

# **A**limentación, cultura y salud

Dra. Miriam Bertrán Vilá

Fotografía: Claudia Liliana López López

La perspectiva antropológica permite la comprensión y el abordaje de la alimentación humana como un fenómeno complejo, porque como expresión sociocultural es un eje que cruza la totalidad de la actividad humana en contextos biológicos, sociales y culturales en el transcurso de su historia. Comer es un fenómeno de múltiples dimensiones que está determinado por factores biológicos, económicos, sociales, culturales, políticos, psicológicos, emocionales, entre otros. Es innegable que comer es el acto más importante de los seres humanos que garantiza su supervivencia individual.

He investigado durante más de una década por qué los mexicanos comen lo que comen, he realizado un trabajo que va más allá de explicar cómo afecta a su estado de salud lo que ingiere una población. De hecho, la alimentación es un fenó-

meno tan complejo que, si bien cubre una necesidad biológica, no todos los grupos humanos la llevan a cabo del mismo modo. El hecho de alimentarse es tan complejo como la sociedad misma y está determinado por una diversidad de factores mencionados anteriormente.



DRA. MIRIAM BERTRÁN VILÁ  
FOTO: CLAUDIA LILIANA LÓPEZ LÓPEZ

He ido trabajando, desglosando, entendiendo los aspectos culturales, sociales, políticos y económicos de la alimentación y su incidencia en la vida cotidiana de la gente, particularmente en su manera de comer.

---

LA DRA. MIRIAM BERTRÁN VILÁ ES LICENCIADA EN NUTRICIÓN POR LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA, MAESTRA EN ANTROPOLOGÍA SOCIAL POR LA UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA Y DOCTORA EN ANTROPOLOGÍA SOCIAL POR LA UNIVERSIDAD DE BARCELONA. ES PROFESORA INVESTIGADORA DEL DEPARTAMENTO DE ATENCIÓN A LA SALUD DE LA UAM-X.

Comencé mi investigación con el cambio alimentario en migrantes mixtecos, que fue mi tesis de maestría; después abordé los significados socioculturales de los alimentos, es decir, la percepción que tiene la población sobre algunos de ellos y la diferencia de percepción en hombres y mujeres, en diferentes sectores sociales, en segmentos de edad.

Fui consolidando una línea de investigación a la que llamé “Alimentación, Cultura y Salud”, donde abordé la relación de los aspectos socioculturales en la forma de comer de la población y eso a su vez en su estado de salud.

## EL EXCESO DE INFORMACIÓN SOBRE LOS ALIMENTOS

Dentro del contexto contemporáneo las personas se sienten abrumadas por la cantidad de información nutricional que existe, muchas veces contradictoria que puede desembocar en una confusión que afecte la salud, me aboqué a estudiar



FOTO: DRA. MIRIAM BERTRÁN VILÁ

cómo la población recibe toda esa información.

Los aspectos socioculturales no solamente tienen que ver con rituales o cuestiones religiosas. Hoy por hoy, como parte de nuestra cultura alimentaria, tenemos mucha información sobre alimentos que engordan, que son malos o buenos para la salud, tóxicos, etc., pero la forma en que la población gestiona esta información no está muy estudiada.

Desde las primeras entrevistas realizadas durante mi trabajo de campo sobre los significados socioculturales de los alimentos, encontré el eje que marcaría la investigación: la incertidumbre a la que se ve sometida la población para escoger sus alimentos, ante la diversidad de opciones, la información existente, sus posibilidades de satisfacción del gusto, facilidades de obtención, de preparación y efectos corporales, entre muchos.

En la medida en que la población conoce y reconoce el papel de los alimentos en su salud y bienestar, la alimentación se ha convertido en un comportamiento que conlleva riesgos para la salud, pero más allá de los riesgos reales lo que no conocemos es su percepción y gestión para decidir qué comer en su vida cotidiana.

Antes de emitir ningún tipo de

recomendación o juicio sobre lo que la gente debería de comer, es importante saber por qué están comiendo lo que están comiendo. Hoy, ante la obesidad como un problema de salud pública, las autoridades sanitarias de México y del mundo están permanentemente advirtiendo sobre

el riesgo de consumir determinados alimentos; ¿por qué la población a pesar de tener esa información sigue consumiéndolos?

### INCERTIDUMBRE Y VIDA COTIDIANA

He seguido esos hilos para tratar de entender cómo funciona esa primera cuestión. Empecé a encontrar

testimonios contradictorios y finalmente todo el trabajo se cristalizó en un libro llamado [Incertidumbre y vida cotidiana](#). En él abordo el tema en tres sectores sociales de la Ciudad de México, se muestra que la alimentación y su relación con la salud es un asunto de primordial interés, que ade-

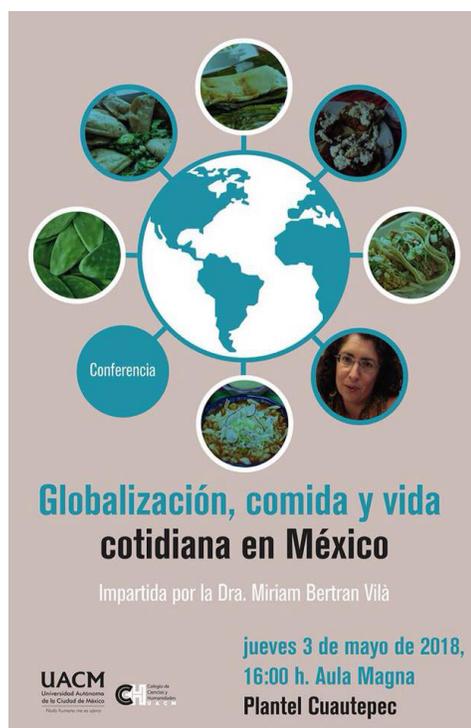




FOTO: DRA. MIRIAM BERTRÁN VILÁ

más de conformar una cultura alimentaria específica, ocasiona también una verdadera incertidumbre en las personas ante la diversidad de opciones alimentarias, de información sobre la comida y de restricciones de tiempo y de presupuesto.

