

“DIMENSIONES SOCIOCULTURALES DEL CONSUMO DE ALIMENTOS EN BUENOS AIRES, ARGENTINA”

Autores: María Carolina Feito y Mariano Jäger. Centro Argentino de Desarrollo Sustentable CADDES. Miller 3436, Capital Federal, Argentina. carofeito@gmail.com

RESUMEN

Presentamos un estudio original sobre dimensiones socioculturales del consumo de alimentos en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y su área periurbana, con énfasis especial en la población de bebés, niños y adolescentes.

El objetivo general es abordar prácticas y significados relacionados con la preparación y consumo de alimentos en las familias focalizando en lácteos y yogures, considerando la sostenibilidad del sistema alimentario de la metrópolis, en relación con la sustentabilidad de la alimentación y cómo la gente percibe esta última, respecto de su propia salud. Analizamos qué se come y bebe, cómo, cuándo, dónde y por qué, con quién/es, elecciones alimentarias, cómo los sujetos relacionan los alimentos con la cocina, la comida y los nutrientes, y cómo perciben las consecuencias para la salud de la ingesta de alimentos.

Desde la antropología alimentaria, utilizamos metodología cualitativa mediante abordaje etnográfico, con la realización de entrevistas en profundidad y observación participante.

El cambio en consumo de lácteos en la adolescencia, así como el cambio en la alimentación de los niños al incorporarse a la mesa familiar y los itinerarios alimentarios en dos etapas claves como el ingreso a la escuela primaria y su egreso, dependen en gran medida de tres niveles de contexto: el ámbito geográfico (dónde residen), el nivel socioeconómico (ingresos, clase social, formas de sociabilidad cotidiana, nivel educativo) y la composición familiar (entorno nutricional).

La construcción de las representaciones y significados atribuidos a los distintos alimentos está influenciada por la globalización de los patrones de consumo.

PALABRAS CLAVE: antropología alimentaria/consumo/sostenibilidad del sistema alimentario/alimentación saludable

AGRADECIMIENTOS: Agradecemos a Noelia Vera, Verónica Castellano, Julie Le Gall y Romina Martínez, miembros del equipo que realizó el estudio.

1. Introducción

El objetivo general del trabajo es abordar prácticas y significados relacionados con la preparación y consumo de alimentos en familias focalizando en la sostenibilidad del sistema alimentario de la metrópolis, en relación con la sustentabilidad de la alimentación y cómo la gente percibe esta última, respecto de su propia salud. Se enfatiza en el consumo alimentario de los bebés, los niños y los adolescentes, así como en momentos clave del itinerario alimentario durante la niñez/inicio de la adolescencia. Se abordará la variabilidad de las prácticas y significados según el lugar de residencia en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA) y en el periurbano que la rodea.

Partimos de la hipótesis de que el cambio en la alimentación de los niños al incorporarse a la mesa familiar y los itinerarios alimentarios en etapas claves de la vida familiar, así como cambio en consumo de lácteos en la adolescencia, dependen en gran medida de tres niveles de contexto: el ámbito geográfico (dónde residen); el nivel socioeconómico (ingresos, clase social, formas de sociabilidad cotidiana, nivel educativo) y la composición familiar (entorno nutricional). Consideramos que la construcción de las representaciones y significados atribuidos a los distintos alimentos está influenciada por la globalización de los patrones de consumo.

Se abordará el entorno nutricional del niño, entendiendo por tal el conjunto de personas, adultos y niños, que pertenecen o no a lo que se entiende por la familia en una sociedad particular y que participan de varios modos a la alimentación. Las intervenciones del entorno nutricional varían en frecuencia y en naturaleza según la identidad, el estatuto y las prerrogativas de las personas implicadas, pero también según las etapas del ciclo alimenticio del niño. La noción de entorno nutricional puede permitir prever y analizar las situaciones sociales y culturales que presentan un riesgo potencial a nivel alimenticio y nutricional (Suremain, 2007).

Estudios como este, que metodológicamente se apoyan en los aportes de la metodología cualitativa a partir de la realización de trabajo de campo etnográfico, aportan al enriquecimiento en la construcción del conocimiento a las ciencias de la salud, así como a la generación de nuevas líneas de investigación que colaborarán a enriquecer propuestas interdisciplinarias para pensar soluciones en el marco de las problemáticas alimentarias, para poder orientar intervenciones orientadas a mejorar la salud de las personas, la disponibilidad y el acceso a alimentos sanos en todos los sectores sociales e intentando de esta manera contribuir a frenar el aumento de la incidencia de enfermedades crónicas no transmisibles que padecemos en la actualidad.

2. Marco teórico

El abordaje desde Antropología Alimentaria recupera dimensiones biológicas, sociales, ambientales, geográficas y culturales de la alimentación y la influencia que ejercen en la salud o bienestar de las personas (Contreras 1993, Fischler 1995, Gracia Arnaiz 2007). La alimentación es un hecho social. Este concepto con origen en la sociología clásica es definido por Durkheim “como toda forma de actuar, pensar y sentir con poder de ejercer sobre el individuo una coerción exterior y posible de ser trabajada analíticamente como “cosa”, por lo tanto, ser observada y comparada, e independiente de las manifestaciones individuales y conformando una realidad sui generis” (Durkheim, 1987). Los abordajes que brinda la antropología alimentaria (AA en adelante) nos permitirán desgranar los sistemas de poder que atraviesan nuestras “elecciones alimentarias” diarias y como recorren las políticas públicas, para así reflexionar sobre el real significado de esas “elecciones” y desnaturalizarlas. (Mintz, 2003).

Así también la AA está presente en los análisis sobre los significados, la función nutritiva y la función simbólica de los alimentos. Autores que trabajan desde la AA como Fischler señalan que la incorporación de un alimento forma parte de una identidad y también una alteridad, “...la alimentación y la cocina son un elemento capital del sentimiento colectivo de identidad...” (Fischler, 1995:67). Es posible encontrarnos con denominaciones que remiten a ciertas identidades o grupos sociales como “comida de pobres”, “comida de niños”, “comida de enfermos”, “comida gourmet”, etc.

Por lo tanto, la AA se plantea la des-naturalización del acto alimentario, que si bien se presenta como un hecho biológico o natural está atravesado por diversas formas socio-culturales, que dan cuenta del carácter dinámico de la alimentación. Es decir, que no en todos los tiempos, ni en todos los grupos sociales se ha comido de la misma manera. Para comprender por qué comemos lo que comemos, debemos contextualizar el acto alimentario en determinada sociedad, con su tiempo y espacio propio.

Patricia Aguirre (2004) expone diferentes perspectivas que pueden ayudar al análisis del acto alimentario y dar cuenta de la construcción social de la alimentación:

1) Enfoque Biológico: toma en cuenta a las capacidades del organismo junto a las características nutricionales de los alimentos que son transformados en comida.

