocesados. Pueden ser aquellos que haya consumido, escuchado hablar o visto”*.

La mediana de edad de los participantes fue de 30 años (mínimo 18, máximo 62 años). La muestra se caracterizó por una predominancia de mujeres (73%, n=87), proporciones similares de residentes de Salta y Jujuy, un nivel

socioeconómico alto (con un ingreso mayor a un millón de pesos por mes) y con un porcentaje elevado de participantes con estudios superiores completos o incompletos (Tabla 1).

Un 95% tenía un patrón alimentario de tipo omnívoro y solamente el 5% restante manifestó mantener un patrón vegetariano. Se observó además que un 55% (n=66) no estudiaba ni trabajaba en algo relacionado al cuidado de la salud, nutrición o alimentación. Los PUP en los que se observó un mayor consumo el día anterior a la encuesta fueron las gaseosas, aderezos, fiambres, papas fritas (tipo snack), las galletas dulces y el pan de molde (consumo >18%).

Tabla 1: Características sociodemográficas de los consumidores (n=119). Salta – Jujuy 2024

Características	n	%
Sexo		
Mujer	87	73,1
Varón	31	26,1
Prefiero no decirlo	1	0,8

Características	n	%
Lugar de residencia		
Jujuy	65	54,6
Salta	54	45,4
Nivel Socioeconómico		
Bajo	16	14,4
Medio	39	35,1
Alto	56	50,5
Nivel educativo		
Primario completo	1	0,84
Secundario completo	16	13,45
Secundario incompleto	2	1,68
Terciario completo	19	15,97
Terciario incompleto	5	4,20
Universitario completo	44	36,97
Universitario incompleto	32	26,89

Es destacable la elevada proporción de PUP consumidos y la predominancia de productos con excesivo contenido en

azúcares, sodio y grasas en la alimentación habitual de los participantes. Diversas investigaciones han identificado la asociación del consumo de estos productos con resultados adversos para la salud como un mayor riesgo de aparición de enfermedades como obesidad, síndrome metabólico o mayor riesgo de mortalidad (Pagliai et al., 2021).

Figura 1: Productos ultraprocesados incluidos en el Nova Screener consumidos en el día anterior a la encuesta. Salta y Jujuy, Argentina. Año 2024



En cuanto a las pruebas proyectivas de asociación empleadas, se observaron resultados interesantes en cuanto a las

asociaciones que los consumidores tienen con los conceptos involucrados en la clasificación de NOVA. Los términos mayormente asociados al estímulo “alimentos ultraprocesado” fueron conservantes, no saludable, hamburguesas, galletas, grasas, azúcar, exceso y algunos ejemplos de alimentos como “papas fritas” (Figura 2).

Por otro lado, la aplicación de técnicas como la de listado libre (FLT), permitió reconocer los alimentos que mayormente son asociados a la clasificación de NOVA. De esta manera, se puede obtener una aproximación de lo que el consumidor comprende por producto ultraprocesado, procesado o mínimamente procesado.

Figura 2: Asociaciones de los consumidores del concepto de alimento ultraprocesado. Salta y Jujuy, Argentina. Año 2024



Existen diversos factores que pueden condicionar el consumo de PUP y lo que el consumidor entiende o percibe de los mismos. Por ello resulta relevante poder estudiar qué aspectos del rotulado de los PUP puede influenciar su compra y aceptabilidad. Esto se debe a que el envase de un producto puede ser la fuente de información para los consumidores como herramientas de persuasión de la industria alimentaria a través de las diversas estrategias de marketing (Wang et al., 2023).

Para analizar la influencia de los atributos del envase de un PUP en la aceptabilidad e intención de compra se aplicó un análisis conjunto del tipo “Rating-based” según lo planteado por Ares et al. (2016). Se elaboraron imágenes de PUP ficticias con el agregado de los atributos de interés: denominación de venta, utilización de sellos de advertencia según Ley 27642, información nutricional complementaria y utilización de leyendas sobre la preparación del producto. El producto seleccionado fue la galleta dulce por su elevado porcentaje de consumo en el primer estudio y por la factibilidad de poder agregar todos los atributos de interés en los rótulos ficticios.

Luego, se diseñaron 8 rótulos a partir de un diseño factorial fraccionado $\frac{1}{2} \times 23 \times 3$ donde se obtuvieron 12 experimentos de los cuales 4 no eran factibles de realizar por ser contradictorios con la legislación nacional actual (Tabla 2). Se seleccionó este diseño para evitar la saturación de los consumidores al evaluar varios productos (Ares, Arrúa, et al., 2016). Los rótulos diseñados no correspondían a ningún producto comercial disponible en el mercado de la región para evitar la influencia de experiencias previas con los productos en la percepción de los participantes. La información incluida en los rótulos se elaboró en función de lo que requiere la legislación Argentina.

Se elaboró una encuesta estructurada online con SurveyMonkey (SurveyMonkey Inc., San Mateo, California, EE. UU.) donde los participantes debían indicar en una escala hedónica de 9 puntos qué tanto les gustaría ese producto si lo consumieran, luego de observar detenidamente cada imagen del producto. Las imágenes de los diseños fueron presentadas de forma aleatoria entre los consumidores de acuerdo a un diseño de Cuadrado Latino de Williams para evitar efectos del arrastre y de orden (Ares, Arrúa, et al., 2016). También se recolectaron en esta encuesta los mismos datos sociodemográficos mencionados previamente. Los datos del análisis conjunto se analizaron a nivel agregado mediante un análisis de la varianza (ANOVA). Las puntuaciones hedónicas se analizaron considerando el efecto principal de las variables de diseño (denominación de venta, presencia de sellos de advertencia, presencia de INC y presencia de otras leyendas) como efectos fijo (Ares, Arrúa, et al., 2016)⁷.

⁷ Todo el análisis estadístico se realizó con el software de acceso abierto R (v4.1.2) y RStudio (R Core Team, 2021) y cuando correspondía se consideró un nivel de significancia del 5%.

Tabla 2: Atributos y niveles del diseño experimental obtenido.