La alimentación de los pobladores de la Ciudad de México pasa no solamente por la selección de los alimentos, sino por la forma de expresión al respecto y la forma en que llevan a cabo la práctica de alimentarse, lo que nos deja claro que esta decisión genera dilemas, incertidumbres y contradicciones que ponen de manifiesto la poca claridad de la gente sobre el tema.

Abunda la información sobre diversos alimentos, las recomendaciones nutricionales para una alimentación saludable y los planes de acción en salud. Sin embargo, la obesidad aumenta porque no son suficientes los estudios

cuantitativos, sino que hay que conocer los porqués y los para qué. La salud es solamente un criterio, pero no el único.

México ha experimentado rápidos cambios sociales y económicos en los últimos 50 años. El más rápido y absoluto es la entrada total a la globalización con todo lo que eso implica en términos de poder adquisitivo, de acceso a bienes de consumo, de prácticas de consumo, de urbanización etc., y hay que entender también cómo se manifiesta la modernidad alimentaria y cómo se expresa esta globalización, porque no le podemos pedir a la gente que sea tradicional en su comida, pero moderna en su manera de trabajar;

hay un montón de procesos contradictorios porque todos los aspectos están enlazados.

### EL DERECHO A LA ALIMENTACIÓN

Una de las cosas que hemos empezado a trabajar es la relación de esa población con un sistema político donde uno de los principales ejes de la acción política es la transferencia de recursos para comida.

La población en extrema pobreza está tratando de establecer una rela-

ción política con el Estado en una situación de total y absoluta desventaja, donde no hay condiciones ni para comer, ni para acceder a ciudadanía.

Estamos trabajando con varios colegas de América Latina sobre ciudadanía y derecho a la alimentación. En México, por ejemplo, mientras el sistema político no cambie y no deje de ser un sistema político clientelar en relación a las poblaciones más pobres, difícilmente vamos a poder hablar de ciudadanía y derecho a la alimentación. Lo único que se ha hecho es tener una relación de patrón cliente, con asistencialismo a base de despensas y los próximos datos que se esperan de nutrición (ya hay algunos avances) nos dicen que es posible que en las zonas donde ha entrado el [programa Prospera](#), haya aumentado la obesidad y la desnutrición infantil. Eso nos hablaría que esas maneras no están permitiendo ni el derecho a la alimentación, ni mejorar el estado nutricional, por lo cual es un círculo vicioso.



FOTO: DRA. MIRIAM BERTRÁN VILÁ

***“Si en el mercado hay una demanda de productos tradicionales porque teóricamente son más saludables, por un sector que lo puede pagar, esos productos locales se encarecen, y la población local pierde la posibilidad de comerlos”.***

## **PATRIMONIO ALIMENTARIO Y TURISMO**

Tuve la posibilidad también de trabajar un proyecto sobre patrimonio alimentario y turismo en zonas rurales de Oaxaca, viendo cómo la promoción y entrada del turismo gastronómico tiene ciertos impactos en el sistema alimentario local y hay ciertas negociaciones sobre lo que se espera que a los turistas les guste o no.

En algunos casos se revalorizan ciertos platillos, en otros se sacan de contexto, hay problemas para el abasto y la producción de ciertos productos más exitosos para los turistas y eso significa que hay una serie de productores y distribuidores de alimentos que son quienes obtienen los mayores beneficios de este turismo.

Por otro lado, las tensiones que provoca el poner el conocimiento gastronómico como mercancía también es una forma de expresión de la modernidad. Nosotros, como parte

del mundo moderno, tenemos el turismo como una de las principales actividades económicas, pero también porque hay una vocación moderna de la población de ir a conocer cosas diferentes y acceder a culturas distintas, el turismo cultural fundamentalmente. Eso implica un reordenamiento del conocimiento gastronómico y cómo nos acercamos a diferentes culturas. Este tema no lo hemos trabajado mucho, pero también va a tener impactos nutricionales.

Hay que investigar también si la población no está vendiendo sus alimentos para el turismo y con ese dinero comprando otras cosas más baratas. Algunos de estos alimentos tienen mucho éxito como alimentos tradicionales y al colocarle la etiqueta de alimentos tradicionales se le agrega un valor. Si en el mercado hay una demanda de productos tradicionales porque teóricamente son



FOTO: CLAUDIA LILIANA LÓPEZ LÓPEZ

más saludables, por un sector que lo puede pagar, esos productos locales se encarecen, y la población local pierde la posibilidad de comerlos. El caso de la quinua en Perú, por ejemplo, está bien documentado; su precio ha subido porque la quinua se ha hecho famosa y quienes la tenían como un alimento básico, hoy no tienen las posibilidades de pagarla.

De entrada, nos habla de una verdadera distorsión sobre quiénes son los verdaderos beneficiarios de esos productos, no sus productores originales, sino que hay todo un sistema de producción y distribución a gran

escala. Eso mismo pasa con cualquier cantidad de productos. Ese es un riesgo que no se ha contemplado cuando se habla de todas las ventajas del turismo gastronómico.

Voy a publicar un nuevo libro –ya está en imprenta– llamado *Modernidad a la carta, expresiones locales de la globalidad en México*, donde se presenta además el resultado de un seminario que organizamos en la UAM-X con investigadores de varias instituciones.