2) Enfoque ecológico-demográfico: se basa en la cantidad y calidad de alimentos que se producen en determinados hábitats, para poblaciones establecidas, con miras a la calidad de vida.

3) Enfoque Tecnológico-económico: los circuitos de producción, distribución y consumo que hacen que los alimentos lleguen a los comensales.

4) Enfoque socio-político: se centra en las relaciones sociales y políticas que condicionan el acceso a la comida según clases, grupos y sectores, a través de diferentes mercados (acceso/distribución), de políticas públicas (planes sociales y servicios), de redes (relaciones de amistad, solidaridad, parentesco). Aquí entra el componente sociopolítico del sistema agroalimentario.

5) Enfoque Socio-Cultural: se trata de sistemas de saberes y prácticas que clasifican qué es comida y que no lo es; cómo, cuándo y con quienes se debe comer; cómo se consume y distribuyen los alimentos.

Estos sistemas de clasificaciones, que se inscriben en la práctica cotidiana, establecen que existen comidas para diferentes estratos sociales, para cada género y para cada etapa etaria. Estas tipificaciones se inscriben en sociedades particulares, en contextos histórico-geográficos determinados, que establecen una red de significaciones en la que se inscribe el acto de comer, la manera de combinar los alimentos en relación a lo que se valora como positivo o negativo, las clases de comidas y los horarios pautados a lo largo del día y a lo largo del año, con sus días ordinarios y festivos. Este tipo de combinaciones y clasificaciones puede considerarse como una “gramática, porque estas reglas enlazan a los alimentos para formar las cocinas propias de cada pueblo, así como reglas gramaticales enlazan palabras para formar oraciones propias de cada idioma. Y, al igual que el lenguaje, la cocina marca a los pueblos y a los sujetos y les da un sentido de pertenencia e identidad” (Fischler, 1995). Siguiendo esta perspectiva, podemos decir que la forma en cómo nos alimentamos es un hecho observable desde el nacimiento y a lo largo de toda nuestra vida.

3. Metodología

La investigación se planteó desde un abordaje cualitativo, conocido como enfoque etnográfico, centrado en el estudio de narrativas y prácticas de los sujetos y la reconstrucción de sus trayectorias de vida (Geertz 1992; Guber 1991), para comprender los fenómenos sociales desde la perspectiva de sus miembros. El relevamiento de los datos se obtuvo a partir de la aplicación de las técnicas de entrevistas en profundidad, semi estructuradas y observación participante. Se han elegido estas técnicas en tanto permiten acceder a las experiencias y subjetividades de los actores sociales: la gente habla de lo que sabe, piensa, opina, siente y cree en el contexto de una situación en la que el investigador obtiene información sobre algo interrogando al informante, pues se parte del supuesto de que el sentido de la vida social se expresa a través de discursos informales tales como comentarios, anécdotas, conversaciones. Otra de las características de estas técnicas es que el/la entrevistador/a participa de la situación de entrevista activamente y asumiendo una mayor iniciativa en cuanto a la forma de preguntar; se combinan preguntas pre-establecidas con nuevos interrogantes que surgen durante la entrevista y propician la expresión de temáticas, términos, conceptos significativos para el entrevistado.

Dada la complejidad del acto alimentario, este enfoque nos permite tener una “visión holística y profunda de la complejidad de la vida social: aspectos económico-productivos influenciados por aspectos sociales, políticos y culturales.” Un “diagnóstico integral que tome en cuenta las condiciones estructurales y los factores subjetivos (creencias, motivaciones) y un “seguimiento de los procesos y relaciones y una visión de las estructuras visibles y subyacentes, que normalmente se silencian” (Guber, 2001). Para la realización de las entrevistas, se utilizaron guías de preguntas con grupos temáticos a modo de orientación, buscando que el entrevistado pudiese hablar libremente, con sus asociaciones, sus opiniones y sus ideas, la lógica de sus discursos y las prioridades que marca. De esta manera se pueden comprender los fenómenos sociales desde la perspectiva

de sus miembros. Consideramos que la información obtenida ofrece significados que no pueden obtenerse con la aplicación de ningún otro método.

El análisis se realizó sistematizando los datos obtenidos durante el trabajo de campo mediante la transcripción, tanto de las entrevistas, las encuestas como de las notas tomadas (Gómez Mendoza, 2000). Se archivaron digitalmente las transcripciones en un registro. Luego se seleccionaron los pasajes de cada uno de estos archivos que nos parecían relevantes y se les asignaron categorías creadas especialmente. Una vez realizadas las búsquedas de conceptos en base a la información obtenida, se armaron los ejes conceptuales y produjeron interpretaciones acerca de los problemas planteados.

Se relevó información sobre aspectos relacionados a trayectorias de vida; personas encargadas de preparar, seleccionar los alimentos; lugar donde se obtienen; formas de cocción y las combinaciones; saberes alimentarios; concepto de "alimentación saludable" (que debe reunir los alimentos y comidas para ser "buenos" y "malos"/"sustentables" y "no sustentables"). Se consideró la comensalidad o las reglas apoyadas en las clasificaciones que gobiernan el consumo de alimentos, los momentos y contextos de la ingesta (Bourdieu, 1998). Se incluyeron categorías como: número de comidas diarias; lugar donde se realizan e individuos que las comparten; alimentos preferidos/ que no gustan; alimentos curadores/ que enferman; alimentos consumidos en festividades (religiosas, cumpleaños, etc); alimentos "tradicionales"/ "modernos"; alimentos "sustentables"/"no sustentables"; prácticas cotidianas en el lugar de vida, prácticas de compras, que tienen influencia en la forma de alimentarse. Todo el registro de la información se realizó mediante libreta de campo, grabaciones, videos y fotografías, confección de fichas temáticas y de informantes a través de planillas de observación.

Ander Egg (1995) sostiene que "en ciencias sociales, casi siempre se requiere estudiar algún problema relacionado con un sector muy amplio de personas o cosas, que por múltiples razones no es posible llegar a todos y a cada uno de sus elementos; en tales casos se recurre a la selección de una parte, bajo ciertas condiciones, sobre la cual se trabajará en la investigación, es decir se utiliza una muestra" (Ander Egg, 1995:91). Taylor y Bogdan (1987) aluden a que la muestra de los investigadores cualitativos evoluciona conforme avanza su estudio. Por su parte Glaser y Strauss (1967) se refieren a un muestreo teórico que se basa en la selección consciente de casos adicionales con el fin de desarrollar nuevas intelecciones o ampliar las ya existentes. Resulta insuficiente emplear la muestra probabilística para comprender la dinámica social, modos organizativos, sentidos por los que se orientan sus miembros, especialmente los inesperados o desconocidos por el investigador (Guber, 2001). Esto se debe, en parte, a que la muestra probabilística se suele aplicar a partir de categorías y criterios preestablecidos por el investigador. Es por esto que decidimos utilizar el otro tipo de muestra más frecuente en la investigación antropológica que es la no probabilística.