Experimento	Atributos y niveles				Incluido en el análisis
	Denominación de venta	Presencia de sellos	Presencia de INC	Presencia de otras leyendas	
1	Galleta dulce	Sin sellos	Sin INC	Sin leyendas	Sí
2	Galleta dulce dietética	Sin sellos	Sin INC	Sin leyendas	Sí
3	Galleta dulce	Con sellos	Sin INC	Sin leyendas	Sí
4	Galleta dulce dietética	Con sellos	Con INC	Sin leyendas	No
5	Galleta dulce	Con advertencia	Con INC	Sin leyendas	No
6	Galleta dulce dietética	Con advertencia	Con INC	Sin leyendas	No
7	Galleta dulce dietética	Con sellos	Sin INC	Con leyendas	Sí
8	Galleta dulce	Con advertencia	Sin INC	Con leyendas	Sí
9	Galleta dulce dietética	Con advertencia	Sin INC	Con leyendas	Sí
10	Galleta dulce	Sin sellos	Con INC	Con leyendas	Sí
11	Galleta dulce dietética	Sin sellos	Con INC	Con leyendas	Sí
12	Galleta dulce	Con sellos	Con INC	Con leyendas	No

Para este grupo se obtuvieron datos de 126 participantes cuya mediana de edad fue de 28 años (mínimo 18 y máximo 71 años). En cuanto a las principales características sociodemográficas de la muestra (Tabla 3), predominaron las mujeres (72%), residentes de Jujuy (68%), principalmente de ingresos medio a alto (65%) y con nivel educativo caracterizado por secundario completo o superior (97%).

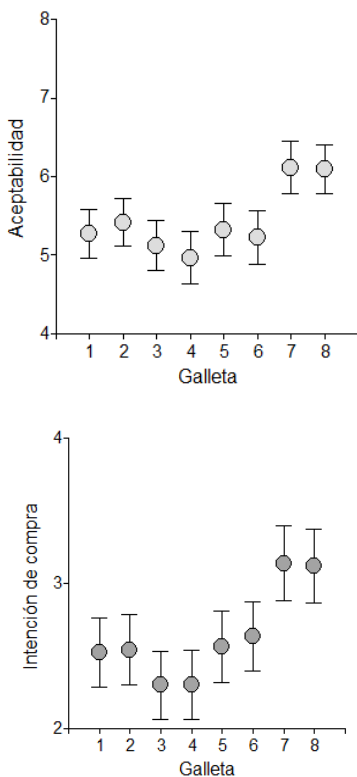
Tabla 3: Características sociodemográficas de los consumidores (n=126). Salta – Jujuy 2024

Característica	N	%
Sexo		
Mujer	91	72,2
Varón	34	27,0
Prefiero no decirlo	1	0,8
Lugar de residencia		
Jujuy	86	68,3
Salta	34	27,0
Otra	6	4,8
Nivel de ingresos		
Bajo	16	12,7
Medio	49	38,9
Alto	33	26,2
Prefiero no decirlo	28	22,2
Nivel educativo		
Secundario completo	23	18,3
Secundario incompleto	4	3,2
Terciario completo	15	11,9
Terciario incompleto	5	4,0
Universitario completo	30	23,8
Universitario incompleto	49	38,9

Del modelo de ANOVA se observó un efecto significativo de la presencia de sellos y de información nutricional complementaria en el rótulo. Del análisis conjunto es importante considerar los atributos de mayor peso para la aceptabilidad de un producto, a partir de la obtención de las utilidades parciales, siendo las utilidades más elevadas para los atributos relacionados con la presencia de leyendas y de información nutricional complementaria. Estos hallazgos se profundizarán en su análisis en futuras publicaciones para comprender los motivos por los cuáles estos aspectos del rótulo influencia en mayor medida las decisiones de los consumidores.

De esta manera, las galletas que no contenían sellos, pero sí contenían en su envase alguna INC o leyenda relacionada con su elaboración, tuvieron medias de aceptabilidad y de intención de compra significativamente mayores ($p < 0,05$) (Figura 6). Se puede observar que la información contenida en el envase condiciona la aceptabilidad esperada y la intención de compra de los productos. Esto se observó tanto para los envases de la galleta dulce como para el de la galleta dulce dietética.

Figura 6: Medias e IC95% de aceptabilidad e intención de compra de las diferentes galletas estudiadas



Estos hallazgos son coincidentes con otros estudios donde la información relacionada con aspectos nutricionales y más saludables del producto son importantes para el consumidor al momento de la compra (Bou-Mitri et al., 2021). Para el desarrollo de productos con un perfil más saludable sería importante considerar entonces, productos que no contengan sellos y en los que se destaquen sus propiedades nutricionales.

Los resultados preliminares de este estudio reflejan hábitos alimentarios preocupantes para la región del NOA, donde existe una prevalencia elevada de consumo de PUP lo que se ve implicado con resultados adversos para la situación alimentaria, nutricional y de salud de la región. Sumado a lo anterior, resulta destacable que los consumidores de la región identifican fácilmente alimentos que pueden ser considerados como alimentos mínimamente procesados como ultraprocesados, sin embargo, conocer esta clasificación pareciera no afectar el consumo de los últimos. Diversos reportes indican que el consumo de alimentos con alto nivel de procesamiento tiene una tendencia secular de aumento (Zapata et al., 2022). Esto podría explicar la situación epidemiológica y nutricional en la que se encuentra el país con

elevada prevalencia de enfermedades relacionadas a la malnutrición por exceso.

De este análisis, surge además la necesidad de profundizar la investigación en diversos aspectos que puedan condicionar el consumo, la aceptabilidad y la intención de compra de los alimentos según su grado de procesamiento. Además, es necesario aplicar y combinar diversas técnicas de análisis de datos de diversas ciencias como las ciencias del consumidor para comprender lo que los consumidores entienden cuando están en contacto con estos productos para poder identificar otros factores que condicionen el comportamiento alimentario.

La aplicación de estas herramientas de análisis en mayor escala permitirá obtener información valiosa para el desarrollo de nuevas políticas públicas que contribuyan a disminuir el consumo de productos con un perfil poco saludable y así promover una mejor alimentación para la comunidad.

Agradecimientos

Los autores agradecen a la colaboración de la Lic. Judith Elizabeth Barrios, Srta. Candela Agustina Ríos y Sr. Maximiliano Sebastián Sánchez en el proyecto de investigación.

