

Las ciencias sociales y la historia de la alimentación en la educación nutricional

Rafael Cartay¹

Los estudios sobre la historia de la alimentación, y sus temas colaterales, son relativamente recientes en el mundo, y escasamente sobrepasan unos veinte años, especialmente en Francia, con la escuela de los Anales. En Venezuela el tema ha suscitado aún una menor atención de las ciencias sociales, y prácticamente se han iniciado los estudios con rigor científico con la magnífica obra de José Rafael Lovera, "Historia de la Alimentación en Venezuela" (Caracas, Monte Avila, 1988). Desde la década de 1940 se han realizado algunos estudios, entre los que sobresalen los del Dr. José María Bengoa, desde una perspectiva nutricionista, que han servido como base referencial para las investigaciones posteriores.

El tema ha sido considerado, hasta la obra de Lovera, partiendo de dos enfoques: desde una perspectiva ecologista, estudiando las relaciones adaptativas del hombre al medio natural como productor y consumidor de alimentos, y desde otra perspectiva, esta vez utilizando una visión cercana al funcionalismo nutricionista, que estudia las relaciones entre el sistema alimentario de una sociedad y la satisfacción de las necesidades de su miembros individuales, así como las consecuencias en su estado de salud.

No obstante, hay muchas maneras de aproximarse al tema. Entre ellas, como sicosociología de la alimentación (el hombre se alimenta no solo de nutrientes sino también de alimentos ordenados de acuerdo con un código mas o menos riguroso de valores, reglas y símbolos que evolucionan lentamente); o partiendo de una aproximación macroeconómica (que estudia los distintos componentes del sistema alimentario de un país y sus relaciones socioeconómicas y políticas con la sociedad global); o como una manera de estudiar el valor nutritivo de los antiguos regímenes alimentarios y sus carencias, tanto en calidad como en cantidad; o investigando la evolución histórica del espacio culinario, de los agentes y de las técnicas culinarias y de las maneras en la mesa.

Sin embargo, cualquier que fuere el enfoque escogido, en ningún caso debe olvidarse la constatación de que la alimentación humana esta cargada de significados socialmente construidos, y que el alimento siempre tiene una doble significación: material y social. Los seres humanos consumimos nutrientes y, básicamente, sig-

nos sociales. La actividad alimentaria esta presente desde el nacimiento hasta la muerte, comportándose como acto social total. Guiada por la fisiología y el arbitrio cultural, la alimentación humana esta íntimamente vinculada con la cultura material y no material de la sociedad.

De esta manera, el código alimentario actúa como instrumento de las ideas imperantes en un momento dado, evidenciando sus injusticias, y actuando como reflejo de sus usos y costumbres, al reproducir sus valores fundamentales. "Se come no solo lo que se tiene, sino también lo que se puede y lo que se elige".

Los hábitos alimentarios son las elecciones efectuadas por los individuos o grupos de individuos como respuesta a las presiones sociales y culturales para seleccionar, consumir y utilizar una fracción de los recursos alimenticios posibles") M. Mead, C.E. Guthe. "Manual for the Study of Food Habits", en: Bulletin of National Research Council, III. 1945). Y esa elección (severamente limitada por las diferencias sociales, económicas, de poder, de credos religiosos y de especialización), no solo se refiere a lo que se come, sino también a como se come, el valor que se concede a lo que se come y al empleo metafórico de la comida y de los alimentos.

La conceptualización de la comida y de los alimentos y de los ambientes donde se consumen, está relacionada con la concepción del cuerpo, las relaciones sociales, el sistema de valores y las creencias de una sociedad y una cultura determinadas.

En resumen, se puede decir que la alimentación es hija de la geografía, de la economía, de la política y de la historia, y revela claramente las desigualdades existentes en el seno de una sociedad. Así se van conformando los hábitos alimentarios (concepto que solo tiene sentido en un plazo relativamente corto, porque en el largo plazo todo ha cambiado, especialmente en el terreno alimentario): con las producciones del suelo nativo (con lo que el entorno inmediato y la tecnología vigente permiten), y con los intercambios forzados y

1. Profesor de la Facultad de Ciencias Económicas y Sociales. Universidad de Los Andes.

Solicitar copias a Rafael Cartay, Facultad de Ciencias Económicas y Sociales. Universidad de Los Andes.

voluntarios que ocurren (guerras, invasiones y legados de viajeros), incorporando los productos, las técnicas y los usos de entornos mediatos y distintos al propio.