En primer término, utilizamos las "muestras de oportunidad", basadas en la autoselección de los informantes y en que un individuo se ofrece a dar información e incluso llega a colaborar como recolector de información. La ocasión y la eventualidad, la oportunidad del encuentro y el "caerse bien" entre el informante y el investigador, son un requisito importante. Los marcos de la selección en este tipo de muestra están definidos por criterios sumamente flexibles y se van delineando conforme avanza la investigación, la comunicatividad con los informantes, la claridad y la amplitud de la mirada del investigador. La muestra de oportunidad demanda del investigador una mayor apertura para detectar qué atributos son social y culturalmente relevantes, y cuáles no lo son.

Además, complementamos este tipo de muestra con la muestra intencional propuesta por Martínez (2006), en la cual se suelen eliminar los casos atípicos o muy peculiares y calibrar la influencia de todo lo que tiene carácter excepcional; sin embargo, se procura que la muestra represente lo mejor posible los subgrupos naturales y que se complementen y equilibren recíprocamente. Es decir, se construyó una muestra comprehensiva y que considere a su vez casos negativos, pero haciendo

énfasis en los casos más representativos y paradigmáticos y explotando a los informantes clave. En conclusión, el investigador trata de imitar al buen fotógrafo, que busca los mejores ángulos para capturar la mayor riqueza de la realidad que tiene delante. Escogimos dos criterios para la selección de la muestra: el muestreo por cuotas que tiene como finalidad “representar al total de la población a través del establecimiento de sectores proporcionales o cuotas que reflejen las diferentes categorías que son características en el universo que se vaya a estudiar” (Ander Egg, 1995). Es decir, el investigador de acuerdo a su experiencia y conocimiento de la población establece cuotas o sectores con la cantidad de casos que en número sean representativos de la población a estudiar.

El muestreo por cuotas se complementó con el muestreo bola de nieve que se logra a través de amigos, parientes, contactos personales y conocidos como se accede a capturar los actores objeto de la investigación. Consiste en una serie limitada de entrevistas o grupos de hablantes extremos (sirven para contar con los rasgos o conductas límites de una clase o grupo), ejemplares (se utilizan para visualizar ciertas características ya conocidas) o típicos (permiten la descripción de los rasgos de los sujetos más repetidos de una población caracterizada por una homogeneidad interna) en relación a ciertas prácticas sociales (Serbia, 2007).

Realizamos entrevistas en profundidad, semiestructuradas, con un cuestionario guía, en una muestra de diez familias de CABA (en tres barrios económicamente diferentes); diez en periurbano urbanizado (cinco residentes en countries más cinco en zonas más pobres) y diez en periurbano rural.

Para todas estas muestras se consideraron rangos etarios, tratando de abarcar diferentes conformaciones familiares (con un solo hijo, con dos o más hijos, parejas jóvenes, parejas adultas, etc.) Se consideró la variable de la composición familiar para tener un equilibrio entre familias: con bebés de 6 meses a 3 años y/o con niños en escuela primaria y/o con “adolescentes”. Se tomaron en cuenta diferentes perfiles actitudinales frente a la alimentación saludable para seleccionar a los entrevistados. Se buscó una distribución equitativa de las tres variables (residencia geográfica/inserción socioeconómica/composición familiar), con un criterio de juicio crítico y no matemático. Es decir, se consideró la representatividad de 1/3 de cada variable en la selección de la muestra.

4. El consumo de alimentos en Argentina

Según la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS), en el grupo de los niños entre 6 y 23 meses entre los alimentos con proteínas de alta calidad nutricional, los más consumidos fueron el huevo de gallina, la leche de vaca entera fluida y en polvo, el yogur entero y la carne vacuna. El consumo de alimentos de niños de 2 a 5 años muestra gran similitud en el listado de los veinte alimentos más consumidos con el grupo de niños de 6 a 23 meses, denotando que no existen cambios muy marcados en los patrones de selección de alimentos de los niños preescolares.

El consumo de leche sin fortificación con hierro sigue siendo altamente reportado ya que hubo un 78% de los niños que la incluyó en su ingesta (leche de vaca entera fluida con vitaminas A y D, más leche de vaca entera fluida y leche en polvo entera), que, en comparación con el grupo de niños de menos de 2 años, presentó una media de consumo ligeramente inferior. El consumo de leche fortificada con hierro (en polvo o fluida) fue menor que el de leches sin fortificar con hierro (11%).

Un incremento notorio es el del consumo de gaseosas, que aumenta de un 21% en los niños de 6 a 23 meses a 35% en los niños de 2 a 5 años. También lo hace en el grupo de mujeres que va entre los 10 y 49 años. Dentro del grupo de mujeres embarazadas no se observa dentro de los veinte alimentos más consumidos, ni leche, ni ningún otro alimento derivado como yogures o quesos.

El análisis de los veinte alimentos más consumidos por la población materno-infantil muestra que la leche pierde predominio en la ingesta de los adultos, al igual que el yogur y los quesos (Ministerio de Salud, 2012).

Tal como muestra Zapata, en Argentina se verifica un bajo consumo del grupo leche, yogures y quesos, con una tendencia que continúa en descenso. Si se compara la evolución del consumo aparente de este grupo entre los años 1996-97 y 2012-13, se observa un descenso en el consumo de leche de un 38%, y de postres lácteos un 13%. Sin embargo, el consumo aparente de yogur tuvo un incremento del 40%. Si establecemos un análisis diferenciado por nivel de ingresos, observamos que: el 5to quintil de ingresos tiene un consumo aparente 70% mayor del grupo de leches, yogures y quesos. Siendo la principal diferencia el consumo aparente de quesos crema y untable, que refleja un consumo 770% mayor en el quintil 5 respecto del 1er quintil. Seguido por los postres lácteos, donde la diferencia es de 381% a favor del 5to. quintil. En cuanto al consumo de yogur, el 5to quintil de ingresos muestra un consumo aparente 52% mayor que el consumo aparente en el 1er quintil. Puede concluirse que el consumo total de lácteos aumenta a medida que incrementan los ingresos del hogar. Ya que todos los alimentos de este grupo, excepto la leche en polvo, aumentan conforme a los ingresos (Zapata, 2016).

Las características que adquiere el consumo se relacionan con los significados que pretenden dar a conocer y se desarrollan en las distintas clases sociales, haciendo un uso diferenciado aún de los mismos bienes (Bourdieu 2010, Mintz 2003).