Referencias Bibliográficas

Ares, G., Arrúa, A., Antúnez, L., Vidal, L., Machín, L., Martínez, J., Curutchet, M. R., & Giménez, A. (2016). Influence of label design on children's perception of two snack foods: Comparison of rating and choice-based conjoint analysis. *Food Quality and Preference*, 53, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2016.05.006>

Ares, G., Vidal, L., Allegue, G., Giménez, A., Bandeira, E., Moratorio, X., Molina, V., & Curutchet, M. R. (2016). Consumers' conceptualization of ultra-processed foods. *Appetite*, 105, 611-617. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.06.028>

Babio, N., Casas-Agustench, P., & Salas-Salvadó, J. (2020). Alimentos ultraprocesados. Revisión crítica, limitaciones del concepto y posible uso en salud pública (1o). Unidad de Nutrición Humana. Universitat Rovira i Virgili.

Bou-Mitri, C., Abdessater, M., Zgheib, H., & Akiki, Z. (2021). Food packaging design and consumer perception of the product quality, safety, healthiness and preference. *Nutrition*

& Food Science, 51(1), 71-86. <https://doi.org/10.1108/NFS-02-2020-0039>

Brickman Bhutta, C. (2012). Not by the Book: Facebook as Sampling Frame. *Sociological Methods & Research*, 41(1). <https://doi.org/10.1177%2F0049124112440795>

Costa, C. D. S., Faria, F. R. D., Gabe, K. T., Sattamini, I. F., Khandpur, N., Leite, F. H. M., Steele, E. M., Louzada, M. L. D. C., Levy, R. B., & Monteiro, C. A. (2021). Escore Nova de consumo de alimentos ultraprocessados: Descrição e avaliação de desempenho no Brasil. *Revista de Saúde Pública*, 55, 13. <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2021055003588>

Hough, G., & Ferraris, D. (2010). Free listing: A method to gain initial insight of a food category. *Food Quality and Preference*, 21(3), 295-301. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2009.04.001>

Lawless, H. T., & Heymann, H. (2010). *Sensory Evaluation of Food*. Springer New York. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6488-5>

Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación. (2019). 2° Encuesta Nacional de Nutrición y Salud. ENNyS 2. Ministerio de Salud y Desarrollo Social de la Nación.

Organización Panamericana de la Salud. (2019). *Alimentos y bebidas ultraprocessados en América Latina: Ventas, fuentes, perfiles de nutrientes e implicaciones*. OPS.

Pagliai, G., Dinu, M., Madarena, M. P., Bonaccio, M., Iacoviello, L., & Sofi, F. (2021). Consumption of ultra-processed foods and

health status: A systematic review and meta-analysis. *British Journal of Nutrition*, 125(3), 308-318.
<https://doi.org/10.1017/S0007114520002688>

Promoción de la alimentación saludable, 27642 (2021).

R Core Team. (2021). R: A language and environment for statistical computing (Versión R version 4.0.3) [Software]. R Foundation for Statistical Computing. <https://www.R-project.org/>

Wang, H., Ab Gani, M. A. A., & Liu, C. (2023). Impact of Snack Food Packaging Design Characteristics on Consumer Purchase Decisions. *Sage Open*, 13(2), 21582440231167109.
<https://doi.org/10.1177/21582440231167109>

Zapata, M. E., Roviroso, A., & Carmuega, E. (2022). Consumo de energía y nutrientes críticos según clasificación NOVA en la Argentina, tendencia temporal y diferencias según nivel de ingreso. *Cadernos de Saúde Pública*, 38(5), e00252021.
<https://doi.org/10.1590/0102-311xes252021>

6 CAPÍTULO

Prácticas Alimentarias, Patrimonio Gastronómico y Turismo en la Quebrada de Humahuaca: La Educación como Eje para la Valoración y Sostenibilidad

Mónica Montenegro
María Victoria Romero Yazlle
Pablo Ruiz
Daniel Lamberti

PRÁCTICAS ALIMENTARIAS, PATRIMONIO GASTRONÓMICO Y TURISMO EN LA QUEBRADA DE HUMAHUACA: LA EDUCACIÓN COMO EJE PARA LA VALORACIÓN Y SOSTENIBILIDAD

Mónica Montenegro¹

María Victoria Romero Yazlle²

Pablo Ruiz³

Daniel Lamberti⁴

¹ Gabinete de Investigación en Estudios Culturales (DASS UCSE)
monica.montenegro@ucse.edu.ar

² Observatorio de Cambio Climático y Transición Sostenible (DASS UCSE)
victoriaromero.yazlle@ucse.edu.ar

³ Gabinete de Investigación en Estudios Culturales (DASS UCSE)
pablo.ruiz@ucse.edu.ar

⁴ Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria, INTA AER Perico
lamberti.daniel@inta.gob.ar

Introducción

Este capítulo es una invitación a recorrer los paisajes de la Quebrada de Humahuaca a través de los sabores, colores, texturas y aromas de los platos que se ofrecen a los visitantes que llegan a esta región de la provincia de Jujuy con el propósito de observar la relación entre prácticas alimentarias, patrimonio cultural y turismo gastronómico. En este marco, buscamos reflexionar sobre las configuraciones que asume el patrimonio alimentario regional en función de procesos de valoración turística que resultan en propuestas gastronómicas innovadoras y dinámicas promocionadas desde diferentes espacios estatales y privados en medios de comunicación y redes sociales.

Compartimos experiencias de comunicación pública de la ciencia desarrolladas en Institutos de Educación Superior (IES) de la provincia de Jujuy que buscaron generar espacios de análisis sobre la valoración del patrimonio gastronómico, abriendo el debate acerca del rol de la educación como vector de sostenibilidad y buenas prácticas en este paisaje cultural, que ha sido incluido en la Lista de Bienes de Patrimonio Mundial de UNESCO desde 2003. Reflexionamos acerca de la

articulación entre ciencia, educación y patrimonio alimentario como clave para una gestión territorial que busca equilibrar el desarrollo turístico con la preservación del Valor Universal Excepcional de este sitio patrimonial, promoviendo la construcción de conocimientos situados.