El consumo de alimentos refleja la necesidad fisiológica sentida, pero también las disponibilidades alimentarias en relación con el desarrollo de las fuerzas productivas, las jerarquías de consumo ligadas a las jerarquías sociales y económicas y las ideológicas alimentarias (tabúes, prohibiciones, creencias, comidas consideradas socialmente inferiores, etc.). La comida tiene, además, una dimensión efectiva, pues la gente se reúne para hacer la comida y alimentarse, y expresa la tradición y los diferentes grados de prestigio social, que se evidencia en una cierta manera de tratar a los amigos y familiares.

En una sociedad de base agrícola rural y auto suficiente, la alimentación está estrechamente vinculada con las posibilidades agroecológicas y tecnológicas del medio, pero en la medida en que esa sociedad se urbaniza y aumenta sus intercambios con otras regiones y con otras naciones, la alimentación se diversifica y sofisticada. En una sociedad altamente urbanizada e industrializada, los productos agrícolas de consumo directo están en fuerte crecimiento.

La innovación alimentaria ya no depende tanto de la diversificación agrícola y comercial, ni del saber culinario tradicional transmitido oralmente de familia a familia, sino que se hace muy dependiente de la industria y de la publicidad. Si la cocina liga la naturaleza a la cultura, como sostiene Levi-Strauss, en una sociedad con un alto grado de urbanización, la cocina es modelada por la industria y los sistemas publicitarios y las innovaciones son el reflejo del desarrollo tecnológico de la industria y de las condiciones sociales en que se realiza el consumo, muy presionado por la búsqueda del tiempo libre y la rigidez de los horarios de trabajo en la calle.

De tal manera que los ritmos del cambio alimentario (tanto en los alimentos, las técnicas de preparación y en las formas de presentación y de servicio) han venido siendo moldeados por las técnicas productivas y propagandísticas.

Para nuestro propósito, es conveniente partir de unas definiciones sencillas: modelo de consumo y régimen alimentario. El modelo de consumo está caracterizado por un alimento central, en torno al cual se conforma la comida. Un régimen alimentario está definido por la importancia relativa de las diferentes categorías de alimentos y su grado de elaboración (productos agrícolas o productos agro industriales). En un régimen alimentario, en esencia heterogéneo, coexisten varios modelos de consumo de alimentos. Así, en una formación económica-social históricamente dada, por ejemplo en la Venezuela de principios del

siglo XX, coexisten varios modelos de consumo, según las localizaciones geográficas y las categorías de ingreso.

En la medida en que un país se desarrolla, se urbaniza y se eleva su poder de compra, el modelo de consumo de clases sociales de mayores recursos económicos tiende a difundirse lentamente en el consumo social mediante un proceso de demostración-imitación, puesto que, en el fondo, se están consumiendo signos sociales.

Uno de los factores más importantes de modificación de los modelos de consumo de un país es el proceso de urbanización: con la incorporación de la mujer al trabajo y el establecimiento de un régimen fabril (con sus horarios rígidos) se producen notables cambios en el comportamiento alimentario de la población. Esto lleva a una reducción del tiempo y a la simplificación de las tareas relacionadas con la preparación de las comidas, a una normalización de los actos de compra para el abastecimiento de alimentos en los hogares (compras semanales, quincenales o mensuales), del equipamiento creciente del hogar con artefactos electrodomésticos, la declinación del rol de la "mesa familiar" y al desarrollo, entre otras cosas, del consumo colectivo en comedores escolares e industriales y al expendio de comidas y alimentos previamente elaborados.

El aumento creciente del asalariado, la generalización de la jornada continua, la enorme distancia ordinariamente existente entre el lugar de residencia y el de trabajo y las dificultades de transporte diario, han producido algunas consecuencias indeseables para el acto tradicional de la socialización alimentaria, creando nuevos espacios aun no bien dominados por la sociedad humana.

La comida, momento de reencuentros y de intercambios, lugar de educación y de transmisión de los valores y tradiciones familiares, perdió su significación cotidiana y su carácter formal. Se modificó, entonces, la importancia de las comidas (el desayuno se toma a prisa y solitariamente, el almuerzo es ligero y consumido fuera del hogar, por ello, debe aumentarse la ingesta calórica en la cena, con los problemas de salud que ello supone, su duración, la cronología de los platos, los horarios, la presentación de la mesa de comedor familiar por el "pantry") y perdió valor o se eliminó la conversación de sobremesa, que reunía a los miembros de la familia en torno a la mesa.