El grupo de leche, yogures y quesos es fundamental para el aporte de proteínas de alto valor biológico y calcio de muy buena biodisponibilidad al organismo. El calcio forma parte de la estructura ósea y dentaria, participa en el mecanismo de coagulación sanguínea, juega un importante rol en la iniciación de la contracción muscular, entre otras funciones. Una ingesta adecuada de calcio entre la edad de la menarca y el final de la adolescencia condiciona una mayor densidad mineral ósea y por lo tanto disminuye el riesgo de incidencia de osteoporosis. Por lo tanto, el bajo consumo de este grupo de alimentos implica un grave riesgo de desarrollar esta patología. Por otro lado, la disminución de los valores plasmáticos de calcio ocasiona tetania, trastorno en el cual se producen espasmos y dolores musculares (López L; Suárez M., 2003)

Nos interesa también distinguir que la producción, distribución y consumo de alimentos no es una secuencia lineal, sino que es un proceso que se retroalimenta. La perspectiva del aprovisionamiento es un instrumento que nos permite articular la producción con el consumo, al identificar el movimiento -tanto en relaciones mercantiles como no mercantiles- atravesado por factores políticos y/o sociales. Mediante esta perspectiva podemos identificar cómo “las relaciones sociales producen diferenciación material que queda incorporada en los propios bienes y servicios...afectando tanto el valor económico como el valor simbólico...” (Narotzky, 2007:34)

Además, debemos tener en cuenta que hay un consumo diferenciado de los productos y una significación diferente para distintos grupos sociales. En este sentido Bourdieu nos presenta un claro ejemplo en el consumo de arroz, “...de las variaciones del consumo que se hace de estos productos según las clases sociales, cuando se sabe que sólo el término arroz cubre el arroz con leche o el arroz gras más bien populares, el arroz al curry más bien burgués o, con mayor precisión, intelectual, por no hablar del arroz integral , que evoca por sí solo todo un estilo de vida...” (Bourdieu, 1998:18). Y en este mismo sentido este autor señala el valor que adquieren los productos en el uso social que se hace de los mismos.

5. Resultados

5.1. Mucho más que masticar y tragar: función social de la alimentación

La alimentación abordada desde la Antropología focaliza en la visión desde las relaciones sociales, se analizan comidas, comensales y compradores, considerando un sujeto social: el comensal, que realiza una práctica social: el comer. La alimentación es clave en la organización social, porque se producen intercambios económicos y sentidos simbólicos. El acto

de “comer” es legitimado diferente para los niños (papillas), adolescentes (hamburguesas) y ancianos (sopas). También existen comidas que marcan masculinidad (carnes rojas) y femineidad (carnes blancas). Mediante las comidas, se marcan diferencias de clases, sectores y grupos (Aguirre, 2004). Comprender por qué la gente come como come implica estudiar qué se piensa acerca del cuerpo (representación cultural de que la comida nos cambia por dentro), los alimentos (cualidades negativas y positivas que se le dan a cada producto) y la comensalidad (la forma en que los alimentos se comparten, considerando que el momento de compartir la comida es un momento privilegiado de la reproducción física y social de individuos y grupos).

Una cuestión importante en las elecciones alimentarias es el gusto, como elemento clave para reproducir desigualdades sociales. Los gustos se analizan en relación con la estructura de ingresos: determinados gustos aprendidos por niños y adolescentes se relacionan con que sus padres están en cierta posición socioeconómica determinada. La identidad culinaria responde al acceso diferencial a los alimentos de los distintos estratos de ingresos.

5.2. Alimentación cotidiana/extra-cotidiana

Alimentarse en el cotidiano implica buscar recursos y elaborar menús diarios para conformar todos los integrantes de familia, dependiendo del tiempo, la experiencia y las ganas de madre, quien se encarga en la mayoría de casos de compras y preparación de los alimentos. Respecto de las comidas, se comparte sólo la cena, consistiendo así en el momento principal de comunicación y encuentro familiar (excepto el desayuno, si niños no lo hacen en escuela). El almuerzo encuentra a los integrantes de la familia dispersos (padres en su trabajo, niños en la escuela). En una ocasión especial, se da cierto relax, con reglas más permisivas para niños y adolescentes que en las comidas habituales (levantarse antes, no comer todo). Se sirve comida “autoservicio” poco elaborada (picadas con fiambres, quesos y verduras). La composición familiar influye en los cambios en la alimentación: cuando el bebé se incorpora a la mesa familiar, o con la presencia de niños o adolescentes. También encontramos diferencia intergeneracional, ya que las madres de ahora trabajan y no tienen tiempo de cocinar, contrariamente a cómo lo hacían habitualmente sus madres (actuales abuelas).

5.3. Diferencias de clase en la alimentación familiar

En cuanto al tipo de alimentos que se consumen en las familias entrevistadas, encontramos en las familias de ingresos bajos el concepto de cuerpo “fuerte”, equiparado con comida rendidora (pan, papas, fideos, azúcar, carnes grasas), dieta monótona/alimentos “seguros” (no experimentan). En las familias de ingresos medios, el concepto de cuerpo “lindo”, que se corresponde con el de comida “rica” y comensalidad familiar. En tanto, en ingresos altos prima el ideal de belleza, asociado a alimentos “light” y comensalidad individual (cada uno responsable de su propio consumo), en la idea de cocina “sana” para el cuerpo “sano”. En el cotidiano, encontramos la idea de alimentación solitaria: una pérdida general de compartir la mesa, excepto como vimos, en la cena y, además, se “sueña con” o “se extraña a” la comida compartida en familia.

5.4. Espacio de vida y espacio de compras: ajustes y desajustes que definen la complejidad del entorno alimentario

Se vislumbra cierta heterogeneidad de los lugares de compras cotidianas, pero aparecen “nuevos” espacios de compras. Esto podría ser señal de la crisis económica. Por ejemplo, se empiezan a generalizar los lugares de compras mayoristas para la familia, así como toman importancia lugares “saludables” con mayor trazabilidad de los alimentos (negocios de dietética, mercados agroecológicos). La heterogeneidad de los espacios comerciales es más baja en los lugares del periurbano y de los sectores populares, sin embargo, los almacenes tienen también más variedad, lo que produce cierta compensación. Al nivel

de las prácticas, el poder de decisión sobre las compras lo tiene la madre. Esto puede llevar a reducir dicha heterogeneidad (una lista para un comprador / un lugar de compras para el comprador) o a dividir los roles familiares (el hombre en el supermercado/ la mujer al almacén).

5.5. Valoración y significado de la alimentación

La valoración positiva de la alimentación es expresada en la mayoría de los entrevistados: se refieren a ella como una de las acciones necesarias para vivir. También se reconoce el beber como esencial, pero con cierta falta de conciencia sobre la relación agua/hidratación. Se diferencia comer/beber y la mayoría valoriza más comida que la bebida (con argumentos como: “llena más” / “da más energía”). La comida aparece en los relatos asociada a emociones (entre ellas: angustia/placer/saciedad). Los alimentos más valorados son las verduras. Se expresa en numerosos testimonios la importancia de cuidar alimentación en embarazadas y amamantadoras.