Prácticas alimentarias y patrimonio gastronómico desde el paisaje

La Quebrada de Humahuaca es una de las regiones con mayor promoción turística en el Noroeste Argentino, y se constituye en escenario privilegiado para el diseño e implementación de diversas “propuestas gastronómicas con identidad” que buscan acentuar su relación con el patrimonio alimentario local a través de experiencias sensibles que resaltan aromas, texturas, colores y sabores de la región en un marco paisajístico de características notables.

En los últimos años hemos desarrollado investigaciones⁵ que nos permitieron acceder a diferentes modos de promoción de

⁵ Enmarcadas en el proyecto: “*Patrimonio, conocimientos ancestrales y turismo sostenible: aproximación interdisciplinaria a las dinámicas de producción y consumo de alimentos en sitios de patrimonio mundial de Jujuy*”, financiado por SECYT UCSE.

las gastronomías regionales en este sitio patrimonial. El campo de nuestra investigación se focalizó en el sector central de la Quebrada de Humahuaca (definiendo un eje entre las localidades de Tumbaya y Tilcara); a través de análisis documental de fuentes de información turística estatal y privada, y recuperando discursos de actores locales, hemos observado representaciones sociales referidas al turismo gastronómico, siendo las unidades de observación las prácticas de construcción de patrimonio alimentario en función del uso turístico y las unidades de análisis, los discursos y las prácticas asociadas. De esta manera, pudimos advertir que las propuestas gastronómicas suelen reconocerse como potenciales atractivos turísticos que pueden dinamizar diferentes recursos productivos alimentarios -algunos de ellos considerados patrimonio- generando sinergias socioeconómicas en la región (Montenegro y Lamberti 2025).

Este fenómeno no es aislado y posiblemente responda a demandas de segmentos turísticos especialmente interesados en vivenciar experiencias gastronómicas que reúnen elementos de las cocinas tradicionales y técnicas culinarias innovadoras en el marco de paisajes que les otorgan nuevos significados y valoraciones. Pero también, a dinámicas más

amplias de activación patrimonial relacionadas con el desarrollo del turismo en la región promovidas desde instancias estatales que consideran al turismo gastronómico como un producto que revela aspectos intrínsecos de la identidad cultural del destino.

En este proceso, las prácticas alimentarias locales son recuperadas, actualizadas y puestas en valor a través de la memoria social de las cocinas que rescatan recetas ancestrales reuniendo alimentos oriundos de la región y otros que llegaron con la conquista y las migraciones, a través de modos de preparación y cocción tradicionales que se fusionan con técnicas culinarias innovadoras; todo ello se condensa en la elaboración y presentación de platos que expresan una sugestiva hibridación cultural superando la otrora conceptualización de cocina típica.

Desde una mirada regional, podemos señalar que las prácticas alimentarias locales van redefiniéndose en el marco de la globalización y las propuestas gastronómicas adquieren nuevas configuraciones. En tanto algunas comidas quedan en el olvido, o en la memoria de sectores más ancianos, otras (comidas rápidas, alimentos ultra procesados), se ubican en el primer lugar de preferencia de las generaciones más jóvenes.

Sin embargo, se advierte un núcleo de comidas reconocidas como herencia cultural que se preparan de manera particular para ser consumidas en determinadas fechas del calendario anual y son valoradas socialmente como parte de una tradición e identidad; las mismas atraviesan el eje espacio-temporal a través de la memoria de saberes culinarios y la nostalgia de los sabores, para constituir el patrimonio alimentario de las comunidades que expresa su modo de habitar un territorio⁶.

Las prácticas alimentarias, en tanto acciones culturales, forman parte de rituales cotidianos con significación otorgada que identifican a los actores, estructuran los tiempos, definen ingredientes, implementos y técnicas culinarias, jerarquizan las preferencias gastronómicas y precisan normas para la comensalidad (Montenegro 2019). Entonces, al considerar

⁶ Como señalan algunas investigadoras, el patrimonio alimentario traduce, por una parte, una relación intrínseca con el territorio, y por otro, con diferentes sectores de la sociedad que se articulan con la alimentación. El sentido que se otorga al patrimonio y la memoria, representan una importante contribución para la construcción de la identidad. La transmisión de los saberes alimentarios y culinarios garantiza la identidad del grupo y del individuo y es central en actividades que testimonian la reciente tendencia de valorización de las gastronomías locales (Moreira 2006).

que, la alimentación trasciende lo meramente nutricional y constituye un hecho social significativo, siempre contingente, material y simbólico al mismo tiempo, podemos comprender que responde a contextos socioculturales, políticos y económicos determinados que en, ocasiones configuran dinámicas de construcción y valoración del patrimonio gastronómico.

Valoración del patrimonio gastronómico regional desde el turismo

Las comunidades desarrollan diferentes valoraciones de su patrimonio a lo largo del tiempo. Según algunos investigadores, la atribución de valor constituye un modo de seleccionar aquellos testimonios del quehacer humano que merecen ser salvados y transferidos a futuras generaciones, en una dinámica de conservación que apela a no perder los lazos tangibles, ni la memoria y ponen en contacto a personas y colectivos del pasado con los del presente (Ballart y Treserras 2001); en el caso de la Quebrada de Humahuaca, el desarrollo turístico se advierte como motor de cambio de las propuestas de gastronomía regional que van adaptándose a nuevas

demandas y tendencias como es el caso de la enogastronomía en creciente desarrollo en la región.

Al decir de algunos especialistas, el patrimonio es herencia colectiva y “motivo de inspiración, estímulo a la imaginación, acicate para la curiosidad, compendio de lecciones, fuente de sensaciones físicas, visuales y táctiles, y catalizador de sutiles emociones” (Ballart y Treserras 2001:14). Cuando nos referimos al patrimonio gastronómico contemplamos todas esas acciones a las que sumamos, su gran capacidad para activar memorias sociales relacionadas con sabores, colores y aromas de antaño que traen al presente un cierto efecto de reforzamiento identitario desde modos sensibles de habitar los paisajes que le otorgan sentidos y valoraciones.