Por otra parte, aumentó el consumo colectivo de alimentos en comedores escolares, fabriles e institucionales de todo tipo, se generalizó el expendio de comidas rápidas ("fast food") y el acopio de comidas preparadas en el hogar (portadas en termos) para ser consumidas fuera del hogar.

De esos cambios, provocados por la urbanización y otros factores no menos importantes como el de la elevación del poder de compra, han nacido varios modelos de consumo. Una clasificación generalmente aceptada de tales modelos es la siguiente:

1) el modelo de consumo rural tradicional; 2) el modelo rural diversificado; 3) el modelo urbano marginal; 4) el modelo urbano intermedio y 5) el modelo urbano privilegiado. Como habíamos dicho, en una sociedad determinada pueden coexistir varios modelos de consumo, aunque uno de ellos sea el dominante.

Veamos rápidamente el caso de Venezuela, tomando como referencia fundamental la obra citada del profesor J.R. Lovera. La dieta criolla, según Lovera, se formó entre los años 1550 y 1750, apareciendo dos modelos de consumo de alimentos: el rural o tradicional y el urbano. Desde 1750 estos dos modelos coexisten, predominando el rural hasta cerca de los años de 1950, cuando comienza la dominancia del modelo de consumo urbano, claramente ya establecido en la década de 1960. En todo este tiempo, que va desde mediados del siglo XVI hasta mediados del siglo XIX, la economía de base agraria y la sociedad rural fue desplazada por la economía minera-petrolera y la sociedad urbana.

Hasta cerca de 1945-1950, cuando ya es predominante la población urbana, la situación nutricional de Venezuela casi no había cambiado, persistiendo el consumo de cereales (al principio de maíz, y luego de trigo), de tubérculos y raíces feculentas, de leguminosas (principalmente caraotas), de grasa de origen animal (manteca de cochino y de azúcar papelón o panela y azúcar refinada). Por otra parte, era evidente el subconsumo de carne (salvo en la región llanera), pescado (salvo en la región costera y en las áreas cercanas a los grandes ríos), de leche y sus derivados (excepto en las áreas de desarrollo ganadero), verduras y frutas cítricas.

Durante este período cambiaron los hábitos alimentarios de los venezolanos. El consumo de maíz, predominante entre los cereales desde la Colonia, fue siendo desplazado en las zonas urbanas por el trigo, con la importación creciente de harina de trigo extranjera. La manteca de cochino, la grasa por excelencia en la cocina venezolana, fue sustituida primero por la man-

teca vegetal y luego por los aceites vegetales. El papelón o la panela, el dulce tan socorrido en la tradición culinaria venezolana, fue desplazado por el consumo de azúcar refinada. El consumo de tubérculos, como yuca, ocumo, ñame y batata va perdiendo importancia. El consumo de embutidos se impuso frente al de carne. Los jugos naturales y las bebidas tradicionales como las chichas, de maíz y de arroz y los distintos caratos, son sustituidos por el consumo de bebidas gaseosas y de jugos procesados industrialmente. El laborioso proceso de preparación de maíz, que incluía el pilado y la molienda, fue desplazado por el uso de la harina precocida de maíz. El consumo de las pastas de trigo y de mayonesa se impusieron, así como las ventas de comida rápida (perros calientes, hamburguesas, pollo frito, pizzas y arepas rellenas).

Se consolidó así el modelo de consumo urbano, reduciendo el régimen tradicional a la categoría de una mera curiosidad folklórica. Desde que en 1970 se impuso el concepto de "comida rápida" (aunque se inició en la década de los sesenta), el modelo de consumo occidental, especialmente el estadounidense, empezó a penetrar con gran celeridad el país y a cambiar, cada vez más rápidamente, los hábitos del consumo en Venezuela.

Uno de los problemas más complejos que se encuentran para ejercer un efectivo control de la calidad de la alimentación, está representado por la proliferación de sitios donde se sirve comida rápida, así como también, el auge que a raíz de la crisis, han tenido las ventas de comidas callejeras, las cuales se han convertido en una fuente importante de ingresos para la familia, dentro de lo que se acepta como sector informal de la economía. Cualquier estrategia educativa debe tomar en cuenta el problema que atañe a estos sectores de la población, los cuales representan un mercado cautivo de importancia fundamental para intervenir de una manera oportuna en la prevención de enfermedades y en la formación de buenos hábitos alimentarios y nutricionales.

En este sentido es necesario considerar aquellas situaciones de orden demográfico como ha sido la urbanización acelerada en las últimas décadas, que sin lugar a dudas, ha influido modificando las condiciones de vida y el patrón de alimentación del venezolano.