5.6. Alimentación y salud

Los indicadores relevados de buena salud de los hijos fueron: que tiene buen peso, que no se enferma seguido, que no tiene que tomar remedios, que está contento. El parámetro de la mayoría para evaluar la salud de los bebés, niños y adolescentes es la consulta regular con el pediatra. En las familias con bebés, se expresa la salud en que está sano porque está alerta, activo, responde a estímulos, está bien despierto, está alegre. En las familias con niños: si come en la escuela, se preocupan por averiguar semanalmente cómo y qué come y en qué cantidad. En las familias con adolescentes, se expresa que no se puede controlar lo que comen, como cuando eran bebés o niños, por estar fuera del hogar muchas horas e influenciados por el grupo de pares.

5.7. Rol de los lácteos en la alimentación

En todos los niveles de ingreso, los lácteos son considerados fundamentales para la nutrición (“da fuerza” y “sube defensas”). Son más importantes leches que yogures. En ingresos altos, son consumidos, pero con ciertas valoraciones negativas. Expresan problemas de intolerancia a lactosa; grado de industrialización que los asocia a ser “no saludables”; los humanos no necesitan tomar leche de vaca (cuestionamiento al modelo de producción de alimentos). Del estudio no surge que el yogur sea un alimento de primera necesidad. Según el Modelo Médico Hegemónico (Menéndez, 1988) los niños deben tomar leche, pero es considerada una práctica determinada por lo económico, y la posibilidad de acceso es lo determinante para consumirla. Se detectó una baja de consumo de yogur en los adolescentes, que puede explicarse por la elasticidad precio/demanda: variación porcentual de cantidad demandada respecto de variación porcentual del precio (ante aumento de precio, la demanda es menor, y pasa a ser considerado un artículo de “lujo” y la proporción del ingreso de los padres gastada en yogur, pasa a ser altamente significativa).

5.8. Hegemonía y subalternidad en la alimentación

De acuerdo a los testimonios, los actores fundamentales de la educación alimentaria individual y familiar son las madres; en un segundo lugar, padres varones y abuelos. El aprendizaje de comer se considera que se realiza en casa, sin embargo, el ámbito escolar es señalado como propicio para formación de una conciencia alimentaria. Se expresa que se requiere institucionalizar la educación alimentaria y también se remarca la importancia económica de la alimentación en momentos de

crisis. Se muestra la influencia de publicidad en la elección de alimentos y en prácticas alimentarias, constatándose una necesidad de desalentar mensajes que promueven prácticas alimentarias no saludables.

5.9. Sostenibilidad de la alimentación

La sustentabilidad alimentaria es considerada en los testimonios recogidos, como aquella que no daña el medioambiente, que es lo menos artificial posible y que económicamente no representa ningún tipo de explotación (sustentabilidad del medioambiente, así como de la producción agropecuaria y del consumo). La concepción holística del desarrollo sustentable aplicada a la alimentación comprende cómo poder "sostener" hábitos alimenticios que no comprometan la salud futura, partiendo del impacto sobre la salud humana.

En los testimonios surge una cierta falta de conciencia sobre posibilidades de "sostenibilidad" de la alimentación. Las familias de menores ingresos comen lo que pueden ahora y no saben qué podrán comer mañana. En tanto, familias más acomodadas económicamente no reflexionan acerca de cómo comerán en el futuro sus hijos.

6. Reflexiones finales

La visión de la alimentación desde la antropología es una visión desde las relaciones sociales, por eso se analizan las comidas, los comensales, los compradores, considerando un sujeto social, el comensal, que realiza una práctica social, comer. La alimentación es clave en la organización social, tanto porque constituye intercambios económicos como sentidos simbólicos. En los sujetos, la alimentación es clave. Comer es una de las actividades cotidianas más repetidas en cualquier grupo humano, tiempo y espacio y tiene un lugar central en todas las culturas. A la vez, hay un "comer" legitimado diferente para los niños (papillas), adolescentes (hamburguesas) y ancianos (sopas); comidas que marcan masculinidad (carnes rojas) y femineidad (carnes blancas). Mediante las comidas, se marcan diferencias de clases, sectores y grupos.

Desde las ciencias humanas y sociales se insiste en el hecho de que la alimentación humana incluye una dimensión imaginaria, simbólica y social, ofreciendo también aproximaciones que han postulado explícita o implícitamente la autonomía de lo social con respecto a las influencias biológicas (Fischler 1995). La mayoría de quienes estudian la alimentación humana desde su complejidad social y biológica, apuntando el carácter multidimensional de este hecho, han insistido en que es necesario establecer un punto de encuentro, un espacio común donde los presupuestos teóricos y los recursos técnicos, en lugar de distanciarse, se aproximen y eviten, en la medida de lo posible, los numerosos fracasos de los programas de intervención nutricional y salud pública, así como las insuficiencias registradas en buena parte de los estudios sobre prácticas alimentarias. Las elecciones, así como el comportamiento alimentario en general, vienen definidos por cuatro factores básicos que dan lugar a tradiciones muy variables, reconocidas, en un sentido más amplio, como cocinas. Estos son, en primer lugar, el limitado número de alimentos seleccionados de entre los que ofrece el medio (facilidad de acceso, cantidades que se pueden recoger según energía empleada, tecnología). En segundo lugar, el modo característico de preparar estos alimentos (asados, fritos, hervidos, crudos, aliviados). En tercer lugar, los principios de condimentación tradicional del alimento base de cada sociedad y, por último, la adopción de un conjunto de normas relativas al contexto del consumo: número de comidas diarias, lugares, calendarios (Farb y Armelagos, 1985).

La adopción de reglas y normas muy precisas en la manipulación de los alimentos que han consumidos tiene que ver, a su vez, con el conjunto de creencias y prácticas asociados a ellos y compartidas por las personas que forman parte de una cultura o de un grupo social dentro de ésta. De este modo, cada cultura genera una cocina peculiar (ingredientes, combinación específica de aromas, técnicas de preparación y maneras de servir los alimentos) que implica clasificaciones particulares y

unas reglas precisas, tanto en relación con la preparación y combinación de alimentos, como relativas a su recolección, producción, conservación y consumo. Este orden es lo que viene denominándose la gramática culinaria, simulando la analogía La relación de la gente con su forma de comer se ha comparado con un lenguaje, que se habla, pero sin tener constantemente presente sus reglas, que fluyen de manera natural porque están internalizadas. Por eso es importante descubrir cuáles son las relaciones sociales que sostienen los hábitos de comer. Por ejemplo, el juntarse todos y sentarse a comer todos al mismo tiempo, se explica por una norma cultural, un deber ser.