La valoración del patrimonio es una dinámica sociocultural directamente relacionada a la gestión patrimonial que se define a partir de otorgar una cualidad a ciertos objetos o bienes del pasado, y que está fuertemente ligada al contexto que le otorga sentido. Se pueden distinguir: a) Valor de uso (material e inmaterial): referido al fin práctico para el que fueron creados; b) Valor simbólico: mensajero de cultura y nexo entre generaciones c) Valor de Distinción y Atracción: elemento distintivo y diferenciador de los pueblos, que es

fácilmente transformable en un foco de atracción; d) Valor Económico (Valor de Mercado): el potencial de los bienes patrimoniales como recurso (Ballart y Treserras 2001).

Nos interesa llamar la atención sobre uno de los aspectos más destacados de la gestión y valoración patrimonial que refiere al equilibrio que debería existir entre aspectos de la conservación y uso. En el caso particular del patrimonio gastronómico se invita a su uso y disfrute como modo de preservación del conocimiento inmaterial asociado (por ejemplo, una receta en tanto se ponga en práctica, preserva ingredientes, técnicas de elaboración, de cocción y de consumo), la misma, al ser enseñada o transmitida a otras generaciones logra ser recordada y valorada. Sin embargo, debería tenerse en cuenta el riesgo de sobreexplotación turística que pudiera afectar el valor patrimonial de la receta original, para lo cual es necesario desplegar acciones que garanticen su autenticidad a partir de certificaciones de origen o la promoción de productos de cercanía, reafirmando el legado cultural de las comunidades locales.

El patrimonio gastronómico posee una doble condición -como redistribuidor de flujos turísticos y como motor de desarrollo territorial- al favorecer la creación de productos turísticos

fuera de los centros urbanos o de las atracciones masivas, logrando disminuir la presión sobre los sitios más concurridos. En tal caso, el turismo gastronómico contribuye a la diversificación geográfica y el desarrollo rural, fomentando visitas a zonas rurales y apoyando directamente a pequeños agricultores, ganaderos y productores artesanales a través de la promoción del consumo de productos locales, frescos y de temporada, reduciendo la huella de carbono asociada al transporte de alimentos y apoyando prácticas agrícolas más sostenibles.

La provincia de Jujuy promociona el turismo otorgando al patrimonio gastronómico un rol significativo, que a nuestro modo de ver se verifica por tres razones: en primer lugar, por su gran capacidad para generar atraktividad turística, considerándolo un motivador primario del viaje que invita a vivenciar una experiencia cultural auténtica; en segundo lugar, por su potencia para fortalecer la diferenciación y preferencia del destino a partir de propuestas basadas en productos con denominación de origen, recetas y/o técnicas culinarias ancestrales, productos artesanales tradicionales, visitas a ferias, mercados y bodegas, que ofrecen motivaciones particulares para la visita; en tercer lugar, por su contribución

a la sostenibilidad económica, a través de propuestas como eventos y rutas gastronómicas que pueden atraer visitantes fuera de la temporada alta tradicional.



Figura 1: Artesanías tradicionales vinculadas a la preparación de alimentos en Purmamarca

En tal sentido, en la página de la Secretaría de Turismo encontramos un catálogo gastronómico denominado “Jujuy: sabores con historia. Culturas, productos, paisajes, sabores antiguos, endémicos y auténticos con más de 10 mil años de historia”, que invita a descubrir la cocina jujeña. A través de un recorrido cultural por las cuatro regiones geográficas que componen la provincia, los turistas pueden acceder a una variada oferta de recursos que se emplean en la elaboración y presentación de los platos.

El catálogo ofrece una diferenciación entre dos cocinas: a) la cocina ancestral: que constituye la esencia de los pueblos originarios y es parte de la herencia precolombina; b) la cocina tradicional jujeña: producto de cinco siglos de intercambios culturales, que integra recetas y materias primas de origen europeo y americano. En el mismo se mencionan ingredientes oriundos de la región (tomate chilto, maíz, papas), platos (picantes de lengua, pollo y carne; asado de cordero o llama con mote y papa; guiso de papa verde y charqui; cazuela de cabrito; anchi, entre otros) y bebidas (vinos y cervezas) diferenciadas en cuatro regiones turísticas.

Contiene además información sobre atractivos turísticos, rutas de acceso y distancias; se incluyen las direcciones de algunos mercados (La Quiaca, Abra Pampa, Humahuaca, Tilcara, Maimara y San Salvador), indicando que allí pueden adquirirse productos que reflejan las raíces de la cultura como: hierbas aromáticas y condimentos, harinas, granos, especias, cultivos andinos, frutas de estación, chacinados, carnes de origen ovino, porcino y de camélidos. Asimismo, se difunden festividades vinculadas a la gastronomía que se desarrollan

anualmente en algunas localidades, entre las que podemos mencionar el Festival del Quesillo y el folcklore (San Antonio), el Festival Nacional del Mango (Calilegua), el Festival del Durazno, la Humita y el Folklore (Juella), el Festival Folklórico del Queso, la Doma y el Folklore (Purmamarca), el Festival de los Yuyos Andinos y la Kutana (Valiazo), la Feria de los Cultivos Andinos (Humahuaca), el Festival Gastronómico Andino (Tilcara) y la Vendimia de Vinos de Extrema Altura (El Perchel).

A nuestro modo de ver, estas políticas de promoción turística del patrimonio gastronómico de Jujuy, asumen una condición dicotómica, ya que, aunque se enfatiza la distinción y el valor de atracción de platos icónicos (empanadas, locro, humitas), no siempre se advierte una profundidad analítica respecto del valor de uso inmaterial y el equilibrio entre conservación y uso. Se prioriza la imagen del "sabor ancestral" como estrategia de mercado, lo que puede conllevar una pérdida de autenticidad de técnicas y/o ingredientes originarios en favor de una producción masiva para el consumo turístico, sin garantizar que el beneficio económico (Valor de Mercado) impacte en forma directa sobre las comunidades portadoras de esos saberes tradicionales y dinamice el territorio.

Por lo tanto, entendemos que el desafío sería migrar de una simple promoción de productos a un reconocimiento de los mecanismos de apropiación simbólica de los patrimonios gastronómicos desarrollando una puesta en valor integral y participativa que fortalezca la conexión entre la gastronomía regional, el turismo sostenible, las prácticas productivas y los saberes ancestrales, garantizando la transmisión intergeneracional de conocimientos culinarios, manteniendo viva la identidad cultural que confiere singularidad a la cocina jujeña.

Patrimonio gastronómico y turismo enológico en la Quebrada de Humahuaca

La Quebrada de Humahuaca fue inscrita en la Lista de Bienes de Patrimonio Mundial de la UNESCO en el año 2003, en la categoría de paisaje cultural, a partir del reconocimiento de los criterios: (ii): demostrar el intercambio de valores humanos, (iv): ser ejemplo sobresaliente de un tipo de asentamiento, y (v): ser ejemplo sobresaliente de una interacción tradicional humana-medio ambiente. Su Valor Universal Excepcional (VUE) está fundamentado en la combinación de sus características geológicas, históricas,

culturales y etnográficas, que evidencian una interacción continua y excepcional entre el ser humano y el entorno natural a lo largo de 10.000 años.

Desde su inscripción, la Quebrada ha sido promocionada como destino de interés turístico por las bondades del paisaje, las ruinas arqueológicas, las festividades y celebraciones religiosas y los hechos históricos acaecidos en ese sector del territorio; en la actualidad es el patrimonio enogastronómico uno de los principales motores de búsqueda que atrae a visitantes y turistas interesados en vivir una experiencia cultural en el marco de un paisaje excepcional.

La digitalización de la comunicación y la expansión de las redes sociales⁷ han impulsado profundas transformaciones en la promoción turística de las gastronomías locales revelando nuevas tramas de significación entre cultura, territorio e identidad que permiten reconocer a la alimentación como fenómeno material y simbólico (Montenegro 2019), Esta

⁷ En este escenario, han irrumpido nuevos actores —influencers, creadores de contenido, foodies digitales⁷— que redefinen la construcción y difusión de imaginarios sobre los destinos turísticos y su patrimonio alimentario; ahora, la experiencia turística se vive y se comunica en simultáneo a partir de actos performativos que legitiman un tipo de autenticidad visual y simbólica (Montenegro et al 2025).

dinámica impacta la oferta de productos y servicios turísticos en Jujuy, donde las propuestas gastronómicas basadas en productos autóctonos y saberes ancestrales, han ganado visibilidad en plataformas digitales y redes sociales, a través de los foodies digitales, quienes contribuyen a su difusión global. Así la promoción turística basada en narrativas digitales transforma los alimentos en signos culturales capaces de circular globalmente, generando nuevos vínculos entre lo local y lo global, lo tradicional y lo innovador (Montenegro et al. 2025).

La presencia de nuevos actores, servicios y productos relacionados a la vitivinicultura y a la enología de altura en la promoción turística de la Quebrada de Humahuaca, nos lleva a sugerir que, aunque incipiente, el turismo enogastronómico está ganando protagonismo como propuesta de turismo vivencial. Sin embargo, esto conlleva problemáticas y desafíos vinculados a la configuración de la estructura turística, sus funciones, la red de flujos que se desarrollan en el espacio (sujetos, objetos y comunicaciones), su potencial articulación con otras actividades socioeconómicas y culturales, y la relación que establece con su entorno paisajístico en un

contexto de posturismo marcado por procesos de migración de amenidad⁸ (Méndez et al 2025).

Esta dinámica de turistificación mantiene a la región en una constante transformación, poniendo en tensión y, en ocasiones, en conflicto de intereses a diferentes actores e instituciones. En este escenario, la gestión del patrimonio⁹ resulta fundamental dado que es imperioso evitar la degradación del paisaje promoviendo acciones sostenibles que garanticen su autenticidad.

⁸ Estas actividades están modificando el paisaje cultural de la Quebrada de Humahuaca a partir de la presencia de migrantes de amenidad, la construcción de infraestructuras productivas, la instalación de emprendimientos turísticos y gastronómicos, el reordenamiento territorial, la modificación de prácticas agrícolas y ganaderas tradicionales, y el consiguiente empleo de recursos naturales.

⁹ Considerando a la gestión del patrimonio como un conjunto de “actuaciones programadas con el objetivo de conseguir una óptima conservación de los bienes patrimoniales y un uso de estos bienes adecuado a las exigencias sociales contemporáneas” (Ballart y Treserras 2001:15).



Figura 3: Paisaje de la Quebrada de Humahuaca con importante presencia de viñedos.

Para ello, debe reconocerse que el paisaje cultural es el resultado dinámico de interacciones naturales y antrópicas a lo largo del tiempo, por lo que su protección requiere un enfoque integrado y participativo que permita hallar un equilibrio entre el uso público del bien patrimonial y la preservación de los criterios que le otorgan su Valor Universal Excepcional, según UNESCO. En este marco, el patrimonio gastronómico asume nuevas significaciones y valoraciones, siendo la preservación del paisaje uno de los principales desafíos que debe enfrentar la gestión y el uso público del bien.

En un paisaje cultural protegido, la gestión transforma la mera declaración de protección en una acción efectiva que garantiza la permanencia del legado histórico para futuras generaciones, mientras lo integra como un activo para el bienestar y desarrollo sostenible de quienes lo habitan. En este escenario el marco regulatorio es imprescindible, para establecer directrices de uso público, así como el despliegue de herramientas de planificación y ordenamiento territorial; además, los planes de gestión integral deben incluir programas educativos que acompañen los procesos de interpretación y valoración del bien, para fortalecer la identidad y contribuir a una protección efectiva.

Valoración del patrimonio gastronómico desde espacios de educativos

Una de las líneas de acción que impulsamos desde nuestro espacio está referida a la comunicación pública de la ciencia, acercando resultados de investigación a instituciones educativas con el propósito de contribuir a la gestión del patrimonio natural y cultural de la provincia. Estas propuestas también se plantean como espacios de diálogo para conocer las tramas de sentido que se tejen al interior de las

instituciones educativas acerca de la valoración y protección del patrimonio y su relación con categorías como identidad, cultura y territorio.

En nuestra opinión, promover la gestión del patrimonio desde la educación terciaria resulta relevante dado que, en este nivel se forman técnicos y profesionales especializados capaces de abordar los complejos desafíos de la protección, conservación, uso y difusión del patrimonio cultural y natural. En las actividades de capacitación brindamos conocimientos, habilidades y herramientas necesarias para una gestión efectiva y sostenible del patrimonio, con el propósito de formar especialistas competentes que promuevan el diálogo intercultural, estimulando una conciencia crítica.

Entendemos al patrimonio como una construcción social y dinámica, que contribuye a la transmisión intergeneracional de referentes identitarios que otorgan valor a los bienes y sentido de pertenencia a los integrantes de una sociedad. Desde esa perspectiva, la educación constituye un vector relevante para el intercambio de conocimientos fomentando la revisión y actualización de memorias, prácticas, significados y valoraciones otorgados al patrimonio, conectando el pasado con los desafíos presentes y futuros.

Una de las experiencias que nos interesa compartir, tuvo lugar en el mes de agosto de 2025 en un evento académico destinado a la conmemoración del Día Provincial de Patrimonio organizado por el Instituto de Enseñanza Superior N°2 en la localidad de Tilcara. Este año el lema fue “Innovar sin perder la Identidad”, y a partir de la charla que brindamos, invitamos a estudiantes y docentes a reflexionar acerca de las dinámicas de valorización del patrimonio gastronómico que se desarrollan en sus localidades y las posibles tensiones que surgen entre prácticas culinarias tradicionales, innovación gastronómica y actividades vitivinícolas, así como su apropiación por parte del mercado turístico.



Figura 4: Conferencia en el Día del Patrimonio, organizado por el IES N°2 – Tilcara.

Consideramos oportuno integrar este tipo de reflexiones en los procesos de formación académica particularmente en espacios de formación relacionados con gastronomía, museología y turismo, para promover la construcción de saberes significativos y fortalecer las incumbencias profesionales, a partir de una mirada crítica de las representaciones y valoraciones del patrimonio alimentario y el turismo gastronómico regional. En nuestro caso la participación en ese espacio académico, nos alentó a desarrollar un análisis crítico referido al uso, la mercantilización y la protección del patrimonio gastronómico en un contexto fuertemente impactado por políticas de promoción turística, re-pensando nuestro rol en función de la relevancia social, la sostenibilidad económica, el valor identitario y la vinculación de actores en un territorio.

A partir del mismo diseñamos junto a algunos docentes del IES N°2 e IES N°11, otros talleres de capacitación para compartir resultados de nuestras investigaciones y desarrollar en forma conjunta un diagnóstico de las relaciones que se entretienen entre patrimonio mundial, recursos autóctonos, turismo gastronómico y saberes ancestrales en la Quebrada de Humahuaca, analizando el valor asignado al patrimonio

alimentario y el potencial que ofrece para el diseño y la promoción de productos turísticos gastronómicos de calidad que puedan vislumbrarse como estrategia de desarrollo sostenible a nivel regional.

Dictamos dos talleres que incluyeron estudiantes de las carreras vinculadas a turismo, museología, cocina regional y cultura alimentaria, implementando una metodología participativa desarrollada a través de grupos focales; ello nos permitió acceder a las valoraciones del patrimonio alimentario y la significación otorgada a la gastronomía en función de los modos de producción de alimentos, selección de los mismos para la elaboración de platos, técnicas de preparación y cocción, formas de presentación, pautas y ritmos de consumo.

En opinión de los estudiantes, la gastronomía de Jujuy evidencia una marcada diversidad que resulta de una fusión entre alimentos propios de la región y otros que llegaron con la colonia española; pero también, pudieron detectar platos que se consumen habitualmente en algunas casas familiares y son propios de distintas culturas que llegaron a Jujuy durante los procesos migratorios de inicios de siglo XX; uno de los casos más conocidos es el de la comida árabe con fuerte presencia

en la región de los Valles (San Salvador de Jujuy) y en las Yungas (Libertador Gral. San Martín y San Pedro de Jujuy).



Figura 5: Desarrollo de talleres

Cuando hicimos referencia a las “comidas típicas” o a “tradiciones culinarias” que ellos consideran patrimonio, surgían con fuerza platos con una fuerte base de maíz (humitas, tamales, locro), papas de distintas variedades y en diversas preparaciones, la quinoa como un cereal con destacada jerarquía, comidas como la kalapurca, las empanadas y los distintos picantes (lengua, panza, pollo), las habas con queso de cabra, y la carne de llama conservada como charqui. También se mencionaron preparaciones con harina de trigo como las tortillas a la parrilla y los buñuelos que se sirven con api (bebida caliente a base de harina de maíz morado y agua con limón, endulzada con azúcar y perfumada con canela).



Figura 6: Alimentos y preparaciones que integran el patrimonio gastronómico

Destacamos la importancia que se asignó a la selección de alimentos que estuvo referida, en general, a los que se encuentran disponibles en ferias y mercados, agregando un valor especial a los productos de cercanía y de temporada, ya que esto evidencia frescura al momento de cocinar. La Quebrada de Humahuaca sigue constituyendo un espacio privilegiado de procedencia de alimentos, entre los que mencionaron: lechuga, acelga, espinaca, zanahoria, albahaca,

ajo, cebolla, papas y maíz, y también los quesos artesanales de la zona de Bárcena.

Algunos estudiantes consideran que el patrimonio alimentario además de constituir un potencial recurso turístico, posee un valor excepcional dado que puede contribuir a la seguridad alimentaria de las poblaciones por su capacidad para poner en valor los conocimientos culinarios ancestrales, revalorizando los recursos autóctonos a través de la memoria social.

En cuanto a la relevancia para el turismo, se reconoció una gran variedad de propuestas gastronómicas que incluyen desde degustaciones de menús de 7 pasos con maridajes en restaurantes de bodegas, hasta emprendedores que ofrecen comida preparada en el momento para consumir en la calle (tortillas, bollos, tamales y empanadas) y alimentos conservados que pueden adquirirse a modo de recuerdo (mermeladas, encurtidos, alfajores), entre los más destacados.



Figura 7: participantes de uno de los talleres realizado en el IESN°11

Los resultados de los talleres nos permiten sugerir que la diversidad cultural existente, se manifiesta en las dinámicas de producción, selección y consumo de alimentos que desarrollan las comunidades locales y constituyen su patrimonio alimentario; en ocasiones, ese patrimonio es reapropiado en la elaboración de nuevos platos que son resignificados y valorados a través de tendencias gastronómicas innovadoras que aspiran a configurarse en potenciales atractivos turísticos a nivel regional. Todo esto contribuye a una valorización del patrimonio gastronómico regional en función de su potencial para brindar experiencias culinarias auténticas. En este escenario la educación terciaria adquiere un rol destacado en la gestión y preservación del patrimonio natural y cultural de Jujuy.

Algunas palabras finales

Las prácticas alimentarias se definen a partir de conocimientos situados que se significan y valorizan en un contexto que les otorga sentido. El patrimonio alimentario en tanto construcción social incluye a las prácticas alimentarias, pero además reconoce aspectos referidos a valoración de productos, técnicas culinarias y modos de comensalidad, resignificando tradiciones, recuperando memorias e incorporando otros elementos en una dinámica que configura propuestas gastronómicas innovadoras.

Para destinos como la Quebrada de Humahuaca, el patrimonio alimentario puede constituir un recurso de enorme valor turístico, al ofrecer la posibilidad de vivenciar experiencias diferentes enmarcadas en criterios de autenticidad, donde los turistas pueden conectar con la cultura del lugar a través de su gastronomía. En esta región se desarrollan complejos procesos que reúnen prácticas alimentarias, recetas ancestrales, activaciones patrimoniales, procesos productivos agroecológicos e innovaciones gastronómicas en función de tendencias de turismo vivencial que promueven una valoración turística de los conocimientos tradicionales,

revalorizando los recursos autóctonos y reconociéndolos como producto de procesos milenarios de intercambio de bienes materiales e ideas en los Andes Centro Sur.

Es dable pensar que el turismo cultural pudiera convertirse en motor de desarrollo local, aunque es necesario comprender sus efectos sobre los procesos de valoración turística que conjugan prácticas productivas, patrimonio alimentario e innovaciones gastronómicas en función de la promoción de tendencias innovadoras de turismo vivencial, a fin de evaluar su factibilidad. A nuestro modo de ver, la educación superior resulta un campo estratégico para conocer y visibilizar tensiones entre la difusión de tradiciones culinarias, la producción y consumo de alimentos locales, la sostenibilidad de las propuestas turísticas, el vínculo entre las comunidades y sus paisajes, entre otros.

Sostenemos la necesidad de seguir avanzando en investigaciones que den cuenta de la complejidad de sentidos que subyacen las prácticas culturales de construcción de patrimonio alimentario, sus usos sociales y su vinculación con el desarrollo del turismo enogastronómico que se encuentra en desarrollo incipiente en la región. Resulta imperioso repensar en forma crítica el uso de espacios y recursos

productivos analizando el modo en que pudieran afectar los criterios de Valor Universal Excepcional (VUE) y las condiciones de Integridad y Autenticidad de este sitio de patrimonio mundial. En esta dinámica, la educación superior constituye un vector relevante para proponer estrategias superadoras a través de la formación de actores locales en el campo del patrimonio y la gastronomía en un marco de crecimiento y sostenibilidad.

Agradecimientos

A la Lic. Andrea Bellone y a la Lic. Carolina Contreras, a profesores y estudiantes del Instituto de Educación Superior N° 11 y N° 2 de la provincia de Jujuy, que nos acompañaron en acciones de comunicación pública de la ciencia que hemos venido desarrollando en el curso de los últimos años.

Referencias bibliográficas

Ballart Hernández, J. & Tresserras, J. (2001). Gestión del patrimonio cultural. Editorial Ariel, Barcelona.

Montenegro, M. (2019). Patrimonio y Alimentación: miradas “otras”. Difusiones, 17(17), 51–60. Recuperado a partir de <http://revistas.ucse.edu.ar/ojsucse/index.php/difusiones/article/view/90>

Méndez, N.F.; Beramendi, F.; & Montenegro, M. (2025). Post-turismo y movilidades en la Quebrada de Humahuaca: Migrantes de amenidades en el enoturismo. Libro de Resúmenes Ampliados de las XIV Jornadas Regionales de Investigación en Humanidades y Ciencias Sociales, UNJU, Tiraxi Ediciones, Libro digital, pp. 117-119.

Ministerio de Cultura y Turismo de la provincia de Jujuy. Jujuy: sabores con historia. Catálogo gastronómico. Tomado de: <https://www.turismo.jujuy.gob.ar/wp-content/uploads/Sabores-con-Historia-Catalogo-Gastronomico.pdf>

Montenegro, M. & Lamberti, D. (2025). Re-significación de prácticas de producción y consumo de alimentos en un sitio de patrimonio mundial de la provincia de Jujuy, Argentina. Actas del 4° Congreso Internacional Del Gran Chaco Americano "Territorio e Innovación. Desafíos y disputas en la construcción y deconstrucción de sentidos", Universidad Nacional de Santiago del Estero - UNSE. Libro digital, pp 2086-2099.

Montenegro, M.; Lamberti, D.; Mendez, F. y Vera, J. (2025). Diversidades culturales y gastronómicas en un sitio de patrimonio mundial de Jujuy. Una aproximación interdisciplinaria a la valoración turística del patrimonio. Libro de Resúmenes Ampliados de las XIV Jornadas Regionales de Investigación en Humanidades y Ciencias Sociales, UNJU, Tiraxi Ediciones, Libro digital, Pp. 94-97

Moreira, R. (2006) Memória y património alimentario: la importancia de los saberes empíricos. Comunicación aceptada por el Comité Científico del III Congreso Internacional de la Red SIAL "Alimentación y Territorios"
<https://core.ac.uk/download/pdf/62689144.pdf>



EDICIONES UCSE

Campus Santiago

Av. Alsina y Vélez Sarsfield, (4200) Santiago del Estero.

☎ +54 (0385) 421 1777

Campus Jujuy

Lavalle 333, (4600) San Salvador de Jujuy.

☎ +54 (0388) 423 6139

Campus Buenos Aires

Rivadavia 573, (1642) San Isidro – Buenos Aires.

☎ +54 (011) 4743 2608

Campus Rafaela

Bv. Hipólito Yrigoyen 1502, (2300) Rafaela – Santa Fe.

☎ +54 (03492) 432 832

ISBN 978-950-31-8511-7