Las elecciones alimentarias reflejan la actualización de fenómenos de la estructura social, que se ocultan en la vida cotidiana, cuando en realidad creemos que “elegimos” con qué y cómo alimentarnos. Una cuestión importante en las elecciones alimentarias es el gusto, que puede operar como uno de los elementos clave para reproducir desigualdades sociales. Se aprende a gustar del mismo modo que se aprende a hablar. La preferencia alimentaria no es innata. En una doble articulación de lo social, las instituciones formales e informales (familia, escuela, grupo de pares) van moldeando en los sujetos sistemas de predisposiciones que se van transmitiendo y reproduciendo mediante las repetidas elecciones individuales, que, a la vez, reproducen y/o transforman las estructuras que le dieron origen.

En nuestras entrevistas, surge la preferencia alimentaria, relacionada con cambios generacionales, particularmente en familias de ingresos medios. Las madres de hoy expresan que “a mí me obligaban a comer lo que había en casa, yo no elegía”; en cambio, ellas al dar de comer a sus hijos, pueden elegir. Pero esta sensación actual de poder decidir lo que vamos a comer, se enfrenta con la idea de que “si a los chicos no le gusta, no se los compro”. Es decir, con el poder de influencia que comprobamos que tienen los niños para decidir qué se come en la casa.

Por otra parte, los gustos tienen relación con la estructura de ingresos, ya que los gustos de la madre y de la familia que aprenden los niños y adolescentes se relacionan con que ellos consumen tales productos porque están en cierta posición socio-ocupacional que les permite ese consumo y no otro. De este modo se va armando una identidad culinaria que responde al acceso diferencial a los alimentos que tienen los distintos estratos de ingresos.

En las prácticas alimentarias cotidianas, se construyen “gustos de necesidad”, en los sectores populares, opuestos a los “gustos de libertad” de los sectores medios (Bourdieu, 2010). Se aprende a gustar lo que se puede comer, construyéndose un gusto adecuado al acceso. Gusto que hace que se acepte como comida cotidiana lo que de todas maneras estarían obligados a comer porque es lo que se puede (no lo que se quiere). Las familias ejercen sobre los niños una presión indirecta que tiene efectos sobre lo que aprenden a gustar. Entonces, el individuo aprende a gustar lo que sus padres, sus amigos y todo su entorno encuentran tanto aceptable como posible, excluyendo a veces como sueño imposible (y por lo tanto rechazado), lo que de todas maneras difícilmente esté a su alcance.

¿Qué significa “comer bien”? La crisis de saberes en la alimentación moderna se produce porque hay demasiados marcos de referencia simultáneos: los grandes cocineros que enseñan a comer rico por tv e internet; el sistema médico que enseña a comer sano para no enfermarse; las ecónomas que muestran cómo comer barato; la industria que impone comer rápido, precocido, desgrasado y envasado; la cocina de nuestras abuelas que marcaba nuestro gusto y pertenencia. Todas estas normas son valorizadas positivamente. ¿Quién no quiere comer “rico”/“sano”/“barato”/“rápido”/“nuestra comida”? El problema es que, habiendo tantas normas simultáneas y con lógicas excluyentes, nos obligan a decidir individualmente. Lo rico no tiene por qué ser es sano, ni barato, ni nuestro. O lo sano no siempre es barato, ni rico, ni rápido ni tradicional. En lugar de encontrar una solución al problema del “comer bien”, se va pasando de una norma a otra: un día: se come rico, el segundo: sano, el tercero: rápido, en los feriados: tradicional y llegando a fin de mes: barato. Esta es la gastro-anomía del comensal moderno:

comer sin coherencia, sin normas, sin códigos ni saberes compartidos acerca de que es el "buen" comer. Basta que "yo" sepa que es "comer bien para mí".

En definitiva, la comida moderna se evade del control social (al no seguir una norma socialmente consensuada como es la gastronomía y del intercambio (con el apogeo del picoteo) y pasa a ubicarse en la esfera de lo individual. Las elecciones del comportamiento de este sujeto social, el "comensal", derivan de la información que recibe de los medios masivos sobre lo que es una dieta sana, rica, barata, rápida y/o tradicional. Estas elecciones solitarias basadas en la información interesada de los vendedores de alimentos (que, además, son transmitidos mediante medios impersonales, contrariamente a la cocina tradicional que se transmitía por la experiencia), se vive como una libertad individual.

Podemos caracterizar la población estudiada diferenciándola por grupos:

- Sectores de ingresos medios: profesionales, con acceso a mucha información, trabajan 8 hs y no tienen tiempo de cocinar. Sus hijos realizan múltiples actividades extra escolares. Tienen movilidad, compran de regreso del trabajo, y hacen maxi compras. Muestran cierta desconfianza acerca del consumo de lácteos, porque manifiestan que son "industrializados" y este concepto, como vimos, se asocia a lo "no saludable". Manifiestan un consumo moderado de lácteos y los eligen por gusto/calidad/comodidad/practicidad. El ingreso y permanencia en el mercado laboral con ocupaciones full time influye en las elecciones alimentarias, por la falta de tiempo para comprar alimentos y preparar comidas.

- Sectores residentes en zona urbana, divididos en dos subgrupos:

- o A: población de ingresos medios: estudios secundarios completos y profesionales, tienen obra social. Llevan una alimentación variada, en función del tiempo, buscando una alimentación "sana" que no siempre se lleva a cabo; priman los gustos por productos comerciales o en función de la actividad laboral. Realizan salidas a comer afuera. Las compras se hacen en relación precio y calidad. Los vínculos familiares determinan parte de los gustos, no solamente por la presencia de niños, sino también en las parejas que al unirse van modificando sus gustos (importancia del matrimonio en las elecciones alimentarias). Los lácteos son consumidos como "algo que debe hacerse", pero sin mucho convencimiento de su valor nutricional, como parte de una costumbre.

- o B: población de ingresos bajos: niveles de escolaridad incompletos en algunos casos; trabajos inestables y precarios; no tienen obra social, dependen de la atención de salud pública. Las preparaciones culinarias giran en torno a lo económico y a producir saciedad, mayormente guisos, si bien hay variedad de alimentos, pero siempre en función de los ingresos. Los lácteos no tienen una fuerte presencia. La leche (mayormente en polvo) y el yogurt (bebible referenciado como "más rendidor") se consumen principalmente; los quesos aparecen muy poco. No hay salidas a comer fuera de la casa, el picoteo en la calle es reducido. Los niños tienen cierta injerencia en las elecciones, pero se elige de acuerdo a los ingresos. Así también en las compras, la relación precio –calidad no se suele tener en cuenta. Respecto al barrio en el que se vive, la disponibilidad de centros de abastecimiento es igual en lo que hace a los supermercados y si bien hay ferias en ambas zonas, en el grupo B son más precarias y orientadas a la población migrante residente (coreanos, paraguayos, bolivianos). Respecto al rol del varón, si bien está presente lo económico, suele apelar a cuestiones familiares y migratorias respecto a su alimentación. Se registran saberes y preparaciones que se trasladan a la familia actual desde la familia de origen migratorio.

- Periurbano bonaerense (sector rural y urbano): todas las familias declaran ingresos muy por debajo de los \$15000, que los ubican muy por debajo de la línea de pobreza. Entre las comidas mencionadas como saludables aparecen en los huerteros las sopas con variedad de vegetales y en las zonas más urbanas, los pucheros. Siempre platos rendidores, "de olla", que pueden vincularse a las prácticas alimentarias de este grupo poblacional (Aguirre, 2005). Las ocasiones especiales suelen ser cumpleaños, en el caso de las familias huerteras, suelen destacarse los encuentros con sus familiares (debido a su

trayectoria migrante). En estas ocasiones, se diferencian dos tipos de preparaciones: las empanadas, a cargo de las mujeres y el asado, a cargo de los hombres. La bebida siempre es el alcohol. Esta población no sale a comer afuera, expresan rara vez haber ido a comer a algún sitio. Salvo las parejas más jóvenes, que sólo van a comer a algún local de comidas rápidas, pero como una salida muy ocasional para llevar a sus niños. Se observa algo transversal a todas las entrevistas, vinculado al rol de los niños como formadores y modificadores de los hábitos alimentarios familiares, pese a no reconocer cambios en su alimentación una vez incorporado el niño a la mesa. La gran mayoría refiere ser quienes enseñan a comer a sus hijos y ser, muchas veces, sus propios referentes. Esto se explica por la influencia de la publicidad de los alimentos infantiles: “Libres de toda regulación la publicidad de los alimentos infantiles sugiere que son los niños los que deben elegir su comida. Ningún grupo humano en la historia de la cultura dejó la elección alimentaria en manos de niños, siempre (por eso sobrevivimos como especie) fueron los adultos los que enseñaron a comer. Hoy el vaciamiento del saber de las madres (Aguirre, 2004) hace que ellas no se sientan autorizadas a enseñar a sus hijos a comer”. Refieren explícitamente enseñar a sus hijos a comer, y ser sus propios referentes. Pero también dicen que no pueden comer “saludable” porque a los chicos no les gusta así: orientan sus preparaciones según el gusto de sus hijos. El sistema médico hegemónico también influye: “Este vaciamiento de saber no es inocente, el sistema médico que, con un malón de nutricionistas, pediatras, enfermeras, especialistas y generalistas de todo tipo, se encargan de no escuchar a las madres y enseñarles, capacitarlas, llenarlas, de todo tipo de conocimientos exclusivos y excluyentes acerca de cómo comer y cómo vivir, despreciando todo saber experiencial que no venga del último libro/ congreso/ científico. Como resultado, las abuelas “no saben”, dudan de su capacidad de alimentar mientras los niños son incitados a creer que saben lo que quieren por una publicidad engañosa” (Aguirre, 2004b).

Respecto del grupo de lácteos, es un grupo de alimentos muy valorado socialmente, pero no se accede con la frecuencia necesaria, por cuestiones vinculadas a la capacidad de compra. Este no es un dato menor si tenemos en cuenta que el 30% de la población argentina se encuentra bajo la línea de pobreza. Podemos relacionarlo con los “alimentos trazadores” (Aguirre, 2010): hay un grupo de alimentos cuyo consumo crece al aumentar el nivel de ingresos (serían bienes de lujo), dentro de este grupo se encuentra el yogur. Luego, están los bienes normales, aquellos cuya demanda primero crece y luego tiende a caer: en este grupo se encuentra la leche.

En una primera conclusión general del estudio, podría decirse que el Nivel de Ingresos es la variable más importante para explicar el consumo de alimentos. Sin embargo, esta explicación presenta cierto nivel de simplismo, ya que en una mirada más detallada y profundizando el nivel de análisis, vemos que es necesario incorporar las otras dos variables consideradas para explicar la forma de comer de las familias entrevistadas: Lugar de Residencia y Grupo Familiar.

Respecto de la variable Grupo Familiar, detectamos varias determinaciones, que se cruzan con la variable Lugar de Residencia. En las familias del periurbano hay una estrategia de familia extendida, en la cual residen en la misma hectárea de campo varias familias disgregadas (todas emparentadas entre sí). En cambio, en las familias urbanas, se observa más individualismo en el consumo de alimentos.

Los grupos de ingresos medios y altos tienen la posibilidad de llegar a obtener un nivel educativo alto y profesionalismo (la mayoría con estudios universitarios completos), que les permiten acceder a información valiosa para definir sus estrategias de compra. Este es el grupo que cuestiona el uso de lácteos, basándose en información sobre alimentación vegana, orgánica, los productos light, compra de libros y búsqueda en internet, así como también cuestionan el modelo alimentario actual basado en la industria agroalimentaria y el modelo productivo del agronegocio. Expresan en argumentos negativos, que los lácteos tienen residuos de antibióticos, son producto de la industrialización, etc. Así como vimos para el caso del gusto, surge aquí una diferencia con la generación anterior que daba leche a sus hijos sin cuestionar, expresando que “la leche es sana”. Las

generaciones actuales la compran, pero la tienen en la heladera, no obligan a sus niños a tomar leche, porque se considera no saludable. En relación a la salud, este grupo también cuestiona el modelo médico hegemónico, cuestiona a los médicos y se auto-medica o busca medicinas alternativas (acupuntura, homeopatía, antroposofía).

Ciertos casos entrevistados, nos hablan de otras formas de decidir que tienen que ver con elementos tales como: el nivel educativo y cómo se criaron, la cultura de la que provienen, etc. Es decir que se puede ver a través de los casos las micro-diferencias sutiles que influyen en la toma de decisiones alimentarias. Por ejemplo, algunas familias de altos ingresos, contrariamente a lo que se podría esperar, tienen estrategias de compra para ahorrar dinero. ¿Cómo reconoce este grupo la calidad de los alimentos? En otra época, donde en el mercado alimentario primaban los alimentos frescos, se notaba a través de las propiedades organolépticas la calidad. Al comenzar a procesarse los alimentos, las familias de alguna manera delegan en las marcas regidas por la ley su sensación de calidad.

La diferencia generacional también se expresa en relación al referente alimentario. En las familias de altos ingresos, la generación anterior no se considera referente, y se cuestiona la forma de alimentar de los propios padres. Ahora, al tener autonomía y poder elegir libremente, no eligen esa forma de consumo que elegían sus padres, porque las consideran no confiable. Ahora pueden elegir si darles o no leche a sus hijos, mientras que en la generación anterior se daba leche a los niños sin cuestionar si era sana o no. Consecuentemente con este argumento, no se nombran como referentes a los abuelos en este grupo.

En cambio, sí para los de ingresos bajos, los abuelos son referentes. La definición del referente puede vincularse con el entorno. Es decir que, para explicarlo, hay que realizar un cruce de variables: Grupo Familiar (cantidad de miembros, migración, etc), con Lugar de Residencia. Así, vemos por ejemplo que, en zonas periurbanas como Pontevedra o González Catán, donde hay más presencia e influencia de negocios de la industria alimentaria, no aparecen los abuelos como referentes. La diferencia generacional vuelve a surgir en la explicación del paso de la comensalidad conjunta a la comensalidad individual. Como vimos, se registra una pérdida general del compartir la mesa.

A partir de las hipótesis planteadas al comienzo del estudio, presentamos algunas reflexiones:

- Los miembros de la familia para los cuales se cuida más la alimentación son los hijos (ya sean bebés, niños o adolescentes)
- La alimentación aparece como una cuestión de saciedad fundamentalmente, evitar sentir hambre.
- El acceso a la alimentación se visualiza condicionado por:
 - 1) el lugar/barrio donde se vive, si tiene comercios y cuales (idea de que, al mudarse de lugar, se cambia la alimentación) (variable Lugar de Residencia)
 - 2) la situación económica de la familia (variable Nivel de Ingresos)

Como valor agregado de este estudio, se generaron nuevas hipótesis y probabilidades de armado de nuevas muestras y surgieron nuevos ejes de análisis interesantes para profundizar en futuros estudios focalizados. Las preguntas surgieron del trabajo de campo que nos permite ahora elaborar nuevas hipótesis, imposibles de pensar sin haber realizado este estudio previamente.

- Existen variables que influyen en las elecciones alimentarias y se deben tener en cuenta como: si son propietarios o no, si tienen un automóvil o más, el nivel de estudio, etc. Estos datos podrían dar un estimativo de los gastos que pueden asumir como unidad doméstica
- Se relevó un punto de vista familiar, pero habría que profundizar en estudios por edades de los miembros de la familia.

- Las familias donde hay mujeres amamantando y bebés en lactancia son muy particulares y tienen problemáticas específicas. Por esto, sería interesante estudiar en una muestra focalizada (podría ser conformada por madres primerizas y madres amamantando), el momento familiar específico cuando el bebé tiene entre 0 y 36 meses, para poder comprender cuestiones como: cómo se deciden y realizan las compras, cuáles son los mandatos familiares, cómo se consume, etc.

- Otro resultado importante del estudio es que el punto de vista que tenemos sobre los adolescentes es el de los padres. Por lo tanto, habría que realizar estudios focalizados sobre adolescentes para relevar su propio punto de vista.

En definitiva, proponemos considerar el sistema alimentario de las familias con una visión holística, para generar herramientas y recomendaciones que prioricen la disponibilidad de ciertos alimentos y promuevan su consumo, a través de una Educación Alimentaria Nutricional garantizando Derecho a la Información.

7. Bibliografía citada

Aguirre, Patricia. (2004) Ricos flacos y gordos pobres. La alimentación en crisis. Claves para Todos. Colección dirigida por José Nun. Editorial Capital Intelectual.

Aguirre, P (2004b) Madres Vacías de saber. Niños Sabios-En Estudio multicéntrico sobre desnutrición y factores de riesgo. Calvo, Elvira Compiladora. Becas Oñativía. Ministerio de Salud- Buenos Aires

Aguirre, Patricia (2010). La comida en los tiempos del ajuste. En Torrado, Susana (dir.) El costo social del ajuste (Argentina 1976-2002). Tomo II. Buenos Aires: Edhasa.

Ander Egg, G. (1995). Técnicas de investigación social. Ed Lumen, Bs As. 24 edición.

Bourdieu, P. (1998) La Distinción. Criterios y bases sociales del gusto. Traducción María del Carmen Ruiz de Elvira. Grupo Santillana de Ediciones,S.A.

Bourdieu, P. (2010). El sentido social del gusto. Siglo XXI Editores.

Brunel Sylvie, *Nourrir le monde, vaincre la faim*, Larousse, 2008.

Contreras, J. (1993) Los alimentos también tienen significados. En: Antropología de la alimentación. Eudema.

Durkheim, E (1987): Las Reglas del Método Sociológico. Edit. La Pléyade, Bs. As.

Farb, P. y Armelagos, G. [1980]. *Anthropologie des coutumes alimentaires*, París: Denöel, 1985.

Fischler, C. (1995) Las funciones de lo culinario en El (h)omnívoro. El gusto, la cocina y el cuerpo. Anagrama. Barcelona. España.

Geertz, C. (1992) La interpretación de las culturas. Gedisa, Barcelona.

Glasser y Strauss (1967). *The discovery of the grounded theory. Strategies for qualitative research*. Aldine Publishing Company. New York.

Gómez Mendoza, M.A. (200) Análisis de contenido cualitativo y cuantitativo: Definición, clasificación y metodología. En: *Revista de Ciencias Humanas*, 20. UTP.

Gracia-Arnaiz, M. (2007) Comer bien, comer mal: la medicalización del comportamiento alimentario. *Salud pública Méx.* ,vol. 49, no. 3.

Guber, R. (1991) *El salvaje metropolitano: reconstrucción del conocimiento social en el trabajo de campo*. 1ª Ed. Gedisa. Buenos Aires.

Guber, R.(2001) *La etnografía. Método, campo y reflexividad*. Grupo Editorial Norma.

López L; Suárez M. (2003). *Fundamentos de nutrición normal*. Ed. El ateneo. Buenos Aires.

- Martínez, M. (2006). La investigación cualitativa (síntesis conceptual). Revista IIPSI. Facultad de psicología. UNMSM. ISSN: 1560 - 909X. VOL. 9 - Nº 1 PP. 123 – 146.
- Menéndez E. L. , 1988. Modelo Médico Hegemónico y Atención Primaria. Segundas Jornadas de Atención Primaria de la Salud. 1988 30 de abril al 7 de mayo. Buenos Aires.
- Ministerio de Salud (2012). Alimentos Consumidos en Argentina. Resultados de la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud - ENNyS 2004/5. Buenos Aires: Ministerio de Salud.
- Mintz, Sidney (2003) Sabor a comida, sabor a libertad. Incursiones en la comida, la cultura y el pasado. Ediciones de la Reina Roja. Méjico.
- Narotzky, Susana (2007) El lado oculto del consumo. Cuadernos de Antropología social.
- Suremain Ch.E. (2007) L'entourage nourrissier de l'enfantÀ partir d'exemples en Bolivie et au Congo. L'Autre, 2007/3 (Volume 8), Grandir. Editor: La Pensée sauvage.
- Tylor, S. y Bodgan, R. 1996. Introducción a los métodos cualitativos de investigación. Caps. 6 y 7. Paidós: Buenos Aires.
- Zapata, María Elisa; Alicia Roviroso; Esteban Carmuega.(2016). La mesa argentina en las últimas dos décadas: cambios en el patrón de consumo de alimentos y nutrientes 1996-2013. 1ª ed. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil.