

INTRODUCCIÓN

En Chile la alimentación ha sido abordada desde dos perspectivas. La primera de ellas, con mayor historia e incidencia en las políticas públicas, refiere a la relación entre nutrición y salud preocupándose por la calidad de la ingesta alimentaria de la población, en particular de aquella de escasos recursos. Desde este punto de vista, se plantea que la situación nutricional en nuestro país está relacionada con cambios económicos y sociodemográficos que han tenido efectos tanto en la dieta como en los estilos de vida, dando lugar a una marcada disminución de la desnutrición, un aumento en la obesidad y de factores de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles, con graves consecuencias en la salud de las personas¹.

Consecuentemente, diversas investigaciones indagan y/o intervienen en las conductas y comportamientos alimentarios de mujeres, niños/as y estudiantes universitarios/as chilenos, relevando la relación entre los procesos de alimentación con la díada salud-enfermedad a propósito del aumento de la prevalencia de enfermedades crónicas no trasmisibles (i.e. diabetes, hipertensión y obesidad), (Busdiecker, Castillo & Salas, 2000; Schnettler et al., 2012; Vio del R, Salinas, Lera, González & Huenchupán, 2012; Ratner, Hernández, Martel & Atalah, 2012, por citar algunos ejemplos). Sin embargo, en tales estudios si bien se reconoce la importancia de los valores culturales y antropológicos asignados al alimento, se reduce su valor simbólico a las cualidades nutricionales de las comidas, en desmedro de la importancia de las significaciones acerca del comer y de las prácticas alimentarias presentes en los grupos estudiados.

Tales énfasis son consonantes con lo que plantea Mabel Gracia-Arnaiz (2007), respecto de la existencia de una medicalización del comportamiento alimentario, en otras palabras, la producción de discursos tendientes a *“la normalización dietética o el logro de un patrón alimentario basado en la restricción o promoción del consumo de algunos*

¹ Véase, por ejemplo, el recorrido histórico que realiza Mendoza, Pinheiro & Amigo, 2007; Valiente & Uauy, 2002

alimentos y la prescripción de cuánto, cómo y cuándo comer, sostenida en el interés de lograr una alimentación sana, exenta de riesgo para la salud” (p.238).

Por otra parte, una segunda mirada sobre el tema de la alimentación es provista por la antropología y se sirve de los planteamientos de Levi Strauss (1968a y b), referidos a la existencia de categorías conceptuales sobre la comida que constituyen un lenguaje desde el cual se desprenden nociones abstractas sobre hábitat, historia y cultura. De esta forma, se releva que lo “natural” se compone desde los elementos más primarios y cotidianos, a tal punto que en las palabras de la autora Gayle Rubin, “*el hambre es el hambre, pero lo que califica como alimento es determinado y obtenido culturalmente*” (1986, p.102).

Desde esta perspectiva, en Chile, se estudian los comportamientos alimentarios en relación a las construcciones culturales y los significados que entranan el comer y aquello que es considerado comida y que corresponde a una línea de investigación que ha sido liderada por Sonia Montecino (2004, 2006, 2009a, 2009b; Montecino & Franch, 2005; Franch, 2008; Ivanovic, 2004, 2008; entre otras publicaciones). En ese contexto, surge la investigación financiada por el Fondo Nacional de Investigación y Desarrollo en Salud, FONIS, realizada por Franch, Hernández, Weisstaub e Ivanovic (2012), quienes se propusieron comprender el fenómeno de la obesidad en mujeres de escasos recursos en Chile, desde la noción de cultura alimentaria, destacando justamente el papel de los procesos culturales asociados al fenómeno y además la importancia de la categoría de género en tales construcciones sociales. Sin embargo, estudiar sólo a mujeres de escasos recursos sin incluir a hombres, excluye la dimensión relacional de género, asumiendo que son las primeras las únicas portadoras tanto del saber culinario como del acceso a la información sobre las prácticas alimentarias.

Dado lo anterior, el origen de esta tesis parte de la pregunta por sobre cómo significan su alimentación personas (hombres y mujeres) en condición de pobreza de nuestra capital; figura iniciática para introducirnos a capturar y evidenciar aquel registro perteneciente a una determinada clase que desde sus prácticas y lógicas alimentarias ponen en escena particularidades, marcan su distinción, manifestando cómo dan vida a una cultura

y prácticas específicas que, por cierto, se asocian y asientan en patrones de género y clase en términos de constitución identitaria.

En este trabajo se ha asumido que el estudio del lenguaje y las tradiciones orales se constituyen en uno de los mecanismos que proveen de la mejor vía de acceso a la identidad de un pueblo y a la cultura misma (Vich & Zavala, 2004), por lo que se ha optado por un método cualitativo. Si bien Espeitx (2003) advierte que no necesariamente lo que las personas dicen es lo que hacen respecto de su alimentación, se considera que esto ocurre posiblemente porque en sus dichos están también impregnados sus deseos, aspiraciones y normas sobre el tema. Al ser esto así, entonces, sí ha sido posible suponer que el discurso revela la forma en que la comida se sitúa en su mundo simbólico y cómo esta es representada y se hace parte de sus prácticas cotidianas, configurando un estilo de vida y una relación con la salud que connota la pertenencia a un grupo social y a una categoría genérica.

De esta forma, esta tesis se instala y ancla en la alimentación como temática, para desde ahí desbrozar representaciones simbólicas que develan posiciones de género, estructura y jerarquización social vigentes en nuestro territorio.

PROBLEMA Y FUNDAMENTACIÓN

El alimento no solamente provee a los organismos humanos nutrientes y energía necesarios para subsistir. La selección, clasificación y elaboración de la comida constituyen procesos llenos de significados sociales y culturales que evidencian la complejidad y la posibilidad de múltiples aproximaciones al fenómeno.

En ese sentido, Ortiz, Vázquez & Montes (2005), distinguen perspectivas que abordan la alimentación en México, y que de acuerdo a la revisión realizada es posible plantear que son discernibles en el estudio de los procesos alimentarios en Chile. Uno de estos enfoques lo toma como un asunto de Estado, dando cuenta de la distribución y producción de alimentos; otra de las corrientes privilegia el énfasis económico, el cual se ocupa del análisis de los patrones alimentarios a nivel nacional. Una tercera mirada estudia el estado nutricional de la población para, por último, contar con una arista antropológica, centrada en el análisis de hábitos y costumbres alimentarias como propias de la cultura. Las autoras citadas indican que está pendiente entre los enfoques examinados la dimensión de género.

Espeitx (2003) señala que las cuatro ópticas reseñadas encubren discursos de poder acerca del alimento, en los cuales es posible distinguir, *lógicas médico sanitarias* que tratan la relación entre salud y alimentación; *énfasis estéticos*, que se asocian a representaciones acerca de la corporalidad y su imagen; *significados gastronómicos* que privilegian su cualidad de instrumento de goce de los sentidos, así como también aquellos *ideales éticos y morales* que sancionan ciertos tipos de comportamientos, por ejemplo el consumo excesivo de comidas o la ingesta de algún alimento específico, debido a un valor o significado particular. También existen *perspectivas económicas y políticas*, en las que se basan decisiones acerca de la producción, distribución y comercialización alimentaria, al igual que existen *discursos ambientalistas* que significan la relación de los seres humanos con la naturaleza y la producción de alimentos.

Asimismo, Espeitx (2003) establece que comportamientos, discursos y representaciones acerca de la alimentación no son equivalentes. Es decir, existiría una brecha entre lo que las personas dicen acerca de la comida y sus prácticas. Indica la presencia de un vacío en el análisis social actual por cuanto se olvida que los diversos enfoques, nunca neutros, no sirven por sí mismos para explicar los comportamientos alimentarios.

De esta forma, adquieren relieve las contribuciones de la antropología de la alimentación, desde las lecturas de Levi-Strauss (1968a, 1968b), Barthes (1964, 2006), Douglas (1973), Contreras (1992), Fischler (1995), Goody (1995), Harris (1999), entre muchos/as otros/as, que otorgan al alimento el estatuto de un lenguaje que nos trasmite significados y valores culturales acerca del comer y alimentarse. Estas aproximaciones, aportan hipótesis y explicaciones posibles a los resultados de investigaciones que demuestran que los valores asociados al “comer bien” no se relacionan necesariamente con la “calidad nutricional” de las comidas (De Garine, 1999).

Así, se hace patente que para el desarrollo de estrategias que apunten a la salud y calidad de vida alimentaria de la población es preciso tener en cuenta los significados y valores asociados, además de sus esquemas de conocimiento de los alimentos, en otras palabras, es preciso escuchar los discursos de las comunidades en su totalidad y, por tanto, los que tienen los y las sujetos pertenecientes a ellas.

En nuestro país, el estudio de la alimentación como patrimonio cultural y su relación con la transmisión de saberes culinarios ha sido abordado por Sonia Montecino y colaboradores/as (Montecino, 2004, 2006, 2009a y 2009b; Montecino & Franch, 2005, entre otros). En esta línea de investigación se entiende la comida como un lenguaje, portador de símbolos sociales, culturales e históricos retomando los planteamientos ya mencionados de Levi-Strauss y Bourdieu.

Sonia Montecino (2009a) revela formas en que las diferencias de clase y etnicidad se manifiestan en el consumo de alimentos y que erigen una serie de distinciones que

evidencian las estructuras identitarias en el sur de Chile. Es de interés mencionar como la autora nos dice que la cocina se traspasa al lenguaje enriqueciéndolo de metáforas, analogías y otras formas lingüísticas relacionadas con los productos alimentarios. Desbroza expresiones, tales como: “de choro”, “roto”, “pebre”, “pechugas”, “estar frito”, “lo picante”, “tirarse al dulce”, que escenifican una gastropolítica, es decir, dimensiones del poder económico y social de la cocina, comunes al habla y que tienen un correlato en sus asociaciones de clase, género y etnicidad. Toma distintos elementos que configuran jerarquías de consumo bajo la forma de tríadas, por ejemplo: carnes, vísceras y sangre que desmenuza mostrándonos los sistemas de prestigio en las distintas formas de elaboración de la carne, retratando sus representaciones sociales: lomos y filetes para los ricos; plateada y otros cortes para los pobres. Describiendo así, preparaciones emblemáticas en que son claras las marcas mestizo chilenas, el mundo masculino, y otras influencias como alemana y árabe. Finalmente, sus descubrimientos ilustran como la riqueza y pobreza, abundancia y escasez se pueden leer a través de preparaciones y platos.

Carolina Franch (2008) por otra parte, procura también descifrar en las preparaciones culinarias las identidades en relación a la alimentación y el cuerpo de mujeres de clase alta. A partir de una indagación que recorre la construcción del cuerpo desde la subjetividad individual hacia lo colectivo, resalta los matices de clase y etnia, destacando las discontinuidades y rupturas del proceso material y simbólico de alimentarse en un grupo social específico, haciendo hincapié en lo complejo y paradójico que se registra en la relación mujer y comida, alimentación y femenino, materializándose en determinadas construcciones de cuerpo e identidad. En este sentido, la autora da cuenta cómo desde las prácticas alimentarias se expresan de manera elocuente los criterios de inclusión/exclusión tanto de clase como de género en el Chile actual. Sin embargo, su investigación se concentra en mujeres de un grupo social específico (clase alta). Su posterior investigación (2010) retoma un análisis de las prácticas de preparación y consumo alimentario, concentradas en una región del sur de nuestro territorio, Osorno, introduciendo una comprensión desde las variables de género, raza y territorio al tema de las identidades.

Por su parte, Catalina Ivanovic presenta dos estudios individuales sobre la alimentación. El primero de ellos (2004) indaga sobre la nueva cocina chilena, asumiendo que en la preparación y en el consumo serían las mujeres las transmisoras y reproductoras del lenguaje de los menús cotidianos, definiendo los estilos, el orden social y los códigos culturales regionales. El segundo (2008), estudia la cocina en Punta Arenas, haciendo énfasis en la dimensiones de género, clase y etnia de esa ciudad. Tales investigaciones interrogan sobre la nueva cocina o bien, sobre aspectos culturales específicos de la alimentación en una ciudad particular, por lo que no entregan mayores luces sobre la cultura alimentaria de personas de clases bajas de la Región Metropolitana.

Cecilia Navarro también indaga sobre alimentación y salud (2006 y 2008) al revisar las representaciones sociales sobre la obesidad y luego, específicamente, de madres de niños obesos de nivel socioeconómico bajo. Tales investigaciones contribuyen desde una mirada antropológica, pero que al centrarse en las mujeres, en tanto madres, persiste en responsabilizarlas como las únicas encargadas de la nutrición de sus hijos e hijas.

Isabel Aguilera (2008 y 2012) desarrolla una interesante línea de investigación en la que ilustra el dinamismo de los procesos sociales imbricados en las modificaciones de los patrones alimentarios asociados a la alimentación, en relación a la constitución identitaria nacional y étnica. Así, establece que existe en Chile una creciente valorización de “lo mapuche”, en cuanto a lo alimenticio, que lo que si bien no responde a una modificación de las peyorativas significaciones asociadas a dicho pueblo, denotan un proceso performativo en el que se entrecruzan otras variables como la etnicización y el blanqueamiento, constituyendo dos vertientes identitarias: una mapuche y otra correspondiente a una mayoría sociológica que se entiende a sí misma desmarcada étnica y racialmente. Esto quiere decir que el estado chileno recoge de manera selectiva “a lo mapuche” especialmente en el ámbito de la cocina, mostrándose como multicultural, para lo cual la investigadora propone una reflexión crítica sobre el lugar de las políticas públicas en relación al reconocimiento de la alteridad en la nación.

En el estudio de Franch et. al (2012), como se ha mencionado anteriormente, se aborda la dimensión de pobreza, salud y género, pero considerando solo a mujeres como informantes, por lo que este trabajo de tesis pretende recoger y aportar en la perspectiva de hombres acerca de la alimentación, colocando a un nuevo sujeto como parte prioritaria en materia de significación en estos temas y resaltando la necesidad de incluirlo en lo concerniente a la construcción de alteridad que se configura en las políticas públicas en torno a la alimentación.

Lo expuesto hace posible plantear que en nuestro país también es preciso abordar la alimentación en sectores populares, enfatizando y profundizando nuevas ópticas, donde las personas (hombres y mujeres) de clases populares o de escasos recursos dejen de ser objetos de intervención o de señalamiento respecto a los modos adecuados de alimentarse o nutrirse y pasen a ser sujetos con ideas, imágenes, representaciones y decisiones respecto de su propio consumo.

Considerando el planteamiento de Igor de Garine (1999) a propósito de la necesidad de emplear enfoques multidisciplinarios, este trabajo se propone, a través de una estrategia metodológica cualitativa, responder, desde una perspectiva de género a la pregunta ¿Cuáles son las significaciones acerca de la alimentación de hombres y mujeres en condición de pobreza de Santiago? Justamente con la intención de incorporar a un sujeto invisibilizado en estos temas, los hombres, pero además con el propósito de seguir en la búsqueda de comprender cuáles son los esquemas de significados referidos a alimentación y salud reflejados por sus discursos en su constitución identitaria, que otorguen claves de lecturas contemporáneas que contribuyan en los futuros desarrollos en este campo desde una perspectiva de género.

OBJETIVOS

Objetivo General

- Develar, desde una perspectiva de género, cómo se posicionan los significados acerca de la alimentación en personas en condición de pobreza entre 17 y 65 años, de la Región Metropolitana.

Objetivos Específicos

- Describir las prácticas culinarias, corrientes y festivas, a partir de los significados que elaboran acerca de la alimentación personas en condición de pobreza de la Región Metropolitana de Santiago.
- Dilucidar las diferencias asociadas al género en las representaciones sobre alimentación de personas en condición de pobreza de la Región Metropolitana de Santiago.
- Desentrañar los significados acerca de la alimentación y salud, con relación a sus identidades de género y clase.

MARCO TEÓRICO

La experiencia del gusto es individual en el goce, pero tiene su carácter social y, en tanto tal, puede pretender ser traspuesta en palabras. Preguntar a personas acerca de sus prácticas alimentarias es al mismo tiempo indagar en sus gustos individuales, sus experiencias sensoriales privadas, pero también por su condición de pertenencia a un grupo social y su distinción. Las palabras que eligen son signos que tienen más de una lectura posible y que cocinan, por tanto, diversos sentidos². Comer no es meramente satisfacer el hambre, comer para ellos y ellas responde a múltiples necesidades, más que lo meramente corporal, las que son definidas y atendidas en tanto hombre joven, hombre viejo, mujer joven, mujer vieja, trabajador o trabajadora, estudiante, dueña de casa, etc. Es por ello, que el marco teórico de este trabajo se compone de diversas dimensiones que permiten comprender mejor distintos matices implicados en la experiencia de comer.

Género: prisma analítico para entender la construcción de identidades y relaciones sociales entre hombres y mujeres.

El uso del concepto de género tiene diversos orígenes, una de las maneras de considerarlo ha sido como una categoría que permite complejizar el análisis de las relaciones humanas con sus implicancias sociales, económicas, políticas, históricas y normativas. Para esta tesis, es relevante su uso como Construcción Simbólica para denotar cómo el lenguaje estructura y condiciona las relaciones sociales, la manera de percibir la realidad, desde las significaciones otorgadas a las diferencias anatómicas y sus valores diferenciales en términos de estatus y prestigio (Ortner & Whitehead, 1981).

Joan Scott, pionera en presentar un artículo de historia centrado en la temática de género, señaló que éste es un elemento fundamental de las relaciones sociales, pues están basadas en las diferencias entre los sexos, como forma primaria de las relaciones

²Referencia al artículo de Barthes (1964). *La cocina del sentido*.

significantes de poder (1996). Mary Hawkesworth (1999), leyó en los planteamientos de Scott la idea que el género opera en diversos niveles, desde los símbolos culturalmente disponibles que evocan múltiples representaciones, pasando por los conceptos normativos que exponen interpretaciones de los significados de los símbolos, incluyendo desde las instituciones y organizaciones sociales hasta la identidad subjetiva.

Considerando la dimensión simbólica del género son significativas las relaciones teóricas que establece Françoise Héritier (2007) quien señala que la simbolización anclada en el lenguaje es fundadora del orden social y que se instala desde las distinciones entre lo idéntico y lo diferente como base objetiva e indiscutible de un sistema global de clasificación desde el punto de vista del sujeto hablante. Esta categorización de base dualista, según Héritier, resulta de la observación preliminar de la diferencia sexuada y que tiene como efecto que todas las sociedades funcionen con categorías dualistas, oposiciones binarias concretas o abstractas que se hallan connotadas por el signo de lo masculino y lo femenino. En otras palabras, *“la aprehensión intelectual de la diferencia sexuada sería así concomitante con la expresión misma de todo pensamiento”* (p.16).

De este modo, las características masculinas y femeninas en la cultura quedan connotadas en oposiciones, por ejemplo, calor/frío, seco/húmedo, activo/pasivo, rugoso/liso, duro/blando, sano/enfermo, rápido/lento, fuerte/débil, etc. Para Héritier (2007) en esas oposiciones se evidencia el reconocimiento de la alteridad, de la diferencia dual. No obstante, este reconocimiento implica el establecimiento de jerarquía y desigualdad, de modo que existe una “valencia diferencial de los sexos”, es decir, el poder de un sexo sobre el otro o la valorización de uno y la desvalorización del otro. Esta valencia diferencial hace que la relación masculino/femenino sea construida sobre el modelo padre/hijo, mayor/menor así como también, globalmente, se hace presente sobre el modelo anterior/posterior, en el que la anterioridad supone superioridad y autoridad. Según Héritier, la valencia surge con los fundamentos de lo social, esto es la prohibición del incesto, la exogamia, y el vínculo legal que unifica a los grupos (matrimonio) y la distribución sexual de las tareas, según lo plantea Levi Strauss.

Otra autora que pone su acento en el lenguaje para expresar su importancia en la constitución subjetiva de las identidades de género es Judith Butler (2001, 2002, 2009). Para Butler el lenguaje provee de un campo de significaciones que, por medio de la reiteración, se convierten en normas que crean y determinan a los sujetos. Esta performatividad del lenguaje, heteronormativa, ciertamente, responde a una legalidad que organiza y construye al mundo en polaridades dicotómicas al punto que aquello pensado para el sexo pasa a ser una construcción tal que pierde su condición de “natural” y por lo tanto, su diferenciación respecto de la noción de género.

Según esta autora, el género es performativo puesto que es el efecto de un régimen que regula las diferencias sexuales, en el cual los géneros se dividen y se jerarquizan de forma coercitiva. Las prescripciones sociales (mandatos, tabúes y amenazas punitivas) actúan a través de la repetición ritualizada de las normas, que constituye el escenario donde es posible tanto la construcción como la desestabilización del género. Dada su relación al lenguaje, no hay sujeto que preceda y realice esta repetición de las normas de manera voluntarista. Por lo tanto, estas normas constituyen al sujeto de manera retroactiva, mediante su repetición. El sujeto y en consecuencia, las identidades de género son justamente el efecto de esa repetición, que en tanto discursiva se relaciona con modalidades raciales, de clase, étnicas sexuales y regionales, por lo que no es posible aislar al género de tales entrecruzamientos en los que se produce y se mantiene.

Desde esta perspectiva, es posible comprender cómo a las mujeres se las ha situado tradicionalmente en un lugar asociado a los espacios privados y a la reproducción, mientras los hombres son los que han detentado el poder, el acceso a los espacios públicos, atribuyéndose el rol de la producción económica, cultural y científica.

Los marcos discursivos, normativos y valorativos diferenciales de lo femenino y masculino se aplican también a los alimentos y en particular, a la relación del consumo, la nutrición y salud en tanto objetos culturalmente construidos. Esto explica por qué algunos estudios se han centrado en el proceso de la alimentación (prácticas alimentarias, nutrición, alimentación saludable, etc.) exclusivamente en mujeres. Aun cuando no necesariamente se

ha pretendido abordar el tema desde una perspectiva de género, lo habitual ha sido colocar a las madres y por lo mismo estudiarlas, responsabilizando así a las mujeres de la calidad del alimento y estado nutricional que tienen sus hijos/as (Pérez Gil, Díez-Urdanivia & Vega, 2005), dejando de lado la necesidad de considerar en estas indagaciones a hombres y mujeres como parte de las relaciones de género y de la alimentación, complejizando una lectura de las relaciones que se producen y generan en el espacio doméstico.

Las investigaciones y desarrollos que hacen equivalente la alimentación con la salud y lo femenino realzan el modo en que, después de todo, el género imprime una lógica identitaria tanto para lo femenino como para lo masculino. Las mujeres quedan identificadas a lo materno (mujer=madre) y, por tanto, al cuidado de los otros particularmente a través de la comida. Son convertidas en las responsables del desarrollo y nutrición de otros cuerpos, incluso por sobre el cuerpo de ellas mismas, preservándose los mandatos de género y su rol en la re-producción.

De este modo, género toma un papel importante, como una dimensión que debe ser considerada, donde la alimentación y la relación con la comida se constituye en un ejemplo donde las diferencias entre hombres y mujeres, así como los temas de autoridad y poder se desarrollan y escenifican, siendo diversas las posibilidades de análisis en torno a ello.

Por otra parte, Dariela Sharim (2005) sostiene que la aproximación a la condición de género a través de su dimensión identitaria, se constituye en una pregunta que se formula en el contexto de un escenario social en el que ya no parecen predominar los viejos ordenamientos que equiparaban el sexo al género. Pero que tampoco ofrece un único ordenamiento alternativo, sino más bien una multiplicidad de referentes que coexisten y que no necesariamente son susceptibles de ser integrados. En este escenario, en tanto se ha fisurado las concepciones de lo considerado definitorio de hombres y de mujeres, se ha complejizado los roles para cada cual (Olavarría, 2001).

Considerando lo expuesto, se puede suponer que los cambios globales actuales han influido, de algún modo, en lo esperado para hombres y mujeres y, a la vez, han intervenido

en los ámbitos de la alimentación y la salud, antes asociados exclusivamente a lo femenino. Es por ello, que posiciona como urgente una reflexión en torno a cómo se vinculan las prácticas alimentarias y las identidades de género de manera performativa en personas de escasos recursos de la Región Metropolitana.

Otros ingredientes: alimentación y cultura

Igor de Garine (1999) sitúa la alimentación como un punto de convergencia entre lo psicológico, lo biológico y lo social, planteando además que la comida está en el ámbito de la cultura, entendiéndola como fuertemente encarnada a las diferentes aristas en las que es posible aprehender una sociedad. Es así, que para dicho autor la comida abarca aspectos tan diversos como técnicas de producción, distribución, consumo, transporte, así como las prohibiciones culinarias, el mundo supernatural, religioso y económico.

Entonces, el alimento condensa significados e ideas que trascienden sus funciones biológicas referidas a proveer de energía y nutrientes al cuerpo humano (Contreras, 1992; Delgado, 2001; Cattáneo, 2002). De hecho, en palabras de Fischler “*lo simbólico, lo onírico, los signos, los mitos, los fantasmas alimentan también y concurren a reglar nuestra alimentación*” (1979, citado en Álvarez, 2002, p. 11).

La antropología en una de sus vertientes aplicadas específicamente a este tema, se ocupa del simbolismo asignado al consumo de alimentos (Mauleón, 2004). En otras palabras, procura estudiar los modos en que diversos/as actores/as sociales inscriben en sus prácticas y representaciones los rituales de mesa, sus contenidos materiales y simbólicos, por medio de los cuales se establecen distinciones radicales que llevarán a inclusiones y exclusiones (Álvarez, 2002). Esto permite situar al acto de consumir alimentos como una categoría cultural, social e histórica (Cattáneo, 2002).

El desarrollo de la antropología de la alimentación se inicia con los planteamientos de Levi-Strauss, donde la comida y la cocina son vistas como parte de una estructura social,

que alimenta y da cuenta de los sistemas simbólicos de las distintas sociedades. Esto es, la enfoca como una forma de ordenar y enlazar la realidad social que se organiza en el sistema culinario a través de un conjunto de oposiciones entre naturaleza y cultura (Pedrosa, 2003).

Levi-Strauss aborda la alimentación desde el análisis lingüístico del mito; y, recibiendo la influencia de Jakobson y Saussure, establece unidades mínimas de análisis a las que denomina “gustemas” y “tecnemas” (unidades de gusto y unidades de transformación, respectivamente). En este contexto, los “gustemas” son entendidos como elementos constitutivos que se organizan en sistemas de oposición, esto es, en incompatibilidades que son conscientes en el grupo social y que poseen un valor normativo. Algunos ejemplos de ello son: bebida láctea/bebida alcohólica; fruta fresca/fruta fermentada (Levi-Strauss, 1968a).

En *Estructuralismo y dialéctica* (1968b), el mismo autor plantea que la cocina tanto como el lenguaje son formas universales de la actividad humana e hipotetiza que la actividad relacionada con la elaboración de los alimentos puede ser entendida a través de una lógica que se organiza en un campo semántico triangular, cuyos vértices estarán asociados a las categorías de *lo crudo*, *lo cocido* y *lo podrido*. Estableciendo que estas dos últimas categorías obedecen a una transformación cultural, en tanto, es lo crudo se vinculará con lo natural. De este modo, contrapone lo crudo y lo cocido-podrido, homologándolos a la oposición entre naturaleza y cultura. Este triángulo culinario delimita, para Levi-Strauss, un campo semántico con nociones vacías que adquieren significado en su contextualización en una sociedad o cultura específica.

Al relacionar lo anterior con dos modalidades de cocinar, como lo hervido y lo asado, que representan en numerosas culturas las formas básicas de preparación de los alimentos, sitúa lo asado en la conjunción entre lo crudo y lo quemado, pues señala que en lo asado no hay una mayor mediatización cultural, en tanto el alimento se expone directamente al fuego y por ello, tiene una mayor afinidad con lo natural. Por su parte, lo hervido supone una mayor afinidad a lo cultural, por cuanto evidencia una doble mediatización: al requerir de un recipiente necesitando de un objeto cultural y al estar

sumergido en agua, teniendo una mediación entre los procesos de cocción y el fuego, que no se da en el caso del asado.

La cocción de lo asado sería más natural por su relación directa al fuego, mientras que lo hervido está más asociado a lo podrido. Lo hervido, cocinado en un recipiente, según el autor, ofrece un modo de conservación de la carne y de sus jugos, connotando economía. Lo asado está asociado a destrucción y pérdida, pero también a la prodigalidad. Este conjunto de oposiciones, también tiene para Levi-Strauss (1968b) una conexión con las relaciones sociales, pues considera que *“la prescripción de lo hervido acompaña un estrechamiento de los vínculos familiares o sociales, y la de lo asado una distensión de esos vínculos”* (p. 44). Lo interesante de estas reflexiones es que este intelectual establece una relación empírica entre lo hervido con lo femenino y lo asado con lo masculino, por lo cual dentro de las formas de preparación se consolidarían ordenamientos de sexo/género.

Al triángulo culinario Levi-Strauss agrega otro, de recetas, en el que analiza las técnicas de elaboración de los alimentos, incluyendo nuevos elementos como lo ahumado y la relación de lo crudo, lo cocido y lo podrido al aire y agua. La incorporación de la categoría de lo frito complejiza la figura, en tanto añade el aceite como elemento que se inserta en los modos de elaboración del alimento, que en definitiva, son modos de elaboración de una cultura. En ese sentido, más allá de las representaciones en figuras geométricas, lo interesante para el análisis de los procesos alimentarios, es que se evidencia cómo aparecen conjuntos de oposiciones que tienen una raíz también en las distinciones masculinas y femeninas, que dan cuenta de operaciones culturales. Cada sociedad colocará en escena sus variables locales, propias de los contextos sociales, culturales y de clase, que es necesario identificar (Goody, 1995).

Otra de las consideraciones teóricas al respecto son aquellos conjuntos de oposiciones referida al alimento, las cuales se organizan en la díada “bueno/malo” para comer propuesta por Marvin Harris (1999). El escritor afirma que los alimentos además de poseer significados simbólicos, tienen la función de “nutrir” el estómago colectivo antes de alimentar a la mente colectiva. Vale decir, propone que un paso antes de la elaboración cultural acerca de qué es lo bueno para comer, pareciera haber una relación de costes y

beneficios prácticos favorables que determinan los alimentos que se evitan (malos para comer) y los que se prefieren (buenos para comer). Por ejemplo, observa que algunos alimentos apenas valen el esfuerzo que requiere producirlos y prepararlos; otros tienen sustitutos más baratos y nutritivos; otros solo se pueden consumir a costa de renunciar a productos más ventajosos, etc. Por ende, los costes y beneficios en materia de nutrición constituyen una parte fundamental de esta relación: los alimentos preferidos reúnen, en general, más energía, proteínas, vitaminas o minerales por unidad que los evitados. Pero hay siempre nuevos costes y beneficios que pueden cobrar más importancia que el valor nutritivo de los alimentos, haciéndolos buenos o malos para comer.

Clase social: preferencias y gustos

Un aporte conceptual significativo en este contexto lo proporciona Pierre Bourdieu (1991), con la noción de *habitus*, que entiende como “*un principio ordenador de prácticas enclasables y el sistema de enclasmiento (principium divisonis) de esas prácticas*” (p.169). El *habitus* se define en relación a dos capacidades, por una parte la cabida de producir prácticas sociales; y por otra, la de apreciar tales usos y sus productos en términos de gusto, lo cual constituye un mundo social representado que evidencia los espacios de los estilos de vida.

En este sentido, el *habitus* es un sistema de categorización de las prácticas sociales, que se produce por sistemas de existencia, y que permite determinar signos distintivos (Bourdieu, 1991). Genera continuamente metáforas prácticas que expresan sistemas de signos con una connotación o valoración social permitiendo establecer diferencias que se organizan según las coordenadas que proporciona la pertenencia social en que se producen. Así, estas metáforas posibilitan clasificar los productos sociales, por ejemplo, como “distinguidos” o “vulgares”.

En ese contexto, el *gusto* es la transformación práctica de las cosas (objetos y prácticas sociales) en signos distintos y distintivos, que inscriben a los cuerpos en un orden

simbólico de distinciones significantes que opera en sistemas de oposiciones. El gusto en definitiva es la propensión y la aptitud mediante la cual una clase determinada se apropia de objetos y prácticas enclasadadas y enclasantes que se definen y, al mismo tiempo, son definitorias del estilo de vida y las preferencias, por ejemplo, de mobiliarios, vestidos, lenguaje, entre otros. Dicho autor distingue entre gustos de lujo y gustos por necesidad. Los primeros serán propios de individuos en condiciones materiales definidas por la libertad de elegir, propiciadas por las facilidades que asegura la posesión de un capital mientras que los segundos, los gustos por necesidad, expresan las necesidades de las cuales devienen.

Las oposiciones que se expresan en los gustos de lujo y los gustos por necesidad delimitan las diferencias entre las clases obreras, respecto de clases más acomodadas. En ese marco, la alimentación como parte de los estilos de vida, traslucirá los gustos, representaciones de género y clase, pudiendo observar asociaciones actuales en términos de gusto. En lo popular predominan preferencias por lo pesado y lo graso; mientras que en clases altas, lo fino y lo refinado, se inclina por las elecciones que denotan productos selectos, de mayor costo y asociados a mandatos corporales que ensalzan la esbeltez como distinción en contrapunto a la gordura (Bourdieu, 1991).

La preferencia por ciertos alimentos, según Bourdieu (1991), no sólo expresa condicionamientos de clase, sino también de género, pues evidencia a través de los sistemas de elaboración aspectos que refieren a la economía doméstica y a la distribución de trabajo de acuerdo al sexo y, por tanto, al cuerpo. De este modo, por ejemplo, la virilidad en las clases populares tiene expresión también en las modalidades del comer, estando asociada a la abundancia, mientras que en el caso de las mujeres se vincula principalmente a la restricción (comer menos y en pequeños trozos). Así también el gusto sobre la alimentación está fuertemente ligado a la idea que cada clase hace del cuerpo y de los efectos que tiene el comer sobre el mismo, por eso a través de la alimentación se hace “cuerpo la clase” y el género (Sánchez, 2008).

La dimensión simbólica y social de la comida aparece en tanto punto de encuentro e intercambio entre las personas, participando en la transmisión de saberes y en la

construcción de identidades sociales. Como todo consumo, comporta signos de status y se constituye en lugar de diferenciación entre clases y grupos sociales (Cattáneo, 2002).

De este modo, la relación con los alimentos expresan identidades y pertenencias sociales. En palabras de Ramiro Delgado *“Los universos de la comida construidos por cada grupo humano permiten pensar la identidad amarrada directamente a los sabores, colores, olores, texturas, sonidos y pensamientos en los cuales hombres y mujeres recrean cotidiana y extraordinariamente su sentido de pertenencia a unos referentes propios llenos de significado”* (2001, p. 92).

Casa y cocina: espacios identitarios en tensión y transformación.

Es posible suponer que el compartir en torno a la mesa conlleva para cualquier grupo social pautas de comportamiento, significados e ideas que tienen acepciones diversas en relación a lo femenino y lo masculino. En otras palabras, en la vida privada, en la intimidad del hogar lo pensado para hombres y para mujeres, ya sea en posiciones de hegemonía o de subordinación, se localiza y se representa también en torno a la comida.

El estudio de los espacios domésticos, tradicionalmente asignados a las mujeres, permite indagar en cómo se distribuyen las tareas y desarrollan los roles de masculino y femenino al interior del hogar. En Chile, este tema no es reciente. Ximena Valdés ha sido una investigadora que ha centrado su atención en lo que ocurre en la privacidad del hogar de hombres y mujeres de estratos socioeconómicos bajos asociados a labores agrícolas, así como también en sectores urbanos. Desde allí refiere el impacto de la modernidad en la complejización de las prácticas sociales, su reestructuración dada especialmente por el ingreso de las mujeres al mundo laboral, produciendo nuevas representaciones respecto de las aspiraciones (mayor interés en el tiempo de instrucción escolar de los hijos/as, por ejemplo, además de pretensiones económicas “tener otro ingreso”), pero esto no necesariamente tiene una repercusión en lo que concierne a la distribución de roles en las tareas domésticas (Valdés, 1997).

Por otra parte, sobre las representaciones acerca de las familias Ximena Valdés et al. (2006) observan que en los hogares de sectores populares se otorga especial importancia a los hijos como eje central de la familia y la pareja. Igualmente, perciben cambios en relación a las concepciones de familia tradicional en la medida que se considera que en comparación a otros tiempos, es menor el machismo y el autoritarismo por parte de los hombres. Aparece en forma llamativa una transformación y diversidad en los estilos de parentalidad por parte de los varones, pues coexiste un tipo “tradicional machista” que solo se dedica a proveer económicamente, pero no al cuidado y atención de los hijos/as. Un segundo tipo es el “genitor” que tiene hijos, en tanto éstos reafirman su masculinidad, pero no se hace cargo de ellos ni afectiva ni económicamente. Por último, existe un tipo de paternidad más emergente que progresivamente se hace cargo de los hijos/as, les ayuda en las tareas y adquiere funciones en el espacio doméstico. Esto, especialmente, por cuanto las condiciones laborales (no del todo estables) y, específicamente, en cuanto a sus horarios les permiten pasar mayor tiempo con sus vástagos.

En nuestro país, otro investigador que ha abordado la dimensión del género en sectores populares es José Olavarría, indagando en la vertiente de las masculinidades. Para ello utiliza el concepto de masculinidad hegemónica como aquella que se erige en forma de norma y se incorpora en la subjetividad tanto de hombres como de mujeres. En tanto norma, establece lo prohibido y lo permitido, al tiempo que impone lo que se espera de los varones y de sus identidades en cuanto tales. Olavarría distingue tres mandatos que operan en estos sujetos de sectores populares, estos son: ser heterosexualmente activos, trabajar remuneradamente, ser padres y jefes de hogar. En la medida en que los hombres incorporan los atributos y mandatos a su propia identidad y los observan en sus comportamientos, se sienten dignos ante sí mismos y el resto.

No obstante las diversas permutaciones que se han producido a propósito del ingreso de las mujeres al mundo laboral y las modificaciones en los tipos de familia, y sus consecuentes efectos en las imágenes, aspiraciones y en la creciente participación de los hombres en el cuidado de los hijos/as y en las relaciones afectivas con ellos, esto no necesariamente da cuenta de un proceso de democratización de la vida privada, en la

medida que las mujeres continúan sobrerresponsabilizadas de la esfera doméstica, en particular de la alimentación (Olavarría, 2004 citado en Valdés & Godoy, 2008).

En una investigación realizada el año 2010, por el PNUD en Chile, titulada *Género y los desafíos de la igualdad*, se obtiene que a pesar de las transformaciones políticas e institucionales logradas en el ámbito público, éstas no tienen un correlato equivalente en el espacio de las prácticas privadas lo que hace necesario profundizar en la comprensión de sus dinámicas. En general, los varones continúan en la realización de pocas tareas domésticas: hacer arreglos en el hogar y pagar las cuentas. Hay ciertas actividades en las que han aumentado su presencia en comparación con lo que hacían sus padres –por ejemplo, jugar, hacer deportes o tareas con los/las niños/as–, lo cual está estrechamente relacionado con la mayor importancia actual sobre el cuidado infantil y con la valoración de las relaciones más cercanas y afectivas con los/as hijos/as. Aún así, siguen siendo las madres quienes tienen el rol protagónico en el espacio privado, y por lo tanto deberán cumplir tareas y roles específicos asociados a la alimentación. Las mujeres, la casa y la cocina estructuran un aparataje cultural que refuerza la identidad y que se escenifica en las prácticas alimenticias en los espacios y en los tiempos. Pues donde los hombres “colaboran” o “ayudan” las mujeres se vuelven responsables incluso al punto de no poder optar a espacios de distracción y recreación que no se refieran a las “tareas propias del sexo”.

Dado lo expuesto, se hace necesario interrogar si existen intersticios que permitan modificar la distribución del trabajo al interior del hogar, si las prácticas privadas pueden ser resignificadas, en función de matices y nuevos ingredientes en relación a la alimentación. Pero por sobre todo, cómo aquello es vivenciado y significado actualmente por los hombres y las mujeres de los estratos de menores ingresos en nuestro país.

Estudios acerca de la cocina: “¿Qué comen los pobres?”

En Chile, Luz Cereceda y Max Cifuentes publican en 1987 el reporte de un estudio que indaga los hábitos alimentarios, las estrategias de compra y los mecanismos de

sobrevivencia, bajo el título: ¿Qué comen los pobres? La investigación se sostiene en la premisa que el consumo alimentario no puede ser suficientemente aprehendido desde evaluaciones nutricionales basadas en información antropométrica y, además, no aportan suficiente en la caracterización socioeconómica. Por otra parte, las encuestas sobre el presupuesto, sólo proporcionarían datos del consumo aparente de un grupo familiar.

Tales investigadores obtienen sus resultados de una muestra de 353 grupos familiares, de estrato socioeconómico bajo pertenecientes a la comuna de La Florida, realizando entrevistas a las dueñas de casa, partiendo del supuesto que son ellas las más idóneas para aportar datos sobre el consumo familiar. Les solicitaron información detallada respecto de las cantidades específicas, los productos utilizados en la preparación de cada plato o postre. Entre sus hallazgos, destacan que en la estructura del gasto alimentario existe una fuerte presencia del pan, pues para un tercio de la muestra correspondía entre el 30% y el 50% de su presupuesto alimentario, en tanto que para el 14% de las familias, superaba el 50% del gasto total. Otro hecho que resaltan es que el 75% de las mujeres señaló haber cocinado con carne y al profundizar en ello, la carne se desplazaba en productos como huesos, patas de pollo y, en algunos casos, en carne molida adicionada a sopas en pequeñas cantidades.

La equivalencia que establece Cereceda y Cifuentes, sobre mujeres y familia se constata al indicar que *“las familias tenían alto grado de conciencia de su situación alimenticia deficitaria”* (1987, p.68), por cuanto al consultar a las dueñas de casa acerca de cómo consideraban ellas que estaba alimentada su familia, el 51% dijo regular, el 32% indicó mal y sólo el 17% valoró positivamente su alimentación.

Otra de las aristas observadas por dicha investigación es la inversión familiar en la alimentación, descubriendo que aquellos que tenían mayores gastos per cápita, destinaban un mayor porcentaje del presupuesto en frutas, verduras, carne y alimentos prescindibles, mientras que aquellos que invirtieron menos, ocuparon un alto porcentaje del presupuesto en pan. Así, los resultados del estudio iluminan respecto de los hábitos y prácticas alimentarias, pero no considera la importancia de la dimensión del género, presente en todo

momento cuando entrevistan principalmente a mujeres-dueñas de casa, que son para ellos también las encargadas y responsables de la alimentación y de los patrones de consumo.

Aplicando a Chile los planteamientos de Alicia Cattáneo (2002) quien realizó estudios en grupos de escasos recursos, es claro que cuando se vincula alimentación y pobreza, se privilegian aspectos como nutrición, calidad de la alimentación, entre otros que atañen a un orden biomédico que retrotraen la comprensión de ciertas dimensiones que dicen relación con los gustos y sus significados y que son las dimensiones que esta investigación pretende relevar.

En función de lo hasta aquí expuesto, la presente tesis está construida sobre las siguientes conjeturas.

Supuestos

Esta investigación parte de las premisas que es posible evidenciar que existe una relación performativa entre las identidades de género de personas en condición de pobreza y sus prácticas alimentarias. En este sentido, los posicionamientos que se configuran en el cruce de las dimensiones de género y clase, se producen, plasman y actúan en la alimentación y, por lo tanto, en la cultura.

El estudio de tales posicionamientos identitarios permitirá conocer los propios discursos y representaciones en torno al comer y la salud de las personas estudiadas.

MARCO METODOLÓGICO

Frente a los cambios que han acaecido en la alimentación y los distintos discursos que la abordan, es fundamental una aproximación cualitativa que entregue información sobre los significados, conocimientos, percepciones y creencias que inciden en la construcción social que hacen las personas respecto de sus prácticas alimentarias (Romo & Castillo, 2002). Esta aproximación se complejiza al situarse desde una perspectiva feminista, cuya mirada pretende visibilizar a las personas que están en un lugar de subordinación respecto de los discursos predominantes.

Desde un enfoque cualitativo, la exploración que intentó llevarse a cabo en este estudio atiende a la posibilidad de visibilizar las discusiones sobre la distribución del poder en la experiencia subjetiva (Banister, Burman, Parker, Taylor & Tindall, 2004; Errázuriz, 2006). Asimismo, lo cualitativo se consolida con la aplicación de un enfoque de género, al rescatar en el análisis aquello que aparece descrito como propio de las mujeres y de los hombres, vale decir, de los sujetos estudiados en su experiencia genérica que se entenderá cruzada por las categorías de clase y cultura (Harding, 1987) explicitadas en el marco teórico.

Es por lo anterior, que la presente investigación optó por una metodología de carácter descriptivo, por cuanto enfatiza el estudio de procesos sociales, privilegiando una perspectiva interpretativa de la subjetividad de los individuos comprometida en sus procesos de interacción. En este caso particular, el estudio realizado se pensó como un proceso de construcción de conocimiento asociado a los significados que los sujetos otorgan a la realidad y práctica alimenticia, concentrándose en la relación de tales significados con sus conductas y sus perspectivas acerca de sus experiencias y prácticas cotidianas (Krause, 1995; Castro, 2000; González-Ávila, 2002; Flick, 2004).

Es importante mencionar que para la metodología cualitativa es fundamental reconocer el carácter inductivo de ésta, debido a que a partir de la información obtenida se extraen conceptos y desarrollan comprensiones (Taylor & Bogdan, 1994). Este tipo de

propuesta metodológica presenta desafíos, por ejemplo, es primordial entender los efectos recíprocos resultantes de la interacción entre los/as sujetos investigados/as e investigadores/as, teniendo en cuenta que tales efectos no pueden ser eliminados, no obstante, existe un interés por controlarlos o reducirlos a un mínimo e, inclusive, incorporarlos al interpretar los datos (Taylor & Bogdan, 1994). Por ende, en todo proceso investigativo deben considerarse la existencia de múltiples realidades y de diversas formas de comprender un complejo mundo social (Banister, et al., 2004).

Bajo este marco metodológico se posiciona esta tesis de magíster, teniendo como búsqueda leer la complejidad que puede entamar este sistema alimentario específico.

Técnica de recolección de datos

Lo cualitativo remite, necesariamente a la descripción de las características o cualidades de un fenómeno, considerando la naturaleza profunda y compleja de las realidades sociales (Martínez, 2006). En este sentido, el discurso se constituye en fenómeno práctico, social y cultural. En la medida que el lenguaje da cuenta de la pertenencia de los sujetos a grupos, categorías sociales, comunidades y culturas. A través de la interacción social la producción de discursos muestra como los usuarios/as del lenguaje simultáneamente construyen y exhiben activamente sus roles e identidades sociales, transformando el habla en una práctica social que da cuenta de múltiples niveles de significación que se juegan en distintos niveles de sentido (locales, globales, políticos, culturales, por mencionar algunos), (Van Dijk, 2005).

El lugar central que ocupa el lenguaje en la acción social permite observar que es un ámbito fundamental en el que se construye el género. Diremos, así, que “*el género se realiza en el discurso*” (West, Lazar & Kramarae, 2005, p. 180). Esta premisa fundamenta la elección de la técnica de acopio de información para este trabajo.

Así, la técnica empleada en este estudio remite a la utilización del lenguaje y se materializa en la *Entrevista Semiestructurada*, entendida como una conversación cara a

cara, que adopta la forma de un diálogo coloquial en el cual se sigue una pauta de preguntas flexibles, que permite la posibilidad de abordar temas emergentes durante la interacción entrevistado/a – investigador/a (Martínez, 2006; Gaínza, 2006).

El guión de las entrevistas consistió en un esquema temático en el que fue relevante preguntar algunos datos de la familia y de los sujetos con quienes vivían los participantes a fin de contextualizar sus posicionamientos en torno a la comida. Luego, se continuó con el abordaje de aspectos referidos a la alimentación en el consumo cotidiano y finalmente se realizaron preguntas acerca de lo que consideraban una buena alimentación o comida.

El interés de emplear esta técnica era obtener descripciones del mundo vivido por las personas entrevistadas, de su cotidianeidad y en particular desde su espacio doméstico, a fin de lograr interpretaciones fidedignas del significado que tienen los fenómenos descritos (Kvale, 1996 en Martínez, 2006).

Este proceso de entrevista fue un mecanismo para hacer dialogar las creencias y propios significados acerca de la comida de los/as entrevistados/as y la investigadora, en contrapunto a los discursos aprendidos y entendidos como deseables. La reflexión sobre las dinámicas emergentes, las propias reacciones ante el discurso de los/as participantes influyeron en el desarrollo de las preguntas y de la misma interacción tal como lo anticipa Pilar Errázuriz (2006). En este intercambio aparecen: la necesidad, ideas sobre la abundancia y la felicidad en el compartir con otros que tienen como escenario la cocina, mostrándonos cómo se posicionan los/as sujetos respecto de dichas temáticas

Para efectos del análisis de la información, las entrevistas fueron grabadas en formato de mp3 y fueron transcritas textualmente³.

³ Esto con excepción de una de las entrevistas realizada en un lugar de alta concentración de ruido lo que hizo imposible la intelección a cabalidad de lo referido por la entrevistada. Sus aportes fueron considerados como notas de campo para ser sumados al análisis del resto de las entrevistas.

Universo

Corresponde a todo el grupo de personas que reúnen las características consideradas relevantes para esta investigación, es decir hombres y mujeres entre 17 y 65 años, pertenecientes a comunas de bajos ingresos de la Región Metropolitana.

Muestra de Estudio

La *selección de los participantes* se efectuó mediante un *muestreo estructural*, es decir, basado en el principio de representación socioestructural donde cada miembro seleccionado representa un nivel diferenciado en la estructura social del objeto de investigación (Mejía, 2000). En este tipo de muestreo se asume que cada participante es distinto a los otros, poseedor de una perspectiva singular, componente de la representación común que el grupo reúne (Canales, 2006).

Los criterios específicos de inclusión de los/las participantes para efectos de este trabajo específico fueron: acceder voluntariamente a ser entrevistado/a, ser residente de la Región Metropolitana de Santiago⁴ y provenir de comunas de escasos recursos.

Para establecer la condición de pobreza de las personas a seleccionar, se optó por emplear parámetros definidos por la Asociación de Investigadores de Mercado (2008), quienes para caracterizar la segmentación poblacional consideran el nivel educacional, la actividad laboral, la posesión de bienes y la calidad de la vivienda, entre otros, organizados en indicadores económicos y en indicadores sociales. Los primeros, entendidos como aquellos bienes o atributos cuyo valor se expresa directamente en términos monetarios, tales como ingresos, bienes de uso doméstico, acciones y otras propiedades; los segundos, son aquellos bienes o atributos cuyo valor se expresa principalmente en su función como símbolos de status, tales como la ocupación, la educación y aquellos bienes dotados de visibilidad social.

⁴ El Gran Santiago concentra al 36% de la población nacional y está formado por 34 comunas, las cuales presentan una clara segregación socioeconómica territorial (Rodríguez, 2001 y Tironi, 2003 citados en Sánchez & Abala, 2004).

Así, se seleccionaron personas provenientes de los grupos socioeconómicos D y E según los criterios de la Asociación de Investigadores de Mercado (2012), pertenecientes a las comunas La Granja, Lo Espejo, Puente Alto, San Ramón y La Pintana. Según los parámetros mencionados, las personas del grupo E pertenecen al nivel de pobreza, que representan el 37% de la población chilena (1.5 millones de familias), 35% en Santiago (520 mil familias). Con ingreso familiar mensual promedio de 300 mil pesos (US\$ 750). Hogares que dependen del aporte de sólo un miembro de la familia y recurren a todos los apoyos estatales en vivienda, salud y educación. Si bien de ingresos bajos, su gran número los pone en el foco como consumidores. Por su parte, el nivel E es considerado de extrema pobreza, equivale al 20% de la población chilena (850 mil familias), 10% en Santiago (150 mil familias), con ingreso familiar mensual promedio de 90 mil pesos (US\$ 200). Generalmente son ingresos ocasionales, no alcanzan a cubrir necesidades básicas y dependen de la ayuda de terceros o del Estado.

Las comunas de referencia se caracterizan, además de presentar bajos ingresos, por poseer una alta tasa de mortalidad asociada a un desigual acceso a servicios de salud (Sánchez & Abala, 2004). En el caso de La Pintana y La Granja, califican en un nivel medio o alto en el Índice de Pobreza y presentan la particularidad de poseer bajos niveles de jefatura de hogar femenina (IGEUC, s/f).

Debido a que durante la investigación los hombres entrevistados cuyas edades fluctúan entre los 17 y 29 años tendían a ser más escuetos en sus respuestas y considerando el interés en acceder a las representaciones acerca de la alimentación desde su propio marco de referencia se decidió incluir a otros hombres para ver si era posible lograr mayor información. De este modo, se realizaron 19 entrevistas, una de ellas a 2 personas simultáneamente quedando el desglose total de los/as informantes de la siguiente manera:

Tabla N° 1. Entrevistados/as según edad y sexo

	Mujeres	Hombres	Total
--	---------	---------	-------

17 a 25 años	1	2	3
26 a 44 años	4	5	7
45 a 64 años	4	4	6
Total	9	11	20

Se trata de 20 personas en total, 9 mujeres y 11 hombres. De las mujeres 3 eran dueñas de casa, 2 trabajaban en el ámbito de la alimentación, 2 laboraban en aseo, 1 era comerciante y otra era asistente de kinesiología (desempeñándose en el rubro de estética, específicamente haciendo masajes reductivos). En el caso de los hombres, éstos desarrollaban una actividad laboral en distintos rubros, exceptuando uno que era estudiante.

En cuanto a las comunas de procedencia de los/as entrevistados/as, estos se desagregan de la siguiente forma:

Tabla N° 2. Entrevistados/as según comunas de procedencia

	Mujeres	Hombres	Total
Lo Espejo	1	5	6
Puente Alto	3	3	6
San Ramón	1	2	3
La Granja	2	0	2
La Pintana	2	1	3
Total	9	11	20

Características de los/as entrevistados/as se detallan en el siguiente recuadro:

Tabla N° 3. Cuadro resumen de la muestra

	Pseudónimo	Edad	Escolaridad	Comuna	Ocupación	Hijos	Enfermedad Crónica no transmisible	Observaciones
1	Alicia	41 años	4° medio	La Granja	Dueña de casa	1	Obesidad Mórbida	Vive de allegada junto a su marido, hijo y hermano en casa de sus padres.
2	María	38 años	3° medio	Pte. Alto	Asesora del Hogar. Cocina para eventos.	4	Obesidad, Diabetes	Jefa de hogar. Vive con sus hijos.
3	Patricia	45 años	4° medio	Pte. Alto	Asistente kinesiología	2	Problemas cardiacos.	Vive con su esposo e hijos.
4	Pedro	18 años	4° medio Téc. Profesional.	Pte. Alto	Cargador. Trabajos esporádicos.	0	No presenta	Vive con su familia de origen: padres y hermanos.
5	Andrea	19 años	2° medio	Pte. Alto	Dueña de casa	1	Hipertensión	Vive junto a su pareja e hijo en casa de sus suegros.
6	Luis	58 años	8° básico	Lo Espejo	Chofer y auxiliar de aseo	1	Diabetes	Vive junto a su esposa e hijo adoptivo. El niño es hijo de una cuñada.
7	Claudio	33 años	4° medio Téc. Profesional.	Lo Espejo	Encargado de bodega	0	No presenta	Vive junto a su madre y la familia de su hermana (esposo e hijo). En su casa, vive de forma independiente un tío y su señora.
8	Héctor	55 años	3° medio	San Ramón	Comerciante	0	No presenta	Son un matrimonio. Actualmente viven en lugares distintos debido a la situación de salud de un familiar.
9	Matilde	54 años	4° medio	San Ramón	Comerciante	0	No presenta	
10	Margarita	54 años	Sin escolaridad	Lo Espejo	Dueña de casa	3	Hipertensión	Vive con su esposo e hijo menor. Su marido presenta diabetes.
11	Miguel	19 años	2° medio	San Ramón	Estudiante	0	No presenta	Vive con sus padres y hermanos.
12	Juan	29 años	4° medio, Téc. Profesional.	Lo Espejo	Ayudante yesero (construcción)	1	No presenta	Vive en la misma casa de su madre que es la jefa de hogar, con su hijo, hermana y otros familiares.
13	David	28 años	4° medio	Lo Espejo	Panadero	2	No presenta	Vive junto a su esposa e hijos con suegros y cuñada.
14	Marcelo	28 años	4° medio	Pte. Alto	Hojalatería	1 adoptivo	No presenta	Vive con su madre y hermanos. Su pareja tiene un hijo de una relación anterior, al que considera propio.
15	Nibaldo	50 años	2° medio	Lo Espejo	Comerciante	3	Sobrepeso	Vive con esposa, hijos y trabaja con cuñada.
16	Elisa	28 años	4° medio Téc. Profesional.	La Pintana	Vendedora en almacén.	1	Diabetes	Vive con sus padres e hijo.
17	Gerardo	28 años	4° medio	Pte. Alto	Estafeta	0	No presenta	Vive en la misma casa de su madre.
18	Marina	35 años	8° básico	La Granja	Asesora del hogar	3	Resistencia a la insulina	Vive con su marido y 3 hijos.
19	Ana	51 años	8° básico	La Pintana	Auxiliar de aseo en Edificio	2	No presenta	Vive con su hijo de 21 y su hija de 24 años, más su nieta de 8 años.
20	Guillermo	48 años	8° Básico	La Pintana	Conserje	2	Obesidad	Vive con su esposa e hijos.

Consideraciones éticas

Este apartado expresa la existencia de una preocupación especial en el desarrollo de este trabajo de tesis. Fue de importancia revisar la formulación de las preguntas para invitar a compartir significados de los/las entrevistados/as de su vida diaria y acceder respetuosamente a sus marcos de referencia, sin imponer los propios o sin negar la presencia de ideas y acepciones comunes. Era necesario dar espacio al despliegue de sus palabras, sin tomarlos como meros proveedores de información. En todo momento se reconoció la asimetría entre sujeto e investigadora y aún cuando no fue posible subsanarla del todo, atender a tal asimetría facilitó el resguardo de la condición de vulnerabilidad en que se sitúan los y las sujetos participantes al exponer sus representaciones de mundo (Errázuriz, 2006).

En este sentido, un pequeño paso para el cuidado de las personas consultadas, consistió en la entrega de un consentimiento informado (Ver Anexo n°1) para asegurar que ellos y ellas pudieran evaluar si este estudio era compatible con sus valores, intereses o preferencias; y accedieran a participar voluntariamente con el conocimiento necesario para tomar su decisión (González-Ávila, 2002) a lo que debe sumarse la posibilidad otorgada de contactar a la investigadora en caso de preguntas, dudas o deseos de retirar su participación. Por último, para resguardar la confidencialidad de la información obtenida, se emplearon seudónimos en el registro escrito de entrevistas y análisis de los datos.

Como cierre del proceso se les entregará a los participantes copia de este trabajo, para retribuir, en parte, su generosa colaboración.

Acceso

Se contactó a los/as posibles entrevistados/as a través de un portero/a, es decir aquellos/as que, por diversas razones, están en condiciones de facilitar acceso al lugar o personas de estudio (Taylor & Bogdan, 1994). Así, Barbara Olivares quien es profesional

colaboradora de una ONG facilitó la llegada a algunos de los/as entrevistados/as. Del mismo modo, una de las participantes procedente de la comuna de Puente Alto aportó con nuevos datos de hombres y mujeres que pudieran conformar la muestra. Este proceso en las ciencias sociales se conoce como bola de nieve (Taylor & Bogdan, 1994), donde los mismos informantes van proporcionando otros contactos.

La recolección y el análisis de la información se efectuaron en un trayecto de 2 años.

Análisis de los datos

Para organizar la información proveniente de las entrevistas se utilizó la *Grounded Theory* o Teoría Fundada empíricamente. Este método consiste en una serie de guías de inducción sistemática para recoger y analizar datos y elaborar constructos teóricos que explique el material recogido (Charmaz, 2000). La teoría fundada es pertinente en este trabajo por cuanto ofrece una continuidad entre el conocimiento científico y la realidad cotidiana y, de hecho, considera que ésta puede ser una fuente de investigación. La aplicación de esta teoría no requiere de métodos específicos de recolección, pues usualmente se utilizan entrevistas y observaciones, así como también documentos (Titscher, Meyer, Wodak & Vetter, 2000), siendo definida como un método de análisis de constante comparación, en tanto su desarrollo se caracteriza por la búsqueda constante de semejanzas y diferencias entre los datos con el propósito de lograr la elaboración de conceptos. Este procedimiento comprende tres fases:

a) La codificación abierta: cuyo primer paso consistió en etiquetar los fenómenos, es decir, a partir de las preguntas ¿qué es esto?, ¿qué representa? se asignó un concepto a cada fragmento de observación o cada oración o frase de las entrevistas, asignando el mismo nombre o etiqueta a aquellos fenómenos similares. Luego, se procedió a hacer una

categorización que refiere a la clasificación y agrupación de los conceptos en otro/s más abstracto/s, definiendo sus propiedades o atributos⁵.

b) La codificación axial: según la que se establecieron relaciones entre las categorías obtenidas en la fase anterior, incorporando el contexto y las condiciones intervinientes.

c) La codificación selectiva: en la que se definió el fenómeno central alrededor del cual se integraron los resultados obtenidos de las categorías. A pesar de ser similar, presenta un nivel de abstracción mayor respecto a la codificación axial (Strauss & Corbin, 2002).

Los resultados obtenidos de este proceso se presentan en los siguientes tres capítulos que componen el análisis: El primero titulado *Qué se come cuando se come: Discursos y Prácticas Alimentarias*; el segundo denominado *Espacio doméstico y alimentación: la cotidianeidad para los ordenamientos de género*, para finalizar con *Significados acerca de la comida, cuerpo y salud*, los que pretenden esbozar un retrato del modo en que el lenguaje y los significados de los y las entrevistadas dan cuenta de su propia identidad en la construcción de un sistema alimentario específico.

Para tal efecto, se incorporan extractos de las verbalizaciones de los y las participantes, los cuales fueron editados mínimamente, para evitar alterar el sentido del texto pero con el fin de facilitar su lectura, considerando que el discurso en el contexto de una conversación presenta repeticiones, silencios y otros fenómenos del lenguaje, distintos a la expresión escrita.

⁵ Para el análisis de los datos, luego de transcritas las entrevistas la etiquetación del discurso de los/las entrevistados/as se realizó con ayuda del programa o software de análisis de datos cualitativo NVivo 7.0. A partir de allí, fue posible reorganizar la información en las categorías emergentes de la codificación abierta que se presentan en los resultados.

ANÁLISIS

Manzana llena, pera y plátano,
grosella... Todo esto habla en la boca
de la vida y de la muerte... Yo presiento...
Leédlo en el rostro de un niño

al saborearlas. Esto viene de lejos
¿No se torna lentamente inefable en vuestra boca?
Donde había antes palabras, fluyen ahora hallazgos
Liberados de la pulpa con sorpresa.

Extracto Soneto XIII
(Rilke, 1922)

CAPÍTULO I

Qué se come cuando se come: Discursos y Prácticas Alimentarias

Este apartado contiene los aspectos centrales emanados de las entrevistas que informan acerca de los significados y valoraciones que se atribuye a los alimentos, así como las prácticas referidas a su elaboración y consumo. En términos amplios, da cuenta de cómo se relacionan los sujetos a su alimentación.

De esta forma, la pesquisa se organiza en tres grandes apartados, que se han configurado de acuerdo a la preponderancia extraída de los mismos relatos, siguiendo un trayecto que se inicia con la abundancia y lo festivo, para dar lugar a elementos propios de un consumo del día a día o cotidiano. Así, el primero de estos acápite refiere a *las comidas referenciales y de celebración: abundancia, prestigio y placer; de los fines de semana al consumo cotidiano; y del lenguaje y su articulación en los criterios para pensar la comida.*

Comidas referenciales y de celebración: abundancia, prestigio y placer

En el momento de las entrevistas, los y las participantes a través de sus palabras empiezan a construir imágenes y representaciones que muestran cómo se constituye su sistema culinario (Fischler, 1995 en Contreras & Gracia, 2005), pues no sólo nos hablan acerca de qué o cuáles son los alimentos e ingredientes que prefieren, sino también de ciertas normas que regulan qué eligen, cómo preparan y las ocasiones de consumo de sus comidas.

Es así que los hombres y mujeres que colaboraron en esta investigación pusieron de relieve ciertos alimentos, los que adquirieron el estatuto de emblemáticos justamente por el realce que presentan en el discurso de los/as entrevistados/as, que da cuenta de una especial valoración, una particular importancia o lugar que le dan en su mesa, que se acompaña de una regulación de las interacciones sociales que se dan a su alrededor. Estas comidas

poseen, además, la propiedad de delimitar la diferencia entre tiempos de abundancia y celebración respecto de la escasez y pobreza.

La carne

La carne es uno de los alimentos que encierra la mayor cantidad de significaciones culturales en el texto de las personas estudiadas. Su consumo corresponde a un aspecto de especial valoración en las prácticas alimentarias. Esto se acentúa en lo que concierne al consumo de carnes rojas, en la modalidad de asado, especialmente en eventos o festividades. En términos sociales para ellos y ellas, implica la disposición de recursos económicos adicionales.

“ahora para el día del niño yo hice un asado, porque me pagaron el finiquito, hice un asado, con ensaladitas de papas con mayonesa, repollo, lechuga y pollo y longaniza y pulpa.” (Marcelo, 28 años)⁶.

“Y son asados. Y asados tienen que ser siempre con carne, si no, no se hace... comemos en realidad más carnes, carnes rojas no más, ni siquiera por ejemplo pollo... sí longanizas como para hacer choripan.” (Andrea, 18 años).

El consumo de carne es prescripción obligada en fechas especiales o en momentos significativos para el grupo familiar o en la relación con amistades. Aparece el asado, que marca y/o confiere una significación especial al momento en que es elaborado, respecto del acontecer de quienes lo elaboran: puede ser un cumpleaños, la navidad, un encuentro familiar o un momento en el cual se recibe un dinero adicional. Connota un cambio respecto del consumo habitual, una celebración que se hace a través de la comida. Esto es especialmente referido por los entrevistados hombres, sin importar rango de edad. Lo cual se puede observar en las siguientes citas textuales.

“el otro día, el ¿cuándo fue? El sábado estuvo de cumpleaños mi cuñada, ahí hicimos un asadito igual que siempre y estuvimos compartiendo todo el día. Preparamos carne a la parrilla y al horno, al horno con limón y a la parrilla así

⁶ Tal como se mencionó anteriormente, las citas textuales han sido editadas para facilitar su lectura y comprensión, procurando no alterar el sentido del texto. Entre paréntesis está consignado el pseudónimo del o de la participante y su edad.

nomás, con pura sal y verduritas. Quedó rico... con un poquito de vinito, sí, un poquito de vinito estuvimos ahí harto rato, hasta como las cinco de la mañana, después nos acostamos (risas), todos contentos, no hubo ni un problema. Así se pasa mejor, en familia ¿no cierto?” (Juan, 29 años).

“el otro día mi papá estuvo de cumpleaños y llenó de asado, un asado, ensalada, y bebidas nomás. Mi papá se tomó un vino, para acompañar la carne.” (Miguel, 19 años).

“hacemos un pedacito de costillar, con una ensaladita de papas con mayonesa, para los partidos cuando juega Chile, ahí siempre hacemos algo.” (David, 28 años).

El asado es celebración, encuentro familiar, instituye un momento y lugar en que la familia se reúne, afianza los lazos, comparten un ánimo en el que están “todos contentos” y a la vez se transmiten valores y normas, como por ejemplo, lo que se espera del comportamiento en el grupo.

“...son bonitos tranquilos, porque de repente hay familias que pelean en los asados empiezan a sacarse cosas en cara, yo he estado en asados de otras personas y se ponen a pelear, no, los de nosotros eran tranquilos, compartían su vino con mi papá, mi tío se llevaba bien con mi papá, con todos al final, llegaban los hijos de él que son grandes igual la señora, llegaba mi abuelita del norte.” (Marcelo, 28 años).

El asado es con la familia, cercanos, amigos, como una forma de incorporar y mantener a otros en un lazo de convivencia social, hace patente la propiedad sociológica de la comida que abordó Simmel (1986). La referencia al vino muestra como su consumo en el contexto del asado, transforma las comidas en instancias festivas y de relajación, invitando y reforzando la instancia de compartir de manera agradable.

La celebración tiene un festejado o festejada y en tales casos el asado es hecho para ellos/as, ofrecido a aquella persona que convoca a la fiesta. Por ejemplo, Ana, quien se desempeña como aseadora en un edificio, trabajando extensas jornadas y que realiza las compras de los alimentos para su hogar, dejando preparadas las comidas para sus hijos, nos cuenta:

“Por ejemplo, yo el lunes estoy de cumpleaños, entonces, lo más probable es que el domingo me hagan un asado en la casa, porque el lunes trabajo.” (Ana, 51 años).

En general, los/as entrevistados/as desean consumir la carne en forma cotidiana, pues su utilización es un símbolo de estatus y del comer bien. Esto incluye alimentos que son pensados como sus derivados (cecinas, embutidos, “chanchos”, para acompañar el pan). Se subraya aquí que se trata de algo especialmente evidente en el caso de los hombres, especialmente en los informantes que tienen el rol de proveedores en sus respectivos núcleos familiares, como lo exponen los siguientes extractos:

“Me gustaría comer carne todos los días, (risas), carne todos los días yo creo. Pero yo no soy regodeón, si no hay, como porotos así como estén nomás... Pero yo pienso yo que por comer bien es eso, comer harta carne.” (Héctor, 55 años).

Uno de los participantes durante la entrevista se muestra orgulloso de ser el jefe de hogar, debido a que es el principal proveedor, en la casa que comparte con su esposa y suegros. En esta condición de jerarquía es quien detenta la potestad de decidir qué se come. David nos dice:

“es que a mí me gusta comer bueno... me gusta comer cosas ricas, no me gustan las lentejas, no los garbanzos tampoco, ni el arroz con vienasas, el arroz con huevo tampoco; no me gustan esas comidas, me gusta más el puro filete.” (David, 28 años).

La referencia al “filete” es una alusión a la riqueza. Igualmente, en lo siguiente, Nibaldo nos muestra como la carne es sinónimo de la prodigalidad y del placer. Estar “entrado en carnes” es estar gordo, pero también es disfrutar de la comida, de la buena mesa. Cabe mencionar que lo anterior, tiene un componente erotizado porque habla del goce provisto por el sentido del gusto.

“O sea, eso es lo que uno piensa cuando ve a los gorditos, como en este caso, es decir la buena mesa. Siempre se dice, oye éste es de buena mesa.” (Nibaldo, 50 años).

“Pienso que es por eso, porque no faltan las carnes y esas cosas, los embutidos, o, para un desayuno o una onces que no haya solamente por decir, mantequilla en la mesa, si no que haya queso, chanchos, jamón. Eso es estar bien. Pienso [...] porque estar bien o estar más o menos o cocinar como debiera es que no falte la carne.” (Nibaldo, 50 años).

“Ahora puede ser carne, puede ser el pollo, puede ser el chanchos o puede ser cualquier tipo de carne, también los mariscos pienso. Pienso, eso pienso, si no hay nada de eso es como que falta algo importante...” (Nibaldo, 50 años).

Que no falte la carne o alguno de sus derivados en la mesa es para Nibaldo central, pues es dueño de un almacén en su barrio, lo que significa para él disfrutar de una cierta posición de éxito respecto de sus vecinos y su familia. Su sobrepeso, entonces, refleja el estatus y deleite que le produce la comida, del mismo modo su cuerpo grafica y marca el peso que tiene para él su lugar en su mundo social.

En otro polo, la ausencia de carne en ciertas preparaciones alude a una dimensión definitoria de lo que para ellos y ellas es pensado como pobreza. En esta línea contribuye, por ejemplo, una de las entrevistadas, que es dueña de casa y cuyos momentos de distracción consisten en aprovechar sus idas a la feria para comprar ropa usada de no más de 300 pesos para hacer cojines y muñecas de trapo. Margarita, al momento de pensar qué preparar de comida, tiene de referencia los deseos de su esposo, a quien lo nombra como “Él” y del cual ella se diferencia por sus preferencias alimentarias:

“Yo soy más de comida, me gustan más las comidas como más de... Yo le llamo pobre, que las papitas con mote, las papas con chuchoca, las pantrucas, así esas comidas que casi no llevan carne.” (Margarita, 54 años).

Dado que su ausencia es interpretada como una carencia significativa, la carne se hace equivalente a la **abundancia**, cuando se percibe como un alimento que “no puede faltar”. Si no está en los platos, esto es significado como una clara condición de pobreza.

“Ah, cuando estamos mal, mal de plata, hacemos arroz con hamburguesas o con huevo.” (Matilde, 54 años).

“todo ese tiempo sufrimos harto, ahí nos faltaba para comer, no teníamos para comer. Todos llevaban su mochilita a la escuela, uno tenía que ir con bolsito ahí nomás en ese tiempo, más pobre... en ese tiempo comíamos puras cosas baratas, arroz, casi puro arroz éramos chinos (risas), arroz, fideos, no se veía tanto la carne... si incluso una vez para un año nuevo, tuvimos que comer arroz, tomate solo y un huevo nomás.” (Juan, 29 años).

Las palabras de Juan son reveladoras en cuanto a lo dramático de la pobreza y de la consecuente falta de alimentos. Observamos con claridad cómo el menoscabo de carne y el

aumento del consumo de arroz configuran la representación emblemática de la carencia extrema. De esta forma, en particular la carne y otras comidas referenciales que veremos en lo siguiente, nos muestran que los y las participantes distinguen en su historia vital alternancias o vaivenes relativamente recurrente que refieren por una parte a tiempos de “vacas gordas” para los buenos momentos y tiempos de “vacas flacas” para aquellos “malos”, períodos definidos desde la metáfora alimenticia para explicitar los lapsos de abundancia y escasez, respectivamente.

Son diversas las lecturas que se pueden hacer a partir de la carne y el asado. Ya Levi-Strauss hacía referencia a la carne, sitúandola en el triángulo culinario en el vértice del asado. Cúspide de un esquema simbólico que sirve para representar lo planteado por los y las informantes, pues también sitúan en la cima de sus preferencias y valoraciones a este alimento, en especial en su cocción directa al fuego.

En su apelación a “pasar un buen rato” o “estar sin peleas”, los asados recuerdan la relación y pacto que establece la horda primitiva al ingerir al padre totémico que imagina Freud en Totem y Tabú (1913-1914), como una forma de preservar la paz en el grupo, y compartir una ley, incorporando las propiedades simbólicas del Padre. Es comer juntos, pero también compartir, tener en conjunto y celebrar valores, normas y deseos⁷. No se comparte la mesa con cualquiera. La mesa común implica sacrificio y a la vez tomar para uno mismo una porción no concedida a otro, situando un lugar de existencia e individualidad.

⁷ Desde la lectura de este texto de Freud es claro como la acción de comer es también una forma de incorporar aspectos del otro, en un proceso de identificación. Cuando se dice a los/as niños/as: “Qué rico, qué lindo, está de comérselo” es una forma de querer hacer propias las cualidades (belleza, ternura, etc.) de ese pequeño. En algunas culturas aparece también como modo de hacer propias las virtudes del enemigo, al ingerir sus órganos, por ejemplo. Así, el canibalismo real o fantaseado es una forma de interiorización radical ambivalente, pues simultáneamente se combinan agresión y aceptación, homenaje y oposición. Comerse al enemigo es combatirlo, pero a la vez es integrarlo, convertirlo material y literalmente en una cualidad propia, ya que tras el proceso de digestión, el otro ya no es el otro, sino que en uno mismo se halla su valor, fuerza o poder (Comellas, 2004).

En estos resultados son los hombres los que hablan de la carne y de los asados de forma preferente. Las mujeres hacen referencia a esta comida, pero aludiendo a los varones, al gusto de lo masculino, satisfacción que cumple una función, debido a que implica la adquisición de energía, fortaleza para desempeñar labores pesadas, oficios que requieren fuerza física. En el caso de ellos, la carne se transforma en buena para comer (Harris, 1999) dado que provee la energía necesaria para trabajar y por tanto, también es gusto por necesidad, según lo que nos diría Bourdieu (1991). Es virilidad y aunque no aparece explícitamente, esta alusión al mundo masculino puede conectarse con una dimensión religiosa⁸.

Por otra parte, existen otros sentidos que es posible desplegar en relación a la carne ya no como alimento sino ligada como significante de lo masculino y modo de pago de las deudas. “Pagar con carne” es una expresión recurrente que refiere a “costear” con sexo, pero es también solventar con la propia carne ante un contrato e incluso ante una deshonra. Recordemos que Shakespeare atribuyó en *El mercader de Venecia* a un personaje judío el tema de la libra de carne como pago por una deuda⁹.

Comida Chatarra: variaciones en relación a lo frito.

Es otro tipo de comida emblemática o referencial, dados los significados que entrama, vinculados al bienestar, goce de los platos. Puede tratarse de un placer o gusto individual, aunque también puede marcar la relación con los otros, pues denota momentos de encuentro familiar y de cierta forma, también de celebración, pues se comparte en un contexto que nos habla de una ocasión con un sentido un poco más especial que una

⁸ Para el judaísmo una señal del pacto con Dios que deben cumplir solo los varones y que consiste en la entrega de un trozo de su propia carne en la circuncisión “He aquí mi pacto contigo: serás padre de una muchedumbre de pueblos, de los que saldrán reyes. Tú, de tu parte y tu descendencia, circuncidad a todo varón, circuncidad la carne de vuestro prepucio y esa será la señal de mi pacto entre mí y vosotros. A los ocho días de edad será circuncidado todo varón entre vosotros, de generación en generación, tanto el nacido en casa como el comprado por dinero a cualquier extranjero que no sea de tu linaje” (Génesis 17:4-12).

⁹ Será quizás esta una posibilidad de pensar por qué los femicidas se cobran con la muerte, con la carne real de sus mujeres la experiencia real o fantaseada de la afrenta. Los hombres se “cobran” con carne.

instancia de consumo cotidiano, en la que puede disponerse de algunos recursos económicos adicionales.

La comida chatarra abarca, para nuestros participantes, un amplio repertorio de alimentos: pizza, pichanga, completos, hamburguesas, sopaipillas, papas fritas, pescado frito, entre otras comidas cuya preparación tiende a ser a través de la fritura. Lo anterior se evidencia en los siguientes extractos:

“aunque si tuviéramos a lo mejor más plata, comeríamos chatarra, porque antes teníamos mejor situación, y comíamos pizza, pichanga, traíamos comida china y esas cosas así, ahora el presupuesto está corto.” (Alicia, 41 años).

“me gusta harto el pescado frito. Aquí son bien chatarrientos, les gustan las papas fritas, todas esas cosas” (Alicia, 41 años).

Este tipo de comidas es de consumo mucho más frecuente que el asado. Los y las entrevistadas hablan de ir “al carrito” de la esquina; en el caso de algunas de las mujeres indican preparar para vender y obtener de un dinero adicional, por lo que no es de extrañar que algunos participantes, como lo revelan las citas, señalen haber comido todos los días, o recurrentemente los fines de semana este tipo de comida.

“soy bueno para las frituras igual, para las sopaipillas, la comida chatarra, los completos, las papas fritas, sopaipillas, eso. Antes, antes todos los días me iba a comer un completo, uno gigante, pero ahora no, de repente voy los puros viernes y sábados.” (Miguel, 19 años).

“Empezamos a comer las papas fritas, hamburguesas y cosas así, y los viernes igual, porque, como se llama, a mi mami, a mi papi como le pagan todos los viernes.” (Pedro, 18 años).

Ahora bien, el consumo de la comida chatarra trasciende los límites espaciales del “hogar”, por cuanto difumina las fronteras de lo interior/exterior, en la medida que este tipo de preparaciones puede ser elaborada en la casa, comprada para “freír” o dispuesta a ser llevada a la casa directamente para su consumo. Finalmente como alternativa aparece ser tanto comprada como consumida fuera de la casa.

“las compran, porque ahora las papas vienen en una bolsita así... listas, cortaditas, solamente freír no más, igual que las hamburguesas también, vienen listas, hay que llegar y freírlas prácticamente. Y eso es lo que hacen, no las preparan normalmente.” (Pedro, 18 años).

“Yo soy de esos que les gusta comer churrascos, o pizza, o de ir a comprar pollito asado y lo llevamos para la casa... A fin de mes, con mi señora sacamos a mi hijo al McDonald’s, lo llevamos McDonald’s y ahí pasamos a comer afuera.” (Marcelo, 28 años).

La comida chatarra o lo frito, muestra su afinidad con la carne, como lo rico, como aquello que se goza cuando se tienen más recursos. A diferencia del asado, es una experiencia que es para un grupo más reducido, incluso personal, es para el núcleo familiar mismo, no necesariamente implica la extensión a otras personas, aun cuando eventualmente no las excluye.

Otro aspecto que resulta significativo en cuanto a estos alimentos tiene relación con las edades de quienes lo ingieren o los prefieren a lo que debemos agregar la valoración que se le da respecto de los/as niños/as. Así, entonces, en el grupo de hombres jóvenes y, según estos, por los niños es una comida especialmente preferida y/o que se utiliza como medio para “hacer feliz” o “consentir” a los/as niños/as. Dos ejemplos son presentados por Marcelo y por Claudio. En el primer caso, se trata de un hombre joven que toma el lugar de padre para el hijo de su pareja y que, desde ese lugar, refiere llevar al niño a McDonald’s.

“yo me llevo bien con él, le gusta andar al lado mío cuando lo voy a buscar... yo trato de hacerlo feliz a él, porque el papá no está ni ahí yo creo que el igual se da cuenta de eso.” (Marcelo, 28 años).

Por otro lado, Claudio vive en la casa de su madre, en la que también habita su hermana con su esposo e hijo. De esta forma, nuestro entrevistado vive con su sobrino, a quien invita a comer completos u otras preparaciones de esta índole.

Otro elemento que aparece en los discursos asociados con el consumo de las carnes y la comida chatarra y por ende, con las respectivas connotaciones de felicidad y placer, corresponde a las bebidas y en particular a las gaseosas.

El vino es una bebida para los/as adultos/as, no así las gaseosas que trasciende lo generacional y coloca su ingesta como una determinante. Especialmente la Coca Cola, se transforman en algo de lo que no se puede prescindir, sin importar la situación financiera. Si bien se buscan bebidas económicamente más accesibles (“mulitas”, en palabras de una informante), finalmente predomina el “gusto” o el favoritismo más que el costo del producto.

“...me gusta la papaya y la coca, pero esa Coca Cola digo yo es una adicción, porque yo puedo tomar otra bebida, pero si me dan a elegir... Coca Cola... Un día compramos esas mulitas, decía esta cuestión bien helada, había que congelarla, digo yo, para que se parezca a la Coca Cola, tiene puro color nada más. Y nos reíamos, todos alegaban por la bebida, esta bebida está tibia más encima, parece cualquier cosa, tenía gusto a tierra, decía. No compramos más después...claro que eran más baratas. Pero igual” (Alicia, 41 años).

“Coca Cola sí, le gusta mucho la Coca Cola y como está con la hermana cuando se va mi mamá a Viña, Viña del Mar, que la obligan se queda en mi casa, porque sirve para cuidar a Felipe, toman mucho de esto... Néctar Watts, de estos jugos, néctar pelolais.” (Luis, 58 años).

Tal como emerge en el recorte del discurso del participante, las gaseosas y sus variantes (jugos e inclusive el agua) tienen una connotación asociada a cómo se representa su relación de pertenencia a una clase social y su vinculación con otros grupos sociales.

Como se ha mencionado y observado en las entrevistas, los/as informantes significan de modo equivalente las frituras con la comida chatarra. De este modo, forman parte de esta clasificación las sopaipillas, los completos, las papas fritas, el pescado y el pollo frito, por mencionar algunos casos. La comida chatarra en este contexto pareciera abarcar un amplio espectro de alimentos, en los que se entrecruza lo global y lo local, por cuanto combina comidas propias del territorio nacional con otras que, en un cierto sentido, podríamos llamar importadas.

Por otra parte, de acuerdo a Molini (2007), la comida chatarra suele considerarse equivalente de la comida rápida o *fast food*, la que se caracteriza por ser económica, ampliamente consumida, basada en menús de fácil y rápida preparación e ingestión.

El Colegio de Nutricionistas Universitarios de Chile (2013) en una declaración pública que realizan a propósito de la llamada “Ley del Súper 8”, define la comida chatarra como aquella que tiene enormes dosis de azúcar, grasas insanas y sodio y que no se limita a la comida rápida, ni es exclusiva de los productos envasados. La expresión refiere a alimentos que aportan principalmente calorías, tienen pocos nutrientes y pueden contener sustancias nocivas para la salud, pues conllevan una elevada cantidad de azúcar, sal y/o grasas trans y/o grasas saturadas, además de un sin número de aditivos químicos, colorantes y saborizantes artificiales. Por sus componentes esta comida encierra las paradojas: es un alimento que no alimenta. Produce más deseos de comer o hambre y por lo tanto, no sacia.

No obstante lo anterior, lo que presentan los y las sujetos en este trabajo es distinto. Pese a que “la chatarra” es una idea que se asocia a la basura, al desecho, “la comida chatarra” para ellos y ellas tiene otra acepción y condición. Para los/as entrevistados/as es equivalente a lo placentero y deseable, lo rico, lo sabroso y la abundancia. Una cita, al respecto es clara:

“la comida chatarra, las papas fritas, son puro aceite, más encima afuera es todo congelado, uno de repente no sabe ni lo que está comiendo, y uno lo encuentra rico.” (Marcelo, 28 años).

Su inclusión en la dieta explica el alto consumo de grasas, azúcares refinados y alimentos procesados en el consumo calórico en la población descrito a partir de los años 80 en Chile (Salinas & Vio, 2002), por lo tanto se trata de un elemento que tiene un lugar en las prácticas alimentarias, y que los y las participantes refieren como parte del consumo cotidiano o bien, como un tipo de alimento al que se desea acceder cuando existe un aumento de los recursos económicos.

Es impactante la mención directa de McDonald’s, no sólo como la incorporación del mundo global en el contexto local de una forma naturalizada. Es también muestra que comer lo frito y lo chatarra no es una acción que se realiza precisamente por las propiedades nutricionales de los alimentos, sino porque significa hacer propias otras dimensiones de estas comidas. Comprar la “cajita feliz” y por extensión comer esos platos,

es para los jóvenes adquirir felicidad por un momento. La chatarra ya no es desecho, es goce, alegría y volver a la niñez, tal como lo presentan las publicidades de McDonald's y la Coca cola, que han dejado patente su marca en la recordación espontánea de los y las participantes, aunque no necesariamente implique que el consumo de este tipo de comidas sea en locales de esa cadena de comida rápida.

Se hace manifiesto aquí que el modo en que incorporar un alimento es, tanto en la realidad como en lo imaginario adquirir todo o parte de sus propiedades: la felicidad, el placer, la niñez, la alegría. Es, así, una incorporación que funda la identidad y nos hace ser / encarnar lo que comemos (Fischler, 1995).

De los fines de semana al consumo cotidiano

- Otras preparaciones y encuentros en los fines de semana

Si bien es cierto que hay una división entre festivo y cotidiano, las reuniones colectivas de alguna manera van generando una rutina familiar asociada a los fines de semana.

“Eh... casi siempre se hacen cosas especiales, porque siempre se juntan con la familia de los suegros de mi cuñado, casi todos los fines de semana hacen asado [...] Y por ejemplo, siempre vamos para allá, se hacen acá y ellos vienen para acá y... cuando llega la hora del almuerzo, ellos asan la carne y después le ponen papas con mayo, ensalada, pero casi siempre, casi todos los fines de semana se hacen comidas especiales en realidad.”(Andrea, 18 años).

Los fines de semana, entonces, constituyen también una instancia en la que se opta por un tipo de comida especial, con mayor elaboración y en la que nuevamente aparece la carne como referente. Los platos para compartir tienen una significativa dedicación en su preparación.

“Que ponen un pedacito de carne al horno, entonces lo ponen con papas cocidas y ensaladas y todo eso, como que es para el día domingo. Esas son comidas que se preparan porque está toda la familia, a eso yo me refiero... Uno para comerse un

pedacito de carne no necesita de un día cualquier momento que uno pueda tener un poquito más de plata, lo puede hacer, pero hay otras personas que juntan toda la familia, lo hacen día sábado, día domingo, meten el pollo al horno, según lo que ellos quieran comer.” (Margarita, 54 años).

“...pero el fin de semana hago cosas más elaboradas, o sea por ejemplo, les encantan los mariscos a ellos a veces les hago cebiche, a veces les hago empanaditas de mariscos, le hago de, de..., entrada digamos después le hago no sé... una carne al jugo con puré que son más demorosos, que en la semana hago poco, a veces comidas de un día para otro.” (María, 38 años).

Así, se observa que en festividades se realizan comidas que tienen similar valor en cuanto a aquellas preparadas los últimos días de la semana. Una de ellas son las empanadas, las que suelen ser manufacturadas en el propio hogar.

“mi mamá tiene una especialidad en hacer las empanadas, no las hace chicas, sino que, así una empanada tipo campo, porque como ella es de campo, las hace grandes. Las personas se comen dos y quedan bien.” (Luis, 58 años).

“(Las empanadas) no, yo las hago. No son tan encachadas si, pero igual les hago empeño (risas). Porque la masa a veces yo la doblo, las doblo nomás y listo nada más y las meto ahí. No son de esas, de tan bonitas.” (Margarita, 54 años).

Las verduras aparecen en la modalidad de ensaladas crudas para los hombres, visibilizada como comida posiblemente por su vinculación al asado.

“para cosas especiales, cuando hacen el típico asado, lo acompañan de bastante ensaladas y verduras, eso es lo que a mí me gusta. Son como los días buenos para mí, porque es bastante las verduras que hacen, son con papas, lechugas, repollo, coliflor, brócoli, así como que ponen todo lo que comemos en el año, como que lo ponen en la mesa ese día. Y bastante carne.” (Pedro, 18 años).

Las empanadas y el asado se acompañan de ensaladas, bebidas y vino. Lo que radicaliza su implicación con la posibilidad de encuentro entre los miembros de la familia, pero no sólo de aquellos integrantes del núcleo inmediato (madre, padre, hijos); sino también de aquella más extendida incorporando a tíos y otras personas vinculadas. La comida, por ende, es una instancia de reunión, del compartir. La mesa y la comida se posicionan así, como el argumento protagónico de las celebraciones que permiten la generación de lazos, afectos y la reproducción de los vínculos familiares.

- Del consumo cotidiano y del día a día

Las rutinas diarias de consumo de alimentos tienen una secuencia para los y las entrevistadas que transitan por el desayuno, el almuerzo, la once y a veces una cena, que marcan los distintos momentos del día. El desayuno, por cierto sería durante la mañana hasta las 12:00 hrs, aproximadamente; el almuerzo, desde las 12:00, 12:30 hasta las 15:00 o 16:00, luego la once y la cena que sería después de las 21:00 hrs.

“en el desayuno comemos lo típico de todas las casas, una taza de té, pancito puede ser, pan con unas tostadas, después el almuerzo también, después la once como a las siete, de ahí llegan todos, así tomamos todos once, una buena once... y después... una comida como a las diez.” (Juan, 29 años).

“desayuno en la mañana, dos panes una tacita de leche o café [...] o tecito igual, lo que hay [...] en la tarde almuerzo, como 14:00, 14:30, ensalada pan o medio de pan, un vasito de jugo o de bebida, puede ser hoy día tengo fideítos con salsa. [...] pura comida, después a la tarde la once, como a las 20:30, 20:45 que llega mi mamá, la espero a ella para comer [...] lo mismo dos pancitos, tecito, palta de repente, tomatito, mi mamá de repente hace ensaladas con tomate para la once, hamburguesa de repente, vienesas.” (Marcelo, 28 años).

El **desayuno** se compone de pan y té o café para los adultos y, para el caso de los niños, se reemplaza el té o el café por leche.

“El desayuno, es un té, según el que toma té toma té, el que no toma leche o pan tostado con mantequilla o palta, cualquier cosa, ese es el desayuno de la mañana.” (Margarita, 54 años).

“Yo por lo menos en la mañana, de desayuno, un jarrón de té y un sándwich nomás, puede ser con pernil, o margarina, chancho, o queso.” (Héctor, 55 años).

“Eh... el desayuno de, de mi hija, que es la única que está en la casa, a la que yo le sirvo desayuno, porque los demás se van muy temprano, entonces cada uno toma en sus trabajos. Eh... leche cuando ella quiere leche, la taza de té y con su sándwich, que es con mantequilla y cecina o queso, lo que haya en ese momento, no le gusta la margarina, eh... en la casa tenemos como cosas separadas, por ejemplo mis hijos comen mantequilla.” (Patricia, 45 años).

Los alimentos para el **almuerzo** cotidiano se organizan en una suerte de minuta semanal, de manera en que se alternan distintos tipos de comidas, en las que se combinan

diferentes prototipos de alimentos. Para los y las entrevistadas, según sus propias palabras, es de importancia no comer todos los días lo mismo.

“eh... los lunes, eh...son generalmente, todos los lunes son porotos, los martes son... si no son fideos, puede ser puré. Los miércoles, lentejas; así.” (Pedro, 18 años).

“Pero siempre voy variando en la semana, no siempre es lo mismo, siempre me voy variando. Si hago los días lunes porotos o a veces el día viernes hago lentejas, una cosa así. Una vez a la semana se come legumbres en la casa. Yo dejo comprado el miércoles en la feria, lo dejo preparado para el día jueves. Cuando voy el día miércoles a la feria, que me queda más cerca, entonces compro las verduras y compro algo para la comida del otro día.” (Matilde, 54 años).

La distribución de las comidas durante la semana, en cuanto al “menú” tiene una clara referencia e influencia de los patrones de compra articulados durante ese periodo. Es decir, si se compran verduras y pescado en la feria durante el fin de semana se privilegiará su elaboración, calculando su mejor provecho y evitando que se deterioren o descompongan, dando cuenta de una lógica del aprovechamiento y buen uso.

“de repente el día lunes hay arroz, o fideos, por ahí por el miércoles son porotitos lentejas, hace pantrucas, la semana pasada hizo pantrucas el sábado, carbonada, cazuela [...] pero siempre es cazuela, o carbonada, o pantrucas de sobra [...] porotos lentejas y de ahí fideos, arroz, de repente me hago puras ensaladas con vienesas” (Marcelo, 28 años).

El almuerzo consiste en un plato siempre contundente (posiblemente el mayor del día) de legumbres, arroz, fideos o tallarines, idealmente acompañado de carnes o huevo. Persiste en este punto la idea de considerar importante variar las comidas entre un día y otro.

“El almuerzo eh... Según el almuerzo, si hay porotos, que el poroto, se le echa el zapallo, las papas o espinacas o acelga, tallarín, cebollita frita” (Margarita, 54 años).

“Después así de almuerzo, mi mamá hace todos los días, distintas comidas. Puede ser porotos, hace lentejas, pollo asado, carne asada también hace pulpa, emmm ¿cómo es la cuestión que le cuesta hacer... de acelga? Fritos de acelga.” (Héctor, 55 años).

Las verduras tienden a prepararse como acompañantes para la mayoría de nuestros/as informantes. De este modo, se piensan más como crudas que en otro tipo de preparaciones como guisos, generando un repertorio claro y preciso de productos.

“Me gusta, Me gusta, me gusta, me gusta mucho la ensalada, me gusta toda clase de verduras” (Luis, 58 años).

“Lo que más como acá en la casa son la coliflor y el brócoli, son las verduras que más se cocinan en la casa. O a veces que igual eh... el, es cochayuyo que hace... bien, consumo hartito de eso... la lechuga y el repollo, cosas así, eso me gusta hartito, la palta, ese tipo de ensaladas me gustan, el tomate en especial no me gusta.” (Pedro, 18 años).

Para las mujeres, los guisos son aquellas verduras que se preparan cocidas y que contribuyen a que en la familia consuman alimentos más saludables. Pero también es una modalidad de preparar las verduras para que no se dañen, para sacarle máximo provecho en la economía doméstica, pues posibilita hacer rendir la comida y presentarla a la familia de una forma variada y no repetitiva. Por lo que a veces los productos pueden repetirse en el consumo, pero no en cuanto a su forma de presentación en la mesa. La variabilidad por tanto posee dos dimensiones, producto y técnicas de elaboración.

“Y el budín de zapallo también, el budín uno lo coce, le hace una buena preparación, igual es lo mismo, pero usted el zapallo en vez de separarlo, lo echa junto, se revuelve todo y lo mete a la budinera y lo mete al horno también.” (Margarita, 54 años).

De acuerdo a lo reportado por las/os entrevistadas/os es frecuente que los hombres que desempeñan una actividad laboral, no reciban almuerzo y deban llevarlo desde sus casas. Si reciben colación en sus lugares de trabajo, como ocurre en el caso de los hombres jóvenes que trabajan y niños/as y adolescentes que estudian, existe la percepción de que la comida que reciben en sus respectivos empleos o espacios de estudio no es suficiente, ni los sacia, de manera que al retornar a su hogar vuelven a comer un plato de comida, generando una doble ingesta asociada a esta comida en particular.

“mi hermana... Mi mamá cocina, siempre ha cocinado. Porque a mi igual me dan colegio, me dan comida en el colegio, pero no me gusta, lo encuentro desabrido. Me gusta más la comida que hace ella. O sea, almuerzo a las 2:30 antes de irme para el colegio y después llego como a las 7:30, 7:40 salgo, y llego, llego con hambre, llego a comer de nuevo, me como cómo dos platos y después tomo once y

me acuesto o cuando estoy acostado ya, me hago una leche, un pan y me acuesto.” (Miguel, 19 años).

“el mayor de los hombres, el chiquitito y la del medio comen en el colegio, y la Nallita lleva al colegio, lleva comida, entonces más por ella hago. Y los demás llegan con hambre en la tarde porque en los colegios dan una ración súper pequeña de comida, según es que lo que necesita una persona pero... yo encuentro que es demasiado poco lo que les dan a los míos, entonces...,llegan con hambre, entonces tengo igual que dejar algo de comida” (María, 38 años).

Esto significa que las personas tienden a consumir porciones dobles de comida en su práctica cotidiana, al almorzar dos veces o al momento de volver a comer en la casa, lo que explicaría en parte el eventual aumento de peso corporal y que pasa desapercibido por el discurso nutricional al no conocer las dinámicas ni patrones de consumo real de las personas, lo que está totalmente asociado con la sensación de saciedad que poseen.

En cuanto a la **once**, veremos que se reitera la ingesta del desayuno. Donde se valora de mayor manera el consumo de derivados de la carne, como cecinas, embutidos, vienasas, etc.

“Nos desocupamos como a las 6 de la tarde, ahí tomamos once. También ahí yo como un sándwich una taza de té, y nada más, eso en la noche no como.” (Héctor, 55 años).

“en la once, puede ser pan con queso con, no y no falta la palta... huevos con vienasas, todas esas cuestiones.” (Claudio, 33 años).

No todos los/as entrevistados/as refieren comer en la noche. Sin embargo, en algunos casos, los/as informantes plantean la existencia de una última comida en ese horario. A este respecto, los siguientes fragmentos de entrevista son ilustradores:

“En la noche nadie come, aquí se toma desayuno, el almuerzo y once, y la once es como a las siete, siete y media, y de ahí ya no se come más”. (Alicia, 41 años).

“pero siempre, no, no puede faltar una comida en la noche, que no es una comida como el almuerzo sino que más, más livianito, sopas, sopitas de letras puede ser, con una ensalada, eso no más” (Luis, 58 años).

Vale decir, se trata de comidas que tienden a ser preparaciones más livianas que las del almuerzo y que se piensan como un consumo que evita un largo periodo de tiempo sin ingesta. Desde el almuerzo hasta el desayuno del otro día.

Finalmente, aparecen las frutas, las que pueden ser consumidas en cualquier momento del día, pues no están asociadas a un horario específico. Por lo que se desprende de las entrevistas, tienen una mayor valoración entre los más jóvenes según lo que nos informan algunas participantes.

“Claro, por ejemplo (...). Lo que se come es harta fruta; harta fruta: naranjas, manzanas verdes (...) el kiwi, plátano... Eso es lo que se consume aquí.” (Alicia, 41 años).

“... en la casa se come harta fruta, les gusta la fruta a mis hijos.” (Patricia, 45 años).

Sin embargo, esta preferencia por las frutas tiende a ser explicitada por mujeres que por debido a sus trabajos se vinculan a otras clases sociales, por lo que existe la posibilidad que desde esa interacción interclase, incorporen hábitos de comer frutas al repertorio de alimentos del hogar.

Otros aspectos que determinan qué y cuándo se come

Otros criterios utilizados para determinar qué se va a comer pasa por el contexto de los/as consumidores/as. Esto refiere más bien a aspectos como quienes compran, preparan e ingieren los alimentos, más que a propiedades de estos. En este punto se encuentran los deseos de comer y el dinero disponible para comprar los ingredientes o las comidas.

Las “ganas” o deseos de comer una comida que es considerada “apetitosa”. Refiere a la satisfacción o al placer que produce comer o ingerir un alimento y alude en última instancia al cuerpo y a los/as comensales.

“Como ahora se guarda en el freegider. Yo guardo varias cosas en el freegider que no... Incluso tengo hasta choclo molido para hacer un pastel... Así que de repente

nomás, cuando ya le den deseos de comer pastel, saco el choclo, la carne molida y la cebollita y se hace el pastel.” (Margarita, 54 años).

En el extracto anterior se observa que se guardan los ingredientes que serán utilizados en la preparación de un plato y que luego, cuando se desee, se procederá a su elaboración.

“ah claro variar, exactamente, variando las comidas, no siempre lo mismo, eso es lo que hago más, que quede sabroso igual, eso es lo que me gusta, sí, bueno el paladar guía, [...] tenemos buena mano igual para cocinar nosotros, nos quedan ricas las cosas.” (Juan, 29 años).

“Claro, yo decido lo que hago, bueno a veces le pido la opinión a los chiquillos; ¿qué quieren comer mañana? Por ejemplo, y a veces ellos me dicen. Los fines de semana les pregunto ¿qué quieren comer de rico?” (María, 38 años).

Los deseos de comer manifiestan a aquello considerado “rico”, “sabroso”.

Cuando los o las participantes hablan de “El bolsillo” apuntan al dinero disponible para la adquisición de los ingredientes que servirán para elaborar una comida.

“De la nada, por ejemplo, de repente no hay plata, o sea poca plata. Por ejemplo, a mi me dejan una cuota al día, la dejo para el almuerzo y de repente no hay pan en la mañana, ya ... yo compro medio de pan y voy sacando del almuerzo, o sea, digo yo, hoy día voy a cocinar esto y que es lo que tengo, y reviso antes de ir a comprar. Siempre hay verduras, zanahorias, pimentón, cebollas, ajo. Todas esas cosas que uno ocupa: el orégano, la verdura; y qué me está faltado... Ah!, las papas, según qué vaya a hacer: si voy hacer cazuela, papas; zapallo... no comen mucho zapallo; choclo, sí, y si hay choclos, ya son dos choclos, se parte en tres... hay días domingo que estamos más solos con mi hermano; Manuel hagamos un pedacito de carne. Yo tengo tres lucas, ya, yo compro, tu pones el carbón, ya, distribuimos los gastos, ya, digo, yo paso a la feria y compro al tiro las verduras yo, si que compro en la carnicería, paso a la feria y llego acá y tiene listo el fuego, aliñamos la carne y listo...” (Alicia, 41 años).

La cita presentada muestra cómo los entrevistados/as junto a su grupo familiar reúnen dinero para compartir una comida. “Se hace la plata”, “se juntan las monedas” son expresiones que señalan el aporte que hacen a un fondo común para adquirir los alimentos deseados.

Es posible inferir de lo que dice la entrevistada que el dinero junto a los alimentos de los que ya se dispone, es un criterio que determinará qué se comprará y lo que finalmente será consumido.

Del lenguaje y su articulación en los criterios para pensar la comida

Cuando los hombres y mujeres que contribuyeron en este proceso de investigación, explicaron cómo se organizan sus comidas, hablaron de sus preferencias y de cómo la familia se vincula y celebra con las comidas, fue claro en su discurso diversos sistemas de oposiciones que permitían establecer grupos de significados que dan cuenta de una suerte de comunicación cultural, porque condensan múltiples sentidos.

Uno de los sistemas de oposiciones es el de *caldo–seco*, que es una modalidad de clasificación de los alimentos que aparece como una suerte de distinción básica o elemental que en términos binarios separa aquellas comidas que son hervidas y pueden ser pensadas como un tipo de sopa. Entre ellas afloran las sopas, cazuelas, carbonadas y legumbres (lentejas, garbanzos, porotos). Las comidas secas refieren a una amplia gama de variedad de alimentos: arroz, fideos, puré y todo tipo de carnes (pollo, pescado, cerdo y vacuno).

Esta clasificación se hace evidente en los siguientes extractos.

“Si él quiere con caldo, podemos hacer una carbonada y si es seco, puede ser un arroz, unos tallarines o fideo al horno. Papas, papas cocidas así le puede ver. O si no, o si quiere caldo, unas pantrucas y así cualquier cosa que él quiera comer.” (Margarita, 54 años).

“nos ponemos de acuerdo los dos con mi señora, supongamos... comemos un día seco, después al otro día caldo, otro día seco, otro día caldo ¿me entiende?, así.” (Juan, 29 años).

“me gusta un poco más lo que trae sopa, las cazuelas, lo que traiga sopa me gusta más que lo seco.” (Héctor, 55 años).

“Entre, entre... los niños, con los niñitos es un poco más difícil, porque tú sabes que, que... no sé, uno como es más entrado en edad le gustan los caldos, las sopas. Y a los niños no, a los niños, le gusta lo seco. Pero mi mujer no se hace problemas

con respecto a eso, porque cuando hace, ponle tú, eh... que no le gusta a los niños, hace dos comidas y no se calienta el mate.” (Nibaldo, 50 años).

“y con arroz, todo acompañado con arroz. Aquí lo que más se come es arroz. Y una vez a la semana, caldo; de lo que sea, de pollo, de chanco, la cazuela o carbonada.” (Alicia, 41 años).

En general, es posible apreciar que para los entrevistados hombres y según la edad, la preferencia por las comidas según la distinción entre caldo–seco es más obvia. De manera que para los hombres jóvenes es más valorada la comida seca, mientras que para los mayores son preferidas las sopas. La diferencia entre caldo y seco no aparece mencionado en el caso de las mujeres con una marcada valoración o preferencia. Sin embargo, está presente la atribución a la edad, en las palabras de una de las entrevistadas:

“en la noche tomamos, lo que decimos la sopa del tata.” (Elisa, 28 años).

Un caldo con fideos, una sopita con huevo, muestra la marca de una distinción generacional respecto de los/as comensales. La edad se transforma en un referente en la predilección por ciertos platos. El caldo en sus distintas modalidades es lo viejo, acercándose a las categorías propuesta por Levi-Strauss de lo podrido. Lo femenino es parte de este informe, también, pues se asocia a las mujeres la cocción en agua de los alimentos, a una mayor preparación que es servida en un espacio de intimidad, del calor de hogar.

El par de oposiciones *caldo-seco* configura una categoría que permite organizar los criterios para la elaboración de las comidas y definir *cuándo se come lo que se come*. Para los y las entrevistadas es de importancia asignada variar y combinar de diferentes formas los alimentos y/o los platos que elaboran.

Lo *seco* se asocia en el reporte de los sujetos, hombres y mujeres, a lo *fácil*: se trata de aquellos alimentos que en su preparación no requieren un saber muy específico y/o que se consideran poseen una elaboración simple o sencilla.

“Por ejemplo, un plato de tallarines, un pollo al jugo, que un pollo al jugo, usted lo, lo sazona, lo, lo, lo saltea y le echa las verduras y está listo el pollo al jugo. Y... no tiene que estar ahí como haciendo como se dice.” (María, 38 años).

En este sentido, un paréntesis está dado por la advertencia de las entrevistadas respecto de los huevos fritos, pues son alimentos en apariencia fáciles y rápidos de hacer, pero añaden que “no cualquiera sabe freír un huevo frito”.

“porque no sé si se ha dado cuenta que las mujeres cuando empiezan a cocinar les dicen: ah, pero es que si no sabí hacer ni un huevo frito, porque el huevo frito cuesta que resulte.” (María, 38 años).

La cualidad de lo fácil entonces no es propiedad exclusiva del alimento, sino también del saber que tiene la persona que cocina, de manera que lo fácil es resultado de un saber.

Lo *seco* es también *rápido*, esto es, requiere de poco tiempo para su preparación y que habitualmente es considerado para su consumo en días de semana:

“Eso se hace cuando uno, por ejemplo, yo fui a comprar, llego tarde y hago arroz. Se hace en un rato.” (Matilde, 54 años).

“Claro, cosas rápidas, como tallarines... pollo al jugo, un arroz graneado, con unos... huevos, no sé, ensalada; cosas así.” (María, 38 años).

La distinción *caldo-seco* invoca una estacionalidad, un momento del año, una organización del tiempo que va más allá del día a día de lo cotidiano, puesto que en períodos de *verano* y *calor*, hacen que las altas temperaturas sean relacionadas con comidas frías o menos calurosas.

“Y todo esto que el verano da, yo soy muy bueno para comer... Eh... El maíz, me encanta las humitas, me encanta el pastel de choclo, sobre todo la empanada también me encanta, cosas así.” (Luis, 58 años).

“En verano, quedo bien, mi almuerzo una humita y una ensalada de tomate... O sea es perfecto, ningún problema, o bistec y unas ensalá. Ahí como que se me quita el ánimo del caldo... Por la temperatura, por el calor. En verano como que todo va relacionado con la ensalada, hay si, por ejemplo, un pescado frito con hartas ensaladas, me entiendes, o pollo asado, la presa de pollo y ensalada, o sea ya no es como necesario el caldo. Depende de la temporada... Aparte que en el verano tú tienes hartas cosas ricas que las puedes comer frías, como las ensalada, harta ensalada, que el choclo, que la uva, que en fin. Pero depende de la temporada.” (Nibaldo, 50 años).

Se disminuye el consumo de sopas y caldos y son preferidas las comidas “propias de la estación”, como humitas, pastel de choclo, ensaladas, etc. con la estacionalidad surgen entonces alimentos más periféricos o menos importantes para el diario vivir, pero que aún tienen una carga simbólica. La preparación en familia de ciertas comidas veraniegas habla de una cierta articulación de sus integrantes y de una unión para la distribución de las tareas en la elaboración de un plato que requiere un esfuerzo colectivo, por ejemplo, en la preparación de humitas.

En contrapunto, el invierno y el frío responden a lo húmedo, a comidas calientes, como caldos y sopas en sus distintas variedades.

“También depende del tiempo. Pero en este tiempo en invierno ya es como que todo, tú... preferí todo lo calentito, o sea no lo frío.” (Nibaldo, 50 años).

“me dice, ¡hagamos una cazuelita! de repente cuando está más o menos feo el día, le digo ¡ya, hagamos una cazuela!” (Andrea, 18 años).

Como platos de la estación son especialmente mencionados la cazuela, las pantrucas y las legumbres, por ejemplo, lentejas, porotos y garbanzos.

En los resultados presentados hasta aquí es importante puntualizar una primera constatación es que parecía ser un acontecimiento nuevo para las y los entrevistados hablar acerca de sus comidas. Así, en tanto cotidiano, comer y cocinar es parte de un hacer que impresiona como natural y dado, como un hecho más de la vida diaria que no suele ser adherido a un relato. La instancia de las entrevistas se transformó, entonces, en un encuentro, creación y descubrimiento conjunto de una narración acerca del comer, cocinar y alimentarse.

Sonia Montecino (2009a) nos habla del traspaso común de expresiones del mundo de la cocina popular para metaforizar y poblar de otros sentidos diversos aspectos del entorno social. En el diálogo con los y las participantes fue posible observar que la operación inversa esto es utilizar palabras de otros ámbitos para manifestar la relación a la

comida, lo cual era una acción algo más nueva y que les demandaba explorar otras modalidades discursivas.

El lenguaje que los y las entrevistadas utilizan para referirse a su alimentación muestra lo que en palabras de Levi-Strauss es un sistema alimentario, el que está construido sobre unidades mínimas (gustemas) las que se articulan en oposiciones, las cuales justamente emergen al observar sus relatos lo que nos afirman comer y consumir. A momentos pareciera que su forma de hablar de la comida la significarán de tal forma que los alimentos pudieran clasificarse en básicos o centrales¹⁰, es decir, aquellos con mayor peso simbólico que corresponde a aquellos productos más calóricos en sus comidas; o bien, como secundarios ligados a elementos que a pesar de tener un consumo frecuente, son estacionales, adquiriendo un menor valor afectivo y simbólico; e inclusive, dichos alimentos son connotados como periféricos, de consumo ocasional y con menos oportunidades de consumo. No obstante lo anterior, existen matices diferenciales que se irán develando progresivamente, pues los resultados que aquí se presentan se ordenan tomando los signos del discurso de los propios sujetos entrevistados/as en función de lo deseable y valioso como comida y que, en ese sentido, contiene mayor condensación y contenidos en términos de los simbolismos y valoraciones que representan.

Las valoraciones presentadas en estos resultados, el privilegio de la carne, el pan, lo frito respecto de las verduras y las frutas explican lo observado en las tendencias de consumo nacional entre el año 1980 y 2000, en las que hay un importante aumento en el consumo de carnes en particular de cerdo y pollo, de cecinas, de productos lácteos y un bajo consumo de pescado, frutas, verduras, cereales y leguminosas (Espinosa, Valiente, G. & Valiente S., 2000 en Salinas & Vio, 2002). De hecho, la encuesta de presupuestos y Gastos del INE del año 1997 mostró que en los cuatro quintiles inferiores (80% mas pobre) el primer gasto continúa siendo el pan; en segundo lugar la carne de vacuno, seguido por las bebidas gaseosas, pollo, cecinas y comida fuera del hogar. En los primeros 15 lugares no aparecen las verduras, frutas, leguminosas ni pescado, los que asoman muy poco en el

¹⁰ Clasificación tomada de los planteamientos de Igor de Garine (1999).

discurso de los participantes o en un lugar de menor relevancia, lo que también es consistente con los hallazgos de la Encuesta Nacional de Calidad de Vida y Salud 2000 (ECVS) (citada en Salinas & Vio, 2002), en la que sólo el 47% de la población en Chile dice consumir verduras y frutas diariamente y el 35% consume cada día.

Los datos presentados son coherentes con un tipo de consumo a nivel nacional, sin embargo, en esta pesquisa se evidencia la incidencia de las valoraciones y significados que poseen ciertos alimentos, determinando los consumos y preferencias, como las eventuales dificultades para modificar los patrones alimenticios.

CAPÍTULO II

Espacio doméstico y alimentación: la cotidianeidad para los ordenamientos de género

Los hombres y mujeres entrevistados, al hablar sobre la comida, la preparación de los alimentos, las preferencias culinarias no se refieren exclusivamente al alimento como si fuera éste un objeto puro y aislado, sino que por el contrario, a propósito de su conversación sobre la comida presentan valoraciones y deseos, como se vio en el capítulo anterior, pero además dan cuenta de una serie de escenas que construyen una realidad diaria.

Es así, que al hablarnos acerca de su alimentación, los y las entrevistadas nos abren la puerta de su casa a la privacidad de su hogar, explicando la distribución de los quehaceres domésticos en relación a la práctica del alimentar, preparar y consumir. De esta forma, sus discursos contienen un saber acerca de la alimentación y la cocina que expresa valores y normas al igual que ideas sobre lo femenino y lo masculino. Estas representaciones no son neutras, pues evidencian posicionamientos que construyen sujetos, no solo diferenciados en tanto hombres y mujeres, sino de lugares ceñidos al interior de la familia según edad y poder.

Entonces, a través de las labores y ocupaciones que se generan al interior del hogar logramos tener una mirada concreta de cómo se transmiten y operan las distribuciones desiguales de poder y prestigio del sistema sexo-género (Rubin, 1986), en relación a lo masculino y femenino, sumado al cruce e imbricación generacional que establece poderes diferenciales para cada persona.

De esta forma, este capítulo se estructura desde dos núcleos analíticos de trabajo: *hombres y mujeres, tareas y responsabilidades y transmisión-aprendizaje del saber culinario*. Este último eje se incluye al asumir que al igual que la organización de las labores al interior de la casa y, en consecuencia los roles de género, se traspasan o provienen de las mismas fuentes desde dónde se adquiere el saber sobre la cocina.

Los ejes señalados aportarán en la comprensión de las dinámicas en que se interconectan los lugares–territorios de los sujetos, en relación a la performatividad de su género y alimentación.

Hombres y mujeres, tareas y responsabilidades

El conjunto de creencias y conocimientos en torno a la alimentación se expresa en prácticas, acciones concretas en el día a día que, en el interior del hogar, se distribuyen adosadas a valoraciones y significados específicos a los integrantes del grupo familiar. Es aquí donde emerge la representación de las mujeres como dueñas de casa, que dados los objetivos de esta tesis, es preciso desmenuzar.

Dueñas de casa

Lo particular de esta figura es que se presenta para los y las entrevistadas como algo obvio, como un deber ser de las mujeres, a tal punto que es parte de lo esperado, es un atributo más de sexo femenino, conformando la regla, el canon.

En este contexto, la casa es el territorio de la familia que por un conjunto sostenido de acciones de la mujer se vuelve hogar. Son tareas cuyo fruto se ofrece a otros, dejando muy poco espacio o tiempo para sí mismas. A este respecto, es ilustrador lo que nos dice Margarita:

“Dueña de casa, eso es lo que hago yo, todo lo que se hace en el hogar, empezando en la mañana, me levanto, hago el desayuno, el desayuno que le doy a él. Después de ahí me pongo hacer el aseo, me dedico hacer el almuerzo, después le voy a dejar el almuerzo, después llego. Descanso un rato, me pongo a tejer o me pongo a coser, me pongo a lavar, hacer lo que hay que hacer, eso es lo que hago en la casa. Nada más, en la casa uno nunca deja de hacer cualquier cosa o me pongo a limpiar, o hacer, esto es lo que tengo que hacer, lo hago.” (Margarita, 54 años).

Este rol como hemos señalado es entendido tácitamente como propio de las mujeres. La cocina y la casa se constituyen en referentes de su lugar no solo territorial sino por sobre todo identitario.

“no sé, es que nunca nadie ha dicho ya yo cocino aquí, ella nomás siempre cocina, a mi papá nunca lo he visto cocinando, él hace asados nomás, él hace los asados.”
(Miguel, 19 años).

Estar en disconformidad o no querer llevar a cabo alguna de las labores que implica significa revelarse a lo establecido, ser en algún sentido una mujer diferente, que sale y escapa a la norma, a lo correcto y adecuado.

“ya llevo como doce años más menos, trabajando como independiente, atendiendo pacientes a domicilio también en el sector oriente. En eso trabajo. Eh, yo me considero una mujer atípica, porque yo odio cocinar. Odio. No hay cosa más terrible para mí que llegar a mi casa y tener que cocinar, por mí ojala no se comiera. Yo cocino lo básico, o sea lo básico durante la semana, para que ellos lleven para la universidad, para su trabajo.” (Patricia, 45 años).

En el extracto tomado de la entrevista a Patricia vemos que ella nos dice que cocina lo básico, como si con ello hiciera lo mínimo para cumplir con su deber de mujer. Al pensar detenidamente en qué es lo básico, veremos que se trata del alimento que deben llevar sus hijos a la universidad y su marido al trabajo, lo que implica una preocupación por los otros, por alimentarlos, por satisfacerlos aunque sea “mínimamente”. Este punto ilumina respecto de otras dimensiones que implica ser dueña de casa y que de alguna manera se expresan en las siguientes palabras:

“Mi mamá es dueña de casa, se dedica a nosotros, y estamos bien en ese aspecto”
(Pedro, 18 años).

Pedro nos habla de una dedicación: “se dedica a nosotros y estamos bien”. De esto se desprende que son acciones que van más allá del alimentar al otro, que están dirigidas, consagradas a cuidarlos desde una perspectiva más integral. Es entregarse a cuidar, atender a los otros, nutrirlos afectivamente, ocuparse de su bienestar emocional y físico, preocuparse de su ser.

En este sentido, Marina nos dice:

“es que dejé de trabajar con esa señora, porque llegaba muy cansada a la casa, llegaba y ya no quería hacer nada en la mía, tenía mi casa patas pa’riba y mis hijos, los más chicos, tienen 10 años, me estaban reclamando que no me preocupaba.” (Marina, 35 años).

Reclamo de los hijos que la entrevistada efectivamente lee como un abandono de su rol y de su labor en cuanto madre.

En relación a la vida diaria, según lo expresado por los/as entrevistados/as es a las mujeres a quienes corresponde llevar la casa y en consecuencia, hacerse cargo de la “cocina” en el sentido de ocuparla y administrarla, siendo la dueña de ese espacio físico del hogar. Es aquí donde la alimentación ocupa un papel relevante y vital debido, justamente porque es una práctica que se ejecuta todos los días y varias veces, siendo una necesidad en la mantención del núcleo familiar.

“a ella le gusta hacer las cosas de la cocina y no le gusta que nos pasen cosas a nosotros, así que nosotros nos tiene alejaditos de la cocina y ella en su lugar solamente. Nosotros no nos metemos en la cocina, como que es su espacio, sí, el espacio como de ella es la cocina, no, de ahí, no, mete nadie más, ella solamente o sino mi papá, pero es un instante solamente. Mi madre es la que lleva ahí la cosa. Como que se acostumbró, costumbre no más, de tantos años porque donde ella venía, de su casa no más, se preocupaba siempre todos los días de tener un plato de comida, y a cocinar, y cocinar, como que se acostumbró a eso.” (Pedro, 18 años).

Este llevar la cocina debe por un lado contemplar que ninguno de sus integrantes quede insatisfecho o con hambre en el cotidiano por una parte, para lo cual las mujeres deben disponer de una serie de recursos que permitan aquello. Pero además, deben ser aquellas previsoras de la alimentación, vale decir, preparando, por ejemplo, los alimentos con anticipación para quienes deban portarlos a sus distintos lugares de trabajo y/o estudios, posibilitando que a pesar de que sus integrantes familiares se encuentren fuera de la casa, no dejen de comer y alimentarse. Si bien se trata de una función que realizan las mujeres de manera rutinaria, ésta no obstante, no es explicitada, pues como se ha visto, a nivel de dinámica cotidiana, opera naturalizándose.

Por ende, es faena de las dueñas de casa, preocuparse de dejar los ingredientes comprados en la feria, cuidar porque haya alimentos en la cocina, de modo que si alguno de los niños o niñas e incluso adultos masculinos mayores quiere comer, lo pueda hacer. En caso de que los alimentos no se encuentren cocinados, es vital por lo menos contar con los productos mínimos para que puedan prepararse o tomar algo momentáneo si ellas por su trabajo o quehaceres inmediatos no están para realizar dicha labor.

El caso de Ana es gráfico al respecto, ella se desempeña como auxiliar de aseo en dos edificios, desarrollando largas jornadas de trabajo, el día domingo realiza las compras en la feria y si no puede, le deja el dinero y el encargo a su hermana, para asegurarse de disponer de los ingredientes para los platos que dejará preparados cada día de la semana en la noche, luego de llegar de sus labores remuneradas. Así claramente Ana posee la conocida rutina de la doble jornada laboral. Una fuera de casa y otra que comienza cuando llega a ella.

Marina, por su parte, nos dice que en su refrigerador no pueden faltar los huevos, las vienesas o las hamburguesas, pues es comida que su hijo adolescente puede preparar con facilidad en caso de que ella no pueda cocinarle. Esto se reafirma en su discurso al precisar:

“por la edad, él siempre tiene hambre, no se llena con nada.” (Marina, 35 años)

De lo descrito se desprende que el rol de la dueña de casa lo desempeña habitualmente la madre y si ella no está, será otra mujer de confianza la que lo realice, probablemente alguna de las hijas, que también tiene hijos/as. En el caso de Claudio, que vive con su madre, hermana, cuñado y sobrino, observamos:

“mi hermana es dueña de casa, cuida a mi sobrino que tiene nueve años y va al colegio y mi cuñado trabaja en las bodegas de Falabella. Entonces, cocina mi hermana en la semana y mi mamá el fin de semana, porque trabaja de lunes a viernes.” (Claudio, 33 años).

Esta sucesión es normada por la madre de la familia. Algunas, como la mamá de Pedro no permiten que sus hijas pasen a la cocina o que aprendan a cocinar, dada su

apropiación o dominio de ese espacio. En el caso de Andrea, entrevistada de 18 años que vive en la casa de sus suegros, la función es delegada por su suegra a su propio marido y en algunas tareas específicas a su joven nuera.

En este sentido, a los hombres les corresponde velar porque haya qué comer en la casa, en términos concretos, proveen el dinero para la adquisición de los alimentos, o como señalan los y las participantes de esta investigación, “entregar las monedas” para que las mujeres compren la comida cotidiana o lo que ellas eventualmente les puedan encargar.

“Mi hermana por lo general, es la que ella ve las cosas de la casa. Mi cuñado, compra la mercadería, compramos la mercadería entre todos, o sea, todos damos para comprar.” (Claudio, 33 años).

“Si hay que ir a comprar, a él le encanta ir a comprar, salir, le encanta salir e ir a comprar, es que él se siente útil, pero yo le encargo compra esto y si no hay, compra esto otro.” (Alicia, 41 años).

En algunos casos, los varones pueden hacer la compra de ciertos productos según su propio deseo o gusto, los que se asocian más a su especialidad en cuanto a la preparación, como lo es el asado, descrita en el capítulo recién pasado, yendo por tanto al matadero de Franklin para adquirir la carne que luego ellos mismos utilizarán en sus preparaciones.

“Magas en la cocina”

Según los reportes de los/as participantes son las mujeres, en general, quienes deben “cabecearse” para decidir qué comidas van a preparar, alternando los alimentos y sirviendo en forma variada los distintos platos, dándole en el gusto a los distintos comensales.

Para ello, dichas mujeres deben contar con una habilidad y competencia importante, que es organizar y hacer que los recursos existentes, más o menos precarios, alcancen. Con este fin deben manejar y aprovechar un presupuesto familiar, pero también desarrollar estrategias de preparaciones “ricas” que denote variedad y permita su placer y disfrute al comer. Los mandatos se focalizan en alimentar a los integrantes del núcleo familiar con

comida que les guste y agrade, satisfaciendo no solo una necesidad básica “del nutrir”, sino que también del goce por medio del consumo.

“De la nada hay que preparar algo, por ejemplo, de repente no hay plata, o hay poca plata. A mi me dejan una cuota al día, la dejo para el almuerzo y de repente no hay pan en la mañana, ya, entonces, yo compro medio kilo de pan y voy sacando de la plata del almuerzo. Digo yo: hoy día voy a cocinar esto y qué es lo que tengo, y reviso antes de ir a comprar. Siempre hay verduras, zanahorias, pimentón, cebollas, ajo. Todas esas cosas que uno ocupa: el orégano, la verdura. Luego veo qué me está faltado... Ah!, las papas, según lo que vaya preparar: si voy hacer cazuela, papas; zapallo... no comen mucho zapallo; choclo, sí, y si hay choclos, ya son dos choclos y se parten en tres. Luego, veo cuántas presas y cuántos somos, somos seis, seis y el Nicolás que yo lo cuento también, que es el niño que cuido yo, siete presas y ahí se cocina. Y si me quedo corta, pienso ya, a ver qué hago, qué es lo que hay: tallarines; veo si tengo que comprar la carne y la salsa; ya, ¿y qué le pongo arriba?, de repente miro así; no hay huevos para todos, entonces, decido el que quiere huevo, come huevo; y el que no, no. Les pregunto ¿van a querer huevito? Ah y hoy día, por ejemplo, habían lentejas y mi hermano no come lentejas, así que tuve que comprar chuletas y le hicimos arroz con chuletas, ensalada de repollo con tomate; y mi hijo igual no come lentejas, dos chuletas y caro sale, porque salió 1.200 pesos de chuletas, pero todos comen.” (Alicia, 41 años).

Las mujeres entrevistadas fueron enfáticas en advertirnos que una de sus preocupaciones constantes es estar creando y buscando nuevas alternativas de preparaciones que permitan diversidad y agrado para sus comensales familiares. Parte de su trabajo como ya mencionamos brevemente es no solo cocinar para nutrir, sino cocinar rico, distinto, novedoso, lo que es visualizado muchas veces como un trabajo constante para ellas ya que siempre necesitan ir renovando sus menús. Porque si bien la cocina es una práctica rutinaria en el quehacer, la exigencia o demanda, es decir, lo que se espera es que a la hora del comer esto no sea siempre “lo mismo”.

“Nos pregunta, oye pucha, que hago de almuerzo, que te gustaría comer, o que te parece si esto para la once, en fin. Generalmente es un tema de conversación, casi todos los días es igual, que, qué hago, qué te gusta. Bueno uno se deja llevar, porque, porque... como se acostumbra a ingerir todos los alimentos en la casa, finalmente uno todo encuentra rico, así que lo que haga es bueno, así que no hay grandes dificultades con respecto a los alimentos con los niños, con los niños es un poco más difícil, porque tú sabes que, uno como es más entrado en edad le gustan los caldos, las sopas. Y a los niños no, a los niños, le gusta lo seco. Pero mi mujer no se hace problemas con respecto a eso, porque cuando hace comida que

no le gusta a los niños, hace dos comidas y no se calienta el mate, generalmente ella hace a gusto de lo que comemos.” (Nibaldo, 50 años).

Una de las estrategias que se presenta en el relato de Nibaldo es que su mujer establece un doble menú, uno para los y las niños/as y otro para él. Es lo que sucede con frecuencia en muchos de los hogares visitados, donde se localiza comidas para cada uno de los comensales, posibilitando con ello, darles en el “gusto a todos”. Pero nuevamente esto pone en funcionamiento una habilidad y debilidad de las mujeres, recurrir a una sectorialización de preparaciones de acuerdo a las personas y que así no se pierdan alimentos, pero también a una mayor dedicación que no establece un plato único de encuentro, sino un conjunto de múltiples preparaciones culinarias y que por lo mismo requiere de más tiempo en dicha función.

Lo anterior, coloca una dificultad porque la innovación siempre es de mayor complejidad o problemática con recursos monetarios escasos, como es lo que se presenta en este determinado grupo social. La alimentación en Chile es uno de los ítems caros de la vida diaria. Por eso el considerarlas como “magas” apunta a entender que las mujeres deben hacer trucos, buscar estrategias, a veces literalmente hacer milagros para compatibilizar entre alimentar y que les guste a quienes son y serán alimentados. Ahora bien, la preocupación de dar en el gusto a todos muchas veces va generando que quienes decidan qué y por qué comer, no se realice en función de lo “saludable” o de conocimientos competentes. El sabor es el principal marcador y determinante en lo que se basan tales decisiones a lo que le sigue el criterio económico: el dinero. Acá los niños/as han logrado alcanzar lugares importantes de disposición, convirtiéndose en los nuevos porteros alimenticios (seleccionadores y decidores de los platos semanales que consumen las familias), generando pautas impositivas de qué comer, lo que claramente tendrá consecuencias importantes y que podemos relacionar con temas de obesidad que hoy existen: 23% de los niños menores de 6 años de edad poseen sobrepeso-obesidad en Chile (JUNJI 2012).

Así, entonces, los relatos a continuación muestran efectivamente la capacidad creativa de estas mujeres frente a los obstáculos económicos y cómo ello no es una imposibilidad radical para diseñar e implementar soluciones en lo alimenticio.

“me dice mi hijo, ay, la Alicia es maga dice, la Alicia es maga dice, porque le digo yo, porque sí, porque de la nada, haces comida” [...] “De repente para la once, no que hay que echarle, lo que haya y si no hay, digo yo, voy hacerme un sándwich de cebolla (...). Lavo bien la cebolla, la pico así en rodajas, las pongo ahí, me dicen Alicia, ¡tan pobres estamos, pero te quedan ricos los sándwich de cebolla!” (Alicia, 41 años).

“Y cuando mi marido a veces no teníamos para hacer, póngale los porotos a veces los quería hacer con tallarines. Tenía harina, mojaba la harina con huevo, la estiraba y la cortaba... Y hacía los tallarines.” (Margarita, 54 años).

De los extractos presentados se desprende que esta magia en la cocina significa la capacidad de emplear distintas estrategias en forma creativa no solamente para satisfacer las necesidades de los comensales, sino también para sortear las dificultades económicas y la falta de comida.

Además de la magia, las virtudes de las dueñas de casa se expresan en otros atributos, que construyen como significados o representaciones equivalentes de lo que una buena mujer=cocinera=madre debe poseer y poner en juego en la alimentación, como se mencionan a continuación.

Presentación de las comidas

Al revestir tanta importancia para las dueñas de casa el que les guste la comida que preparan a sus comensales puede explicar por qué esta cualidad, la presentación, adquiere una notoriedad y relevancia, pues parece asociarse a la idea popular “la comida entra por la mirada”.

“Aunque sea una sopa pelada con huevo y una papa, pero que tenga un sabor rico. Por ejemplo, para mí una cazuela que quede con todas sus verduritas al dente, por ejemplo, el poroto verde que quede verdecito; la zanahoria, naranjita y la sopa clarita, eso... para mí es una rica cazuela, entiende, no como una cazuela así como mazamorriente con el poroto amarillo, no es lo mismo, porque a la vista no es lo

mismo, para mí por lo menos. Y además, que ya como que estoy más acostumbrada a cocinar cosas más ricas, lo trato de servir lo mejor posible para que uno los vea y... y... le den ganas de comérselo.” (María, 38 años).

Preparar, servir los platos requiere una dedicación, un cuidado que está dirigido a quien se entrega. El vínculo cocina-cariño se refuerza en esta esfera.

“Y me gusta hacer las cosas con cariño. Yo le digo, cuál es la receta: el amor. Digo, todas las cosas las puedes llegar y hacer, digo yo, llegar y tirar las cosas a la olla es fácil, pero uno le pone más dedicación, por ejemplo picar la zanahorita según cómo haga la comida, si es estofado, la zanahoria en redondo; si es cazuela, la zanahoria larga. Todo va según los diferentes tipos de comida.” (Alicia, 41 años).

El corte de las verduras, la apariencia apetitosa de los diferentes ingredientes que componen el plato, se resumen en una gran receta, en palabras de Alicia, en el amor. Servir la comida ya no es la acción de proporcionar a otro una simple preparación, sino más bien, la cocina se constituye en un lenguaje que materializa la propia entrega de la mujer que se desempeña como dueña de casa en su cuidado y afecto.

Sazón o buena mano

Es un atributo de las dueñas de casa, de “las buenas cocineras”. Aparece como la capacidad de utilizar aliños en la preparación de los alimentos, pero una suerte de aliño o modo de cocinar que le imprime un sello particular a las comidas, un muy buen sabor, un gusto o placer que produce a quienes prueban o consumen aquello cocinado. Una entrevistada refiriéndose a su suegra como poseedora de estas cualidades, dice:

“Tiene buena mano, es una persona del sur, tiene buena mano en la cocina, cocina súper rico, todo le queda sabroso, ella hace sopa de pan, hasta la sopa de pan le queda rica.” (Matilde, 54 años).

Esta sazón o buena mano está asociada al gusto por la cocina, al interés por adquirir o desarrollar un saber que es particular, porque no se aprende fácilmente, no se adquiere en un curso ni realizando estudios de gastronomía. Se trata de una capacidad interior, de una habilidad personal que debe cultivarse, que tiene que ver con el gusto, “viene de adentro”.

“me encanta cocinar a mí, siempre me ha gustado, y me gusta investigar, y me gusta aprender. Así aprendí a cocinar, yo creo que va más por el lado que a uno le guste, porque a lo mejor algunas personas saben hacer muchas cosas. Incluso yo he sabido de mujeres que estudian para chef y después no lo ejercen porque no les gusta cocinar. O sea les llama la atención no más, pero no es una cosa de gusto de, de adentro, o sea yo creo que para cocinar, y para que todas las cosas, aunque uno eche un caldo con unas papas y que quede rico yo creo que uno tiene que tener el gusto por la cocina y... el sazón. Yo creo que eso es lo más importante, porque hay gente que yo he conocido que sabe cocinar y no tiene sazón, que puede hacer mil platos, pero el sazón no es rico. El sazón es el gusto de la comida, el sabor, eso es para mí ese es el sazón, el sabor de la comida y que quede, que uno la pruebe y que diga ‘ah, que rico’.” (María, 38 años).

Por las variantes del vocablo saber, en este punto es relevante revisar el origen etimológico de la palabra sabio, que proviene del latín *sapīdus*, que en sus inicios califica lo que tiene sabor, es sabroso, y que es formante del verbo *sabēre*, que significa tener buen gusto y a la vez saber, tener sensibilidad, buen juicio y sensatez para juzgar las cosas. En este sentido, es curioso como “la sazón” o “la buena mano” para nuestras entrevistadas condensa ambas acepciones, que en último término refieren a una sabiduría, un conocimiento profundo de la cocina y del hogar, que se vislumbra en una marca, una impronta que un plato adquiere debido a la buena mano de la cocinera. De esta forma, “la sazón” se constituye en una característica que acuña, marca y diferencia las preparaciones, pero también a las personas que las llevan a cabo, otorgándoles identidad y prestigio.

Esta suerte de don, a propósito justamente de su valor en la constitución identitaria de las mujeres que lo poseen, les da más sentido de vida a ellas mismas que se consagran a ser dueñas de casa y a alimentar a los otros, centrando su quehacer y por tanto su experticia en este ámbito. Es importante reconocer que quienes tienen “esa buena mano”, son valoradas otorgándoseles un dominio específico.

Limpieza

En el discurso de los y las entrevistadas aparece otro rasgo que es propio de las “buenas cocineras” y por tanto de las “buenas” dueñas de casa y que en términos muy simples alude a la elaboración de los alimentos con un alto cuidado en la higiene. Se trata

de una preocupación de las mujeres que puede manifestarse como una experticia, una habilidad, pero también una respuesta a un imperativo, que se asume como criterio básico para el desarrollo de las funciones y prácticas alimentarias.

“Yo, por ejemplo, yo voy a algún lado y que, por ejemplo yo veo un pelo en un plato, yo no como, no me gusta. Y si viene gente trato de atender lo mejor posible, que revisar bien las cosas aunque uno lava con igual con cloro todo eso, pero igual, aquí que hay perro, hay pelos por todos lados, soy bien preocupada de esas cosas, o sea la limpieza y mire las manos, mire las uñitas cortitas, cocinera linda, esta señora cocina.” (Alicia, 41 años).

Las palabras de Alicia nos indican que la limpieza va más allá de la cocina, es desinfectar el espacio, el lugar, así como también tener un cierto cuidado personal, por ejemplo, las manos, las uñas, el cabello, cuyo desmedro puede afectar la calidad de las preparaciones culinarias.

Ahora bien, cabe destacar que la limpieza para las y los participantes pareciera tener un sentido más profundo como cualidad femenina, pues pudiera leerse como si aludiera a una cierta forma de dar cuenta de una pureza, y que se hace presente en el siguiente extracto, en particular cuando Nibaldo nos explica que su mujer *“es extremadamente limpia para hacer sus cosas”*.

“debe ser porque... por costumbre de ver como se manipulan los alimentos, o sea yo en mi casa, mi mujer pero es extremadamente limpia para hacer sus cosas, o sea todo, todo una higiene total para hacer los alimentos. Y será que uno se acostumbra a eso y como en otras partes no lo ve igual, no consumo alimentos en ni una parte, o sea no, nada, nada. Ella cocina y bueno, acostumbrada a los hábitos de su madre, su madre la acostumbró siempre a ser limpia y todas esas cosas con los alimentos” (Nibaldo, 50 años).

Lo anterior puede estar relacionado con una frase de expresión popular “pobres, pero limpios”, que connota una cierta conciencia de clase y dignidad, en la que la limpieza se instaure como un valor entre otros a mantener y respetar, pese a las dificultades económicas. Así, este atributo se convierte en un valor social para este sector, que les otorga dignidad, pues si bien no poseen dinero ello no implica su cercanía a lo sucio. Frente

a ello colocan a la limpieza como un referente inamovible. “Pobres, pero limpios” es justamente un imperativo que da cuenta de lo anterior.

En los resultados presentados es claro cómo las tareas asociadas a la cocina se inscriben en las funciones que deben hacer o desempeñar las mujeres al interior del hogar. Adquiere relieve la equivalencia entre mujer, dueña de casa y cocinera que se desprende de las palabras de nuestros/as participantes.

“no soy la mamá abnegada en la cocina. Cuando les cocino, les cocino lo que sé cocinar, pero se cocina bien y les gusta. Pero no soy la mujer típica dueña de casa que busca una revista y y diga hagamos pancito amasado hoy día y mañana hagamos que sé yo, asado, no en mi casa, no.” (Patricia, 45 años).

Es clave todo el manejo, responsabilidad y habilidades que implica ya que además de cuidar, preparar comida y alimentar, este gran rol conlleva hacer manejos presupuestarios, diversidad y variedad en los platos y preparaciones, administración de estrategias, conocimientos de gustos de acuerdo a edades, sexo, etc. Deben tener buena mano en un marco y contexto de limpieza e higiene. Y, adicionalmente, se presenta un mandato que observamos nítidamente en las palabras de Patricia: les debe gustar, deben disfrutar de su labor. De esta manera, podemos aventurar a pensar que si el hogar y la cocina, como nos dice Marcela Lagarde (1990), se constituye en un sitio de cautiverio de las mujeres, éste debieran percibirlo como un cautiverio feliz.

Ahora bien, existen cambios, por cuánto hay hombres que, como veremos, progresivamente se incorporan o toman mayor parte de las acciones y decisiones en el espacio doméstico. Sin embargo, en particular, respecto de la comida existe un fuerte y marcado arraigo a la relación que se establece entre las mujeres y su vinculación al espacio de la cocina, que aún no desanuda núcleos profundo de desigualdad en cuanto a las responsabilidades y trabajos asociados.

Una segunda mirada a la información hasta aquí presentada, considerando aportes de distintas fuentes disciplinares, nos permite entender la complejidad que conlleva el rol de la mujer definido en este contexto.

Como se ha visto, las mujeres son responsables tanto de proporcionar una variada alimentación, como del bienestar emocional de sus familias, en lo que construyen como hogar en un escenario de precariedad donde es prioritario que sus seres queridos no tengan o no pasen hambre. El mandato pareciera resumirse en la expresión de mantenerles la “guatita llena y el corazón contento”.

Estas representaciones hablan de un lugar concebido como natural, que se desprenden o se constituyen en una prologación, sin duda, de los procesos de cuidado y alimentación que entregan las mujeres a sus hijos/as luego del nacimiento y durante la lactancia. Esta función de cuidado cardinal en los primeros momentos de vida, instala en el ser humano que es acunado la posibilidad de un desarrollo psíquico que se ancla en una necesidad biológica vital, como lo es la satisfacción del hambre. Freud (1901-1905) nos enseña que desde el acto del mamar y del chupeteo, este primer vínculo engendra un autoerotismo originario, fundante de las relaciones entre el ser, el propio cuerpo, el objeto, el otro, la necesidad, la demanda y el deseo. Desde este momento fundante, el ser que es cuidado y nutrido requiere que alguien realice tales funciones de una manera tan radical que no admite interrogantes respecto de las valoraciones culturales que puedan estar imbricadas. El Otro, en este sentido quien desempeña la función materna, es indisociable de la posibilidad de existir, más aún en entornos caracterizados por dificultades socio-económicas. De allí que se vuelve “tan natural” y necesario el lugar de la mujer en tanto madre y alimentadora¹¹.

¹¹ Este rol tan necesario y fundamental pareciera dar lugar a la posibilidad de esbozar un paralelo con los planetamientos de Marvin Harris, respecto de “bueno o malo para comer”. Debido a que las personas, por el contexto de precariedad en que se encuentran, necesitan que alguien se encargue de preparar alimentos que los sacien, se hace casi imposible pensar o representarse que puedan desempeñar otro tipo de funciones en ese espacio social.

Esta imbricada relación entre lo femenino y lo materno configuraría una identidad particular para las mujeres de sectores de escasos recursos de la Región Metropolitana, que podría contribuir a explicar la alta tasa de embarazos adolescentes que se presenta justamente en comunas como aquellas de las que proceden las entrevistadas, como por ejemplo, la Pintana, La Granja, San Ramón, Lo Espejo y Puente Alto, que a su vez, cuentan con un alto índice de pobreza, tal como se presenta en el siguiente recuadro:

Tabla N° 4. Porcentaje de embarazos en adolescentes comunas urbanas Región Metropolitana, según índice de pobreza, 2010

COMUNA	Índice de Pobreza (%)	Total Nacidos Vivos	Madres menores de 15 años	%	Madres 15 a 19 años	%	Total madres adolescentes	% total de madres adolescentes
La Pintana	30	3.615	27	0,7%	754	20,9%	781	21,6%
La Granja	25,9	2.036	4	0,2%	360	17,7%	364	17,9%
San Ramón	24,8	1.613	6	0,4%	326	20,2%	332	20,6%
Renca	19,1	2.267	10	0,4%	422	18,6%	432	19,1%
Quilicura	18,2	3.370	11	0,3%	470	13,9%	481	14,3%
Cerro Navia	18,1	2.113	10	0,5%	431	20,4%	441	20,9%
Huechuraba	17,8	1.695	6	0,4%	220	13,0%	226	13,3%
Pudahuel	17	3.608	13	0,4%	567	15,7%	580	16,1%
San Bernardo	15,7	5.128	17	0,3%	865	16,9%	882	17,2%
Lo Espejo	15,7	1.739	11	0,6%	359	20,6%	370	21,3%
Macul	15,4	1.536	5	0,3%	190	12,4%	195	12,7%
Puente Alto	13,6	8.747	36	0,4%	1.426	16,3%	1462	16,7%
San Joaquín	13,5	1.243	3	0,2%	189	15,2%	192	15,4%
La Cisterna	13,5	1.140	3	0,3%	161	14,1%	164	14,4%
El Bosque	13,2	2.758	13	0,5%	513	18,6%	526	19,1%
Lo Prado	13	1.627	5	0,3%	265	16,3%	270	16,6%
P.Aguirre Cerda	12,8	1.600	9	0,6%	284	17,8%	293	18,3%
Conchalí	11,4	1.974	4	0,2%	301	15,2%	305	15,5%
Recoleta	10,1	2.450	14	0,6%	376	15,3%	390	15,9%
Peñalolen	10,1	4.039	18	0,4%	655	16,2%	673	16,7%
La Florida	9,8	5.115	19	0,4%	628	12,3%	647	12,6%
Estación central	9,2	1.804	5	0,3%	236	13,1%	241	13,4%
Independencia	8,7	1.190	2	0,2%	136	11,4%	138	11,6%
Santiago	7,4	4.409	9	0,2%	292	6,6%	301	6,8%
Cerrillos	7,4	1.173	7	0,6%	175	14,9%	182	15,5%
Quinta Normal	6,4	1.605	5	0,3%	197	12,3%	202	12,6%
Maipú	5,6	7.418	26	0,4%	990	13,3%	1016	13,7%
San Miguel	4,6	1.234	3	0,2%	109	8,8%	112	9,1%
Barnechea	4,3	1.306	4	0,3%	95	7,3%	99	7,6%
Ñuñoa	2,7	2.338	2	0,1%	111	4,7%	113	4,8%
Vitacura	1,9	1.219	0	0,0%	17	1,4%	17	1,4%
La Reina	1,8	936	1	0,1%	74	7,9%	75	8,0%
Las Condes	1,1	3.627	1	0,0%	85	2,3%	86	2,4%
Providencia	0	1.714	0	0,0%	34	2,0%	34	2,0%

Fuente: Ministerio de Salud (2013, p. 31). En gris se marcan las comunas de procedencia de la muestra.

Lo anterior revive los planteamientos de autoras como Ortner (1972) respecto de la relación de las mujeres a la naturaleza y de los hombres a la cultura; y de Barbieri (1991) respecto de los ámbitos de acción femeninos. Por una parte, la función “natural” de satisfacer el hambre obtura otras posibilidades de ser de las mujeres, de forma que es impensable la idea de contar con “un cuarto propio” (Woolf, 1929), considerado como un espacio personal de creatividad y desarrollo. Por el contrario, ellas son toda la casa, su presencia ejerciendo la función materna (tengan hijos o no) constituye el hogar.

Por otra parte, las mujeres quedan subordinadas en la distribución de poder, respecto de los hombres que ejercen como proveedores e incluso cuando ellas mismas son jefas de hogar deben responder de igual manera a las mismas exigencias de su rol de mujer-madre-esposa.

Hombres en el espacio doméstico

Este acápite tiene por objetivo recoger de manera sintética aquellas las expresiones que sitúan a los hombres respecto de las funciones asumidas y/o desempeñadas en el interior del hogar. En lo que informan los/as entrevistados/as es posible establecer una suerte de jerarquización en la distribución de roles que puede verse modificada según la composición del grupo familiar. Cuando se trata de hogares en los que existe una pareja (hombre-mujer) residiendo con familia extendida (sus padres e hijos/as) suele ser la pareja la que se organiza y decide respecto de la alimentación y asignación de labores al resto de los integrantes del grupo familiar.

Un factor determinante de la posición ocupada al interior del hogar se relaciona con el aporte económico a la subsistencia del grupo, así como el tiempo en la relación de convivencia establecida al interior de núcleo familiar, como también la edad que se posee, de forma que si el hombre trabaja y es el principal proveedor, tendrá más atribuciones e injerencias sobre las decisiones o más bien exigencias que se solicitan para la casa y su bienestar.

El relato de un entrevistado es muy claro en ilustrar este fenómeno que él mismo califica como machista:

“En mi casa tienen un pensamiento machista, porque, por ejemplo, mi mamá no nos dice a nosotros los hijos varones lo que tenemos que hacer. Yo creo que se guía por mi papá, porque mi papá igual es machista, nunca tanto, al extremo, pero tiene sus cosas, él dice las que son de hombres no más y que no las van a entender las mujeres, porque son cosas de hombres y es así como tiene que ser. Un hombre debe ir sobre las mujeres, no sentirse menos que una mujer. Y eso lleva a ciertas actitudes o cosas que hace que la mujer sea un poquito menor que el hombre, pero es más que nada un pensamiento de uno nomás, porque al final son iguales, solamente que se es hombre o se es mujer... Por ejemplo, cuando mi mamá manda a mi hermana a lavar la loza y cosas así, no nos manda a nosotros. O también por los permisos para salir, para los hombres está bien, porque es para cuidar a la mujer, pero mi hermana no tiene tantos permisos como nosotros, ni tanta libertad como nosotros que podemos hacer y deshacer.” (Pedro, 18 años).

Es posible apreciar que “el hombre de la casa” determina lo que corresponde a las cosas de varones y también aquellas que son propias de las mujeres. En esto es claro que los varones gozan de una mayor libertad y rango, en especial aquellos que se construyen y definen como proveedores principales. Su poder se legitima en función de la dependencia económica de parte del resto de los y las integrantes del hogar. Claramente lo económico, es decir el agente que porta y aporte el salario sigue estructurándose como baluarte protagónico del dominio y poder en las familias.

“me preguntan y yo digo a ver ya tengo ganas de comer purecito ya y ahí digo, ya hace puré. Y le digo hace esto o esto otro, ya hace esto: puré con pollo al jugo o algo así y ahí lo hacen. Mi esposa me consulta a mí, es que yo tengo más monedas, aporto con más dinero, por eso.” (David, 29 años).

La dueña de casa actúa según esa distribución y solo “manda” y distribuye las administraciones del hogar, las que por lo general son derivadas a las hijas enviándolas a la cocina, a lavar la loza y a ejecutar las tareas domésticas, que son pensadas y específicas de lo femenino.

“y yo era la mujer, mi mamá en ese aspecto era como bien... a mi hermano nunca le enseñó, era como bien así... no sé cómo llamarlo, pero era machista en el fondo

o sea para el hombre, el hombre era hombre para ella y no tenía que hacer nada en la casa.” (María, 38 años).

En este sentido, Marcelo expresa la siguiente explicación, desde su propia perspectiva:

“trabajo, me esfuerzo para tener algo, para andar bien. Visto a mi hijo, de repente a mi señora le regalo sus cosas, son cosas para uno, que uno hace por su familia. Ahora, no porque un hombre pueda hacer hartas cosas no significa que, un hombre hoy en día no hace el aseo.” (Marcelo, 29 años).

Otro ejemplo de lo anterior está en el caso de una de las participantes, Andrea, que como hemos referido, es una mujer joven que vive con su pareja en la casa de sus suegros. La madre de su pololo no pasa mucho tiempo en la casa, de modo que es el hombre (el suegro) quien asume la decisión acerca de los comestibles que se comprarán y lo que se preparará de almuerzo:

“Sí, porque, claro, no es como en las otras casas que es la señora la que decide que es lo que se hace al almuerzo. No, él dice lo que se hace de comida. Él, por ejemplo, dice vamos hacer hoy día arroz con chuletas o arroz con pollo, él solamente decide, no es la señora en este caso, lo que pasa es que sale harto, entonces él es como el dueño de casa en realidad, yo por ejemplo me encargo de hacer todo el aseo en la casa y cuando está ella cocina, yo hago todo lo que tenga que ver con el aseo, pero ella es solamente la que cocina.” (Andrea, 18 años).

No obstante lo anterior, del resto de las tareas de la casa, quien se encarga es nuestra entrevistada. Observamos que la vinculación al espacio doméstico sigue una línea marcadamente tradicional que refiere a las prescripciones internalizadas acerca del género y de lo que deben hacer ambos sexos. En consecuencia, el rol masculino está asociado a trabajar y sustentar económicamente a la familia, así como a comprar vestuario y regalos, pero el ejercicio de esa función no implica que deba hacer tareas como el aseo, a menos que esté sin trabajo, en cuyo caso, si es la mujer la proveedora, en particular la madre, ellos deben contribuir haciendo algo:

“Ahora mismo yo estaba sin trabajo en la casa, no iba a esperar que mi mamá llegara del trabajo e hiciera el aseo. Si estaba yo, y qué iba hacer todo el día, no iba a estar echado sin hacer nada.” (Marcelo, 29 años).

La ostentación del poder entre los hombres al interior del hogar disminuye cuando llegan a una edad avanzada y dejan de ser proveedores. En este sentido los ciclos vitales son determinantes en las posiciones de dominio y poder que los sujetos gozan al interior de los hogares. En el caso de los hombres jubilados, se verifica su ingreso moderado en las tareas domésticas, pero que se presenta como una suerte de concesión que se hace desde las mujeres. Lo que podemos evidenciar en el siguiente extracto.

“Le digo, ¿papá, hoy cocina usted? Ya me dice. Él tiene 74 años, estaba allá afuerita, sentadito en la plaza, uno de cabecita blanca, así, de bigote. Por mí que no hiciera nada, pero hay que dejarlo no más.” (Alicia, 41 años).

Dado lo expuesto es posible visualizar cómo lo femenino y lo masculino, en las tareas domésticas y, particularmente, en lo que concierne a la alimentación se organiza en una jerarquía en la que se distribuye el poder de acuerdo al género y la edad. Así también nos permite caracterizar y comprender aún más el dominio de la cocina como espacio físico y social que tienen las mujeres, puesto que las labores en que sí se incorporan los hombres mayoritariamente se refieren a la preparación de comidas, pero como hemos también constatado no de manera cotidiana-rutinaria, sino festiva y ocasional.

Los varones participan de las preparaciones culinarias asumiéndolas como la realización de una ayuda que expresa primordialmente una consideración y cuidado hacia la mujer, lo que emerge en casi la totalidad de nuestros entrevistados, adquiriendo leves matices según las edades que tienen.

De esta forma, en el caso de aquellos que son parte de una pareja joven, es visualizado como una forma de compartir la carga laboral, al comprobar la sobredemanda que hay para las mujeres.

“sí, me gustaba cocinar para atenderla, porque a veces llegaba cansada, en ese sentido no era machista, no... a veces cocinaba yo, porque la veía cansada, es porque trabajábamos los dos y no porque ella era mujer tenía que cocinar, si no que yo trataba de ayudarla; a lo mejor, a veces torpemente pero trataba de ayudarla.” (Claudio, 33 años).

Para hombres mayores, cocinar es una actividad propia de eventos o celebraciones como sucede y hemos descrito en la realización de asados o en vacaciones. Aunque algunos en particular hayan aprendido a elaborar otros platos, por lo general no los realizan habitualmente a menos que por algún motivo circunstancial no haya una mujer que pueda asumir el “darles de comer” frase que ya posee un tono de exigencia. A los hombres debe otorgárseles el alimento listo, preparado, expectativa sostenida por todo un entramado cultural asentado en las variables de género y generación.

“Ayudo bastante, sí, me gusta cocinar. Eh... es más, si no está mi esposa en la casa yo puedo cocinar, todos los días. No lo hago habitualmente porque está ella, uno es un animal de costumbre, digamos, pero de verme en la necesidad de hacerlo, yo no tengo ningún problema, yo sé hacer de todo. O sea, habitualmente ayudo y... bueno cuando estamos de vacaciones de repente cocino yo, porque ellos salen a pasear y cosas así. Sé hacer de todo, me manejo en la cocina también, no tengo problemas. Y para los asados, los eventos, esas cosas ayudo bastante, soy más o menos, por decir algo, el chef. Yo hago, organizo las carnes y todas esas cosas, mi mujer las ensaladas y todas esas cosas.” (Nibaldo, 50 años).

“Pero nunca tuve la oportunidad de aprender a cocinar, lo que si puedo hacer fuego, tirar un pedazo de carne a la parrilla. Pero nada más eh... comidas en el sentido de hacer una cazuela, una cazuela de vacuno o de ave, no sé hacer, he visto, pero no sé hacer.” (Luis, 58 años).

En este sentido, aparece como relevante constatar que para el caso de las mujeres su papel es entendido como un deber o una obligación propia de su género, siendo determinante para la construcción de su identidad como dueñas de casa, en cambio para los varones ejercer alguna labor doméstica se expone como una opción voluntaria, considerada como ayuda a las mujeres de la casa. Esto es coincidente con los datos presentados por el PNUD 2010 que establece que el 78% de las mujeres realiza las labores del hogar de manera exclusiva y que los hombres se presentan como “colaboradores”. Por lo cual el ingreso de éstos a dichos espacios y tareas se produce no de manera cotidiana sino intermamente, identificándose como instancias de apoyo en casos determinados cuando las mujeres de la casa no pueden ejercer su actividad de dueñas de casa o en sus periodos de cesantía. Esto remarca una diferencia clara entre los géneros, si para las mujeres es una labor cotidiana, su trabajo, para los varones estar en la casa aún no posee la valoración ni

consideración de diligencia obligatoria o responsabilidad, ni menos ser pensada y considerada como un faena pertinente y adecuada para su sexo.

Transmisión-aprendizaje del saber culinario

Como último punto de lo comprendido por este capítulo, se ha querido indagar en cómo las personas de este grupo social adquieren los conocimientos referidos a las preparaciones y técnicas culinarias. Es decir, brevemente daremos cuenta de cómo y qué cosas han aprendido en relación a lo alimenticio, desde quienes y cuándo, identificando un proceso de adquisición de una determinada tradición y saber.

Otras mujeres, referentes de lo femenino y la buena cocina.

La transmisión del saber culinario generalmente es efectuada por una figura femenina y en el caso de las mujeres, no sólo concierne a las recetas de comida, sino también a lo que refiere a los mandatos de género, es decir, a lo que se supone debe ser y hacer una mujer. De esta forma, el espacio de la cocina es un lugar fundamental donde se transmite secretos de productos, sasones, etc, pero también de cómo debe ser una buena mujer (Franch, 2008).

“yo aprendí desde niñita, a los 9 años yo ya cocinaba ya, sí, porque mi mamá siempre me inculcó que la mujer tenía que atender... y porque uno es mujer y que toda la vida... tiene que saber como de todo, y para defenderse en la vida y todo y eso y la pura y santa verdad, porque la mujer, en todos lados tiene que andar como número 1, o sea, para mi parecer, su casa si usted no la maneja, no anda... Es lo mismo que en el papel, en el rol de la vida de la mujer porque encuentro bueno, hay mujeres que son distintas que no les gusta lo que es cocina, no les gustan los niños, no les gusta nada, nada de lo que corresponda a una mujer, digamos, para mi manera de pensar.” (María, 38 años).

“Y mi mamá siempre me enseñó eso y ella me enseñaba a cocinar. Lo primero que cociné, me acuerdo fue arroz.” (María, 38 años).

“a mí me enseñó mi abuelita, mi mamá trabajaba, así que mi abuelita nos crió, somos cuatro hermanos, yo soy la menor. Y a las mujeres ella nos enseñó a planchar, a cocinar, a coser, a pegar botones, nos enseñó de todo, a hacer porotos pelados: ella los ponía, así, en un tarro y ella calentaba el agua y nos hacía meter

las manos y refregar los porotos y después cuando quedaban, con un paño de saco le pasábamos a los porotos. Pero ella siempre estuvo ahí, enseñándonos a cocinar, cocinaba rico.” (Alicia, 41 años).

Estos saberes son entregados en un proceso de transmisión que, en muchos casos, ocurre en momentos tempranos de la vida debido a una necesidad que impone tanto a las madres o cuidadoras como a las niñas, donde formarlas y aprender la mantención de los hogares se torna vital. De esta manera se reproduce prematuramente el rol mujer=dueña de casa.

“Sí, porque yo tenía ocho años cuando mi mamá se separó y mi hermana mayor nueve y el mayor once y los otros todos eran chicos... Y mi mamá tuvo que salir a trabajar y por obligación todas tuvimos que aprender a cocinar.” (Matilde, 54 años).

“es que yo era la única niña y tenía que hacer la comida para mis hermanos porque mi mamá trabajaba.” (Ana, 51 años).

“la mamá le enseñó a ella y cuando yo la conocí, ella ya sabía cocinar, la mamá le enseñó.” (David, 29 años).

Es importante hacer presente que las entrevistadas señalan su ingreso a la cocina desde pequeñas, como una necesidad que surge ante el trabajo de sus propias madres en hogares donde hay varios hermanos pequeños a los que hay que cuidar y, por cierto, alimentar. De esta forma, cocinar es algo que hay que hacer en un nivel muy básico necesariamente para subsistir, independientemente que sea parte de un proceso social más amplio.

La enseñanza-aprendizaje de los conocimientos ligados a la cocina, como dan cuenta las citas, es desde una figura femenina (madre, abuela, cuidadora directa) enseña a cocinar y con ello, transmite representaciones acerca de lo femenino y masculino. En la medida que las mujeres crecen y se mueven hacia otros espacios aparecen nuevas figuras también femeninas, que en el terreno familiar se asocia principalmente a las “suegras” y que inauguran otro momento de enseñanza, en el que ellas se “vuelven mujeres” y se preparan para formar un hogar independiente. Así, entonces, el conocimiento culinario es un valor para las propias mujeres, no es algo de lo cual se pueda prescindir.

Ciertamente, cuando la figura que enseña es la suegra, hay una cierta tensión. La nuera tiene un nuevo lugar en la familia que se subordina al que ocupa la madre de familia y/o dueña de casa. Esta última, portadora de mayor jerarquía, saber y experiencia debido al propio manejo de su historia familiar, en un contexto bien delimitado, es quien probará a la joven, le enseñará a cocinar y le explicará ciertos trucos para hacer rendir la comida y saciar el hambre de los miembros de la familia a la que ahora pertenece.

“yo no sabía hacer queque, a mi me gustaba hacer queque; mi suegra me enseñó, ella me dio la receta así no más y ella pensó que no me iba a quedar y llegué aquí y hice el queque y ahora ella me manda a mí a hacer los queques.” (Alicia, 41 años).

“La... suegra de mi cuñado, porque tenemos mucha comunicación con ellos. Entonces ella me... me enseña hartito, porque sus hijas, como se llama, sus hijas tienen guagüita igual chica, o sea de 2, de 3 años y... ellas las cuida, porque ellas empezaron a trabajar y ella las empezó a cuidar. Ella me dice lo que le puedo hacer, por ejemplo, me empezó a decir que para que yo no gastara tanta plata en el Nam, que empezara a mezclarle las leches, así que empecé a mezclarle la Purita con el Nam.” (Andrea, 18 años).

“Por ejemplo de repente mi suegra me dice: hace estofado, yo le digo, ya, cómo se hace para acordarme, y me acuerdo y lo hago. O charquicán, puede ser, pero eso... Legumbres igual sé cocinar, como una vez a la semana, de repente, pero hay veces que no se cocina en la semana.” (Andrea, 18 años).

Como hemos visto, el aprendizaje del saber acerca de las comidas es una suerte de mandato u obligación que atañe a las mujeres, quienes aprenden o deben aprender a cocinar “de todo” desde temprana edad. Sin embargo, se constata que en su mayoría no incorporan entre sus “especialidades” aquellas comidas que no les agradan para sí.

“hay comidas que a mi no me gustan y no las aprendo, pero voy a tener que aprenderlo, a mi marido le gustan las albóndigas, a mi no me gustan, pero no he hecho ni el intento de aprender tampoco, porque si ahí aprendo, me va a decir ¿por qué no me haces albóndigas?” (Alicia, 41 años).

En el caso de aquellas mujeres que se desempeñan como asesoras del hogar o cocineras, ingresan a “espacios privados” ajenos donde las empleadoras también les enseñan nuevas formas de cocinar. Acá hay un traspaso interclase, y esto se presenta como

una posibilidad desde ambos grupos de conocer y vincularse adquiriendo gustos por medio de preparaciones incorporadas desde otras identidades sociales.

“Eh... y después empecé a trabajar con una señora como bien gourmet para cocinar y de ella aprendí lo del tomate. Yo de ella aprendí mucho, mucho, mucho, ella me enseñó muchas cosas y es la práctica más que nada, porque ella hacía mucho evento, mucha cena, recibía mucha gente y entonces ahí yo como tenía el gusto por cocinar, las ganas de aprender, entonces aprendí más rápido.” (María, 38 años).

“yo aprendí a hacer lasaña de berenjenas, pero porque me enseñaron.” (Elisa, 28 años).

La transmisión del saber culinario no sólo es entre mujeres (intragénero), sino también de mujeres a hombres. Por lo general, ellos aprenden a hacer comidas que les permitan desenvolverse en el caso de estar solos, con hambre y, en consecuencia, verse en la obligación de cocinar.

“Porque uno en el tiempo igual va a tener que saber cocinar para cuando uno ya sea independiente más que nada, porque ahora uno vuelve a tener a sus padres, aunque sea mayor de edad, igual está dependiendo de sus padres, en base a la alimentación. Por eso igual me gustaría aprender para el día de mañana si no están ellos, poder estar bien.” (Pedro, 18 años).

“Así es que aprendí, de hambre no me muero si vivo solo.” (Claudio, 33 años).

Esto aparece tanto en los hombres jóvenes como en el caso de los mayores, inclusive cuando sus parejas trabajan. Frente a ello, es algo que no realizan a gusto. Tal es el caso del siguiente entrevistado.

“Estaba aprendiendo a cocinar arroz pero... Eh... Como dos veces, después ya no lo hice. Tengo que estar preguntando cuánta agua es la que se le echa, tanto, primero se granea después se le echa el agua, ya, pero como no soy muy adicto a la cocina, no le hago mucho, pero cocinar un plato de tallarines lo hago cuando tengo demasiada hambre. Ahí lo hago, pero comúnmente mi pareja deja todo listo, llegar y calentarlo.” (Luis, 58 años).

Esto está relacionado con lo “tradicional” que puede ser la constitución de la familia de origen lo que va a determinar cuánto van a aprender los hombres respecto de la cocina. Esta transmisión posee una función de que el hombre adquiriera conocimientos básicos en

torno a preparaciones, en casos muy específicos, para salir del paso, para “no morir de hambre”, por cuanto su instrucción será totalmente diferente ya que se focaliza no en una mantención de un núcleo familiar sino de una subsistencia personal en situaciones muy precisas y determinadas. Su alimentación no introduce ingredientes de enseñanza de un mandato ni menos el imperativo de posibilitar la reproducción en el sentido de bienestar. Ellos cocinan por necesidad o por gusto.

“Yo soy hijo de, de una cocinera, no de casa digamos, ella fue cocinera, mi mamá y mi papá cocineros para una industria por años. Eh... vi bastante, se lo que es la cocina, ayudé también, después me casé y la mamá de mi esposa también era cocinera, tenía un casino, también ayudé bastante, entonces es como que ahí aprendí. Y aparte que me gusta, o sea, no me enferma picar cebolla, pelar papas esas cosas las hago, lo hago, pero no para hacerlo todos los días, o sea si me veo en la necesidad de que tengo que hacerlo, sí lo hago, pero no habitualmente como que yo lo tengo que hacer hoy día, no.” (Nibaldo, 50 años).

“sé hacer cazuela, arroz, de todo, que sea todo lo básico; arroz, fideos, cazuela, estofado, ¿qué más? porotos, legumbres, de todas las legumbres, sé igual asar, pollo asado, al horno, al limón, a la sal, sé hacer hartas cosas.” (Guillermo, 48 años).

Además, en el caso de los varones el aprendizaje está mediado también por los mandatos o formulaciones que transmiten otros hombres en el entorno social más cercano sobre lo que hace o debe hacer un hombre como tal, explícita o tácitamente.

“En el sentido de aprender a cocinar, eh... Eh... Mi papá hacía pavo de campo que le llamamos, que era harina con cebollita, eso era, en la unidad popular nosotros lo comíamos mucho eso, mi papá lo preparaba mucho... Me hubiera gustado saber ese secreto y no lo aprendí, porque a lo mejor no fui muy... Muy apegado de aprender esas cosas si no que aprendí más a manejar los fierros [...] Porque mi papá siempre me dijo, los fierros hijo, los fierros, los fierros te van a dar el pan de la alimentación. Te tienen que gustar los fierros de los autos, todo eso, entonces siempre estuve apegado a eso.” (Luis, 58 años).

Como vemos en la cita anterior los objetos de conocimiento y los aspectos valorados en el aprendizaje sobre la alimentación obedecen a la adquisición de normas, el desarrollo de mandatos que orientan respecto al deber ser social encarnado en el género.

Modos de transmisión del saber culinario

Corresponde a las verbalizaciones de los/as participantes que señalan cómo han aprendido a cocinar, en específico, refiere a las estrategias más o menos conscientes utilizadas para hacer este traspaso de saber, donde el contacto presencial y directo tendrá mayor relevancia. De esta forma, las indicaciones orales son el modo de enseñanza predominante, pues la mayoría de los hombres y mujeres indica que su madre o un familiar les ha dicho o explicado cómo elaborar un plato.

“No, está todo en el disco duro. [...] Si, de repente me dicen, ¿sabes hacer brazo de reina? Sí, ya anota le digo; seis huevos, seis cucharadas de harina y empiezo así, ¿seis cucharadas de harina?, seis cucharadas de harina, le digo yo, ¿tan poquito? ¿Y tanto que cunde? Sí, porque lo que aumenta es el huevo y lleva almíbar de pelo, que es más difícil hacerlo.” (Alicia, 41 años).

Tal como evidencia el extracto presentado esta modalidad de transmisión de los conocimientos acerca de la cocina es replicado por los/as receptores, quienes en consecuencia, en lo cotidiano, no recurrirán a la escritura de las recetas de cocina ni para enseñar o aprender, ni tampoco para cocinarlas posteriormente.

“Por ejemplo, yo me sé muchas recetas de memoria, o sea yo no tengo que estar viendo en libros para hacer un plato de comida.” (María, 38 años).

“Yo no hago comida así por receta. Me dan recetas y yo las preparo... y se me quedan, nunca más se me olvidan.” (Matilde, 54 años).

El discurso, el relato, la palabra por una parte, sumados a la memoria o la capacidad para retener y aplicar tienen sentido en la medida que no todos/as saben leer y escribir. Ese es el caso específico de Matilde, que si bien cuenta con algunos cursos de escolarización básica, no cuenta con la posibilidad de leer, por lo que sus habilidades se enfocan en escuchar y hacer las recetas y preparaciones según observa a otra persona hacerlo.

“Lo que no sé cocinar son las berenjenas... Eso no sé cocinar... Nunca lo vi... A nadie vi cocinar berenjenas a nadie. Cuando vea por ahí a alguna persona, me voy

a fijar. Porque dicen que son tan ricas, pero yo nunca las he comido.” (Margarita, 54 años).

No obstante, esta otra modalidad de adquisición de conocimientos acerca de la cocina, que se da observando cómo otros/as elaboran preparaciones culinarias, es cotidiana para nuestros/as informantes. En el caso de los hombres se da por el acceso que tienen a la cocina, por el tiempo y espacio que comparten con sus madres mientras ellas los cuidan.

“no yo no le hago (a la cocina)... no sé tanto, un poquito no más... fideos... eso no más, nada más, aprendí imitando no más, cuando están haciendo comida, uno mira y ahí aprende.” (David, 28 años).

“con mi mami, de chiquitito que siempre que fui apegado a ella, y siempre pasaba apegado a ella, y ahí yo aprendí solito, como ella hacía las comidas, ahí yo aprendí solo, mirándola.” (Juan, 29 años).

Los signos de aprendizaje descritos refieren al seguimiento de modelos, figuras femeninas en general que muestran una forma de implementar el saber culinario, las representaciones acerca de la comida y las valoraciones que hay en la familia sobre de los gustos. No obstante, existe una modalidad menos frecuente y que se da en casos que tienen una especial vocación por la cocina. Aparece en personas que son permeadas con conocimientos o saberes desde otras instancias o conjuntos sociales. Esto es especialmente evidente en el caso de una de las entrevistadas que se desempeña como asesora del hogar y trabaja en eventos asociados a banquetería.

“eh... eh..., y lo que no sé, lo saco de libros de cocina o... averiguo por Internet, como le decía cuando no sé algo. Por ejemplo hace poco averigüé que lo que es el cuscús, digamos... yo lo he comido y lo he ofrecido, pero sin saber lo que era, entonces yo dije: ya voy a averiguar que lo que es el cuscús. Y es un simple... es como... un arroz de trigo, es como una sémola de trigo, o sea de maíz que diga, no de trigo, de maíz, de harina de maíz, no es nada más que eso. Se echa a cocer en agua, un caldo, para darle el sabor que uno quiera un caldo de pollo o caldo de carne o agua con sal, y eso. Por ejemplo eso, pero... yo así aprendí a cocinar, más, más digamos, porque aparte que tomé otro camino, o sea tomé un camino de la cocina, porque yo hago eventos también, entonces es necesario ir aprendiendo, ir informándose de cosas que uno no sabe.” (María, 38 años).

Los modos de transmisión y direccionalidad en cuanto a quién se enseña y traspasa el saber sobre la preparación de los alimentos y la cocina en general, muestra una bifurcación

que concierne a la distribución de las tareas en el espacio doméstico definida por el sistema sexo-género. Esto hace posible trazar una distinción respecto de lo esperado para hombres y mujeres en este grupo social.

Es de interés que emerge desde los/as participantes, en sus propias palabras, cuando nos hablan de la cocina, cómo la acción de comer pasa a constituirse en un hecho social ya sea por las valoraciones que se le confieren al alimento como por la organización del mundo doméstico. En este sentido, el discurso porta los códigos sociales que traslucen normas, mandatos y deseos. Como nos dice Judith Butler (2009), la autoridad narrativa del "yo" de cada uno/a de los/as entrevistados/as debe y cede paso a la perspectiva y la temporalidad de un conjunto de normas que refutan la singularidad de sus historias. Esos trozos de sus relatos de vidas, esas escenas de sus rutinas diarias tienen una estructura narrativa que da cuenta de seres que son parte de un mundo social. En otras palabras, nuestros/as participantes nos hablan desde, con y en sus códigos de la alimentación y en ello traslucen la construcción de su identidad social, generica y generacional.

En este capítulo es claro, entonces, cómo la reiteración de actos, tanto corporales como discursivos, en este caso referidos a la alimentación, dan lugar a normas y creencias sobre las identidades de género. Las cualidades y atributos definidos para las mujeres emergen de la repetición de su dominio y su quehacer en el espacio doméstico, en específico de la cocina. Son las dueñas de casa, también madres y esposas, ellas tienen la sazón. Los hombres, proveedores, colaboran, ayudan y mandan si cumplen los requisitos que la masculinidad señala. Así, se establece lo que se espera de los sujetos femeninos y masculinos, según como hemos dicho en función de su edad y el poder que ostentan al interior del hogar.

En el caso de las mujeres se observa que su rol se asocia al cuidado de las personas, en específico de niños/as connotados como hijos/as y de los ancianos/as (abuelos/as, tatas), pero también de sus parejas o esposos, al cautelar que ninguno de ellos pase hambre con ingenio dadas las precariedades económicas. El reparto de las labores se resuelve en una lógica binaria que estructura las tareas y responsabilidades en función del género, que se

caracteriza por la disponibilidad permanente del tiempo de las mujeres al servicio de la familia, que no se limita a la preocupación y bienestar de su pareja, sino al conjunto de la red familiar, que conlleva distintas dimensiones: material, moral o de socialización de normas y valores por una parte; y de la afectiva, que se concreta en la preocupación por los otros y la entrega de cariño y amor (Martín, 2008) donde la comida se presenta desde una posición prioritaria.

Al observar en detalle la forma de transmisión del saber culinario entre las mujeres, que ocurre desde niñas, se evidencia que lo que se espera de lo femenino es primero el aprendizaje crucial del hacerse cargo de los otros, lo que se practica cuidando y alimentando a sus hermanos. Así sin ser aún mujeres propiamente tales se convierten en madres-esposas, cuya responsabilidad es la nutrición corporal y emocional de sus seres queridos, lo que luego es transversal a todo el ciclo vital posterior.

De esta forma, estas mujeres y también los hombres no sólo están contruidos culturalmente, sino que en cierto sentido se construyen a sí mismos realizando, o en palabras de Butler, actuando el género, que es en definitiva, repetir un conjunto de actos intencionales y apropiativos, más o menos conscientes, la adquisición gradual de ciertas destrezas, un proyecto que asume un estilo y una significación corporales establecidos de acuerdo a las valoraciones que por género hace su clase social. La cocina y la alimentación es claramente un lugar privilegiado para la performática del género.

CAPÍTULO III

Significados acerca de la comida, cuerpo y salud

Tal como lo plantea Foucault (citado en Scott, 1992), el discurso no es un mero lenguaje o un texto, sino que está constituido por una estructura histórica y social específica de enunciados, términos, categorías y creencias. Nuestros/as entrevistados/as presentan un discurso sobre la alimentación y el comer, nutrido de significados acerca de la salud y que moldean sus repectivas construcciones sobre los cuerpos otorgándoles una sexuación en relación a normas específicas de consumo alimenticio, vale decir, de reglas específicas, de aquello que deben y no comer tanto mujeres como hombres, e incluso niños/as.

Un primer componente de esta intertextualidad ha aparecido en el capítulo anterior, manifestado como la responsabilidad de las mujeres de cautelar con su magia que los recursos alcancen para que en su hogar no se pase hambre. Este elemento está significado como el aspecto más primordial y refiere a tener qué comer.

“que no entiendo eso, para qué le voy a mentir, diciéndole que siempre uno se ha preocupado, si no se ha preocupado por comer algo que tenga menos grasa, nada, uno come chicharrones igual, no se preocupa mucho por la alimentación, como le he dicho, teniendo algo para comer uno, es feliz igual.” (Juan, 29 años).

Pareciera, entonces, que en el contexto de precariedad que pueden experimentar los y las participantes, la reflexión en torno a lo saludable o no de las comidas no es prioritaria. La alimentación está orientada, especialmente en el caso de los hombres, a obtener energías para trabajar:

“yo como no más... sí, yo como no más. Fruta también, a veces ensaladas... para tener fuerzas para trabajar también, hay que levantarse bien.” (David, 29 años).

Es por ello que en términos explícitos, la idea de alimentación saludable no aparece en forma espontánea en el discurso de las personas en esta investigación. Esta conceptualización se despliega sólo una vez que es introducida como pregunta y sus significados se expanden en torno a lo *bueno* y *malo para comer*, definido como sano o no

sano. Acá podemos pesquisar una cierta coincidencia con el discurso elaborado por el MINSAL respecto a cuáles son los alimentos considerados “saludables”; también aparecen los *propios saberes y sabores acerca de lo bueno y malo para comer*, en los que se evidencian elaboraciones personales respecto de las cualidades o malos efectos que puede tener el consumo de ciertos alimentos y las eventuales precauciones a la hora de ingerirlos, en particular modificados por la aparición de enfermedades; *atribuciones acerca de lo que comen hombres y mujeres*; y finalmente, el *lugar protagónico que adquieren los niños y niñas* en la determinación y/o renovación de las pautas alimentarias, según veremos más detalladamente.

De lo bueno y malo para comer: significados de un imaginario

Los y las participantes nos muestran que poseen claras construcciones, con propios términos y referencias acerca de lo saludable, a momentos más, otras veces menos permeados por el saber médico. En este contexto, surge la ya mencionada idea de alimentarse en base a una diversidad de platos, que inscribe la valoración del comer saludablemente desde una mirada amplia, pensada en el acceso a una variabilidad de productos, es decir, no centrada en una alimentación homogénea, ni sostenida en un tipo específico de consumo, vinculado a un solo producto especialmente adecuado por sus propiedades nutricionales (por ejemplo, proteínas).

“comer bien es comer de todo, plátano, ensalada, todo eso, fruta, tomo leche también, eso es comer bien, comer buenas comidas. No voy a estar comiendo todos los días fideos.” (David, 29 años).

Además de esta posibilidad de organizar y consumir un menú heterogéneo, para este grupo, se asigna una especial valoración a la inclusión de las verduras acompañadas de carnes blancas y magras como parte del cuidado de los cuerpos y frecuentemente relacionado con “lo saludable”. Es evidente como esta concepción contiene aspectos del discurso nutricional, pues habla del privilegio de ciertos elementos con propiedades específicas, como es lo que sucede en relación a las carnes blancas por sobre las rojas.

“Yo creo que ensaladas... y pollo... Suave así como bistec con ensaladas... algo más sólido, digo yo. El pescado también, pescado y fruta, con harta fruta.” (Héctor, 55 años).

Este saber ilustra conocimientos de una clasificación cuyo origen proviene de la gastronomía, en función de la coloración de la carne en su estado crudo, según lo cual la diferencia que marca el color estaría dada por el mayor contenido de mioglobina en las carnes rojas. El principal contraste nutricional es que las carnes blancas presentan un menor contenido de grasas saturadas y colesterol, elementos que serían perjudiciales, principalmente, para la salud cardíaca (Sociedad Chilena de Cardiología y Cirugía Cardiovascular, 2014).

Un entrevistado hace énfasis en la importancia de ingerir los alimentos “en sus horas”. Así, apreciamos que comer en ciertos horarios también es un mandato importante adquirido desde el discurso biomédico. Tener momentos relativamente determinados de consumo e ingesta, da cuenta de un orden y estructura y establece un cierto resguardo.

“Ensalada, eh... una alimentación saludable son ensaladas yo encuentro... de comer bien es eso, las comidas a su hora, como están destinadas, eso es a lo que yo llamo comida saludable... no, no es andar así comiendo a cada rato. La fruta [...] eso es saludable.” (Claudio, 33 años).

Evidentemente en lo saludable aparecen las frutas y verduras como protágónicas, sin embargo, en las entrevistas las personas expresan que en la alimentación cotidiana las comidas referidas como saludables no son consideradas habitualmente, por diversas razones. Una de ellas estriba en que en la familia, la persona que ostenta el poder adquisitivo y/o la facultad de determinar qué se comerá, prefiere las carnes rojas. Andrea nos dirá que debe adaptarse al sistema culinario del grupo familiar de su pareja, en el que predomina el consumo de carnes rojas y se da poco espacio a las verduras y pescados.

“Fruta, verdura, agua, eso no se come nunca aquí. Pescado, a mí me gusta harto, pero... como mi suegro es bueno para las carnes, acá no les gustan mucho los pescados, así que el pescado no se come mucho. Pero yo intento de comer hartas verduras, y como no me gusta tanto la carne, estaba acostumbrada a comer puras verduras, intento seguir más o menos lo que comía en mí casa” (Andrea, 18 años).

Por otra parte, Alicia nos explica otras razones que se arguyen para optar por otras alternativas alimentarias, que tienen que ver con que las verduras y ensaladas en general no les sacian el hambre, así como también implicarían, acorde a la percepción que poseen, un gasto adicional significativo:

“...saludable es un plato vegetariano con atún, huevito duro; yo quedaría bien, pero los demás no quedan bien. Yo lo haría aquí, yo un tiempo lo hice cuando trabajaba en el casino, ahí aprendí yo, o sea los platos vegetarianos, que le poníamos varios tipos de ensaladas, vinagre y yo les traía para acá de repente las muestras. Me decían ‘ay qué rico’. Sí, les decía yo. Y lo hicimos hartoo tiempo acá. Pero ya después no alcanzaba. Es que eso es por ejemplo, uno compra un tarro de atún y no alcanza para todos, un tarro de atún, habría que comprar dos, y eso son ya como 2000 aquí, como mil y tanto vale un tarro; y en el supermercado... uno va al supermercado y no se acuerda de traer esas cosas.” (Alicia, 41 años).

Así como existen alimentos saludables o buenos para comer que intentan ser incorporados en los hábitos más cotidianos, también existirá otra manera de cuidado y salud, la que presenta una estrategia contraria, es decir, excluyendo tipos de comidas específicas. Para los y las participantes es mala para la salud, dañina para el organismo, la comida que definen como chatarra, es decir preparaciones basadas fundamentalmente en productos fritos.

“las papas fritas no son para mí, no es comida saludable, mucho aceite.” (Marcelo, 29 años).

“y me compraba dos sopaipillas todos los días y por eso el doctor me dijo que tratara de no comer muchas comidas chatarras porque me hacía mal,... y por eso ahora, de repente el día sábado me como un completo, pero antes era todo los días.” (Miguel 19 años).

Los relatos de Miguel en la cita anterior y de Juan en el extracto siguiente, nos hablan de un punto intermedio en el continuo de salud enfermedad. Son ejemplificadores en señalar cómo para los entrevistados hay una diferenciación entre la comida frita que se prepara en la casa respecto de la que se adquiere elaborada fuera del hogar.

“yo creo que más verduras ¿o no? Verduras sería la alimentación más saludable, verduras, vegetales; no tanto cosas chatarras como papas fritas cosas así, frituras eso hace un poco normal yo pienso, la comida más chatarra es como mala

alimentación y la comida más saludable es la que cocina uno... Puede ser... sí, es que no conozco mucho los dos términos.” (Juan, 29 años).

Esta distinción implica que, en cuanto a las preparaciones fritas cocinadas en el hogar, es posible tener reguardos referidos a la calidad y el número de veces que se ocupa el aceite, relevando así un tema que para este grupo es central, tal como lo es la limpieza en su relación con lo sano.

Las bebidas gaseosas, como se presenta en una de las citas a continuación, son incluidas en el campo de lo no saludable, como opuesto a las verduras y frutas, específicamente en contrapunto al jugo natural.

“Es necesario consumir líquidos y cuánto ¿usted no sabe?, las gaseosas si hacen mal o bien, porque en la casa siempre todos los días, la bebida está, todos los días no puede faltar la Coca Cola, entonces yo creo que igual es malo... o bueno no sé. O a veces los jugos naturales, a ver, la fruta a veces se echa a perder y uno en vez de hacer jugos naturales consume bebida. Entonces, en eso yo creo que estamos fallando...” (Claudio, 33 años).

Es patente como la bebida se torna en producto cotidiano, esto es que está todos los días en la mesa y es considerado algo que no puede faltar, posee una dimensión ambigua, pues se sabe que no es sano, de hecho se define como “algo que hace mal” y/o que “engorda”, pero se tiene en la mesa, al tiempo que es un muy deseado y disfrutado por los comensales. Esto le otorga un estatuto equivalente al que tiene para ellos y ellas la comida chatarra, que si bien se considera algo no sano para el organismo, de todas maneras es algo posiblemente recurrente y deseado en las mesas.

“Incluso en mi casa se tomaba agua, no se tomaba bebida, porque a mi mamá no le gustaba que tomáramos bebidas en la casa, decía que engordaba mucho y todo, entonces no tomábamos bebidas. Y llegué acá y me puse pero tan buena para tomar bebida que yo creo que por eso tengo la guata que tengo, no es por un embarazo (ríe). Así que estoy acostumbrada a la bebida y no me gusta la bebida light.” (Andrea, 18 años).

Lo hasta aquí expuesto evidencia que este grupo social tiene conocimientos del ámbito nutricional respecto de las ventajas de consumir ciertos alimentos y las desventajas de otros. Lo particular, como hemos visto, es que no necesariamente los siguen, ya sea por

su percepción de costo, por la importancia que confieren a la saciedad y a lo apetitoso o rico considerado por el núcleo familiar.

No obstante, existen otros significados acerca de la alimentación saludable que confieren riqueza y densidad al saber propio de las personas participantes en este estudio, saber que se compone de precauciones que se utilizarían en lo cotidiano para el cuidado del cuerpo y atribuciones respecto de la alimentación (dieta) de hombres y mujeres.

De los propios saberes y sabores acerca de lo bueno y malo para comer

Los/as entrevistados/as toman ciertas medidas o precauciones respecto del uso o no de ciertos alimentos y preparaciones, al considerar que producen un bienestar, “hacen bien”, tienen un efecto favorable o protegen a sus organismos de un malestar. Estos cuidados se sostienen en ideas que no necesariamente tienen base explícita en algún tipo de conocimiento científico, sino más bien se fundan en ciertas atribuciones hechas sobre los alimentos desde el “saber popular”, que por lo general son adquiridas por transmisión familiar.

Es así que hay una serie alimentos y preparaciones que son significados por parte de este grupo, como parte de un repertorio o imaginario acerca de lo saludable. En este contexto, aparece la leche como un producto especial que higieniza el cuerpo, instalando una suerte de continuidad o conexión entre lo sano y lo limpio.

“los pulmones, eso cuando uno fuma, eso lo limpia la leche, que uno cuando fuma se le quedan la resina del cigarro; uno sabe que le hace mal, pero uno igual fuma, entonces, te tomas un vasito de leche, quedas bien, es bueno para el que fuma, uno se da cuenta de inmediato que le limpia, te limpia el cuerpo, la gente que toma leche va al baño, bota todo lo malo ahí, es bueno hacer eso.” (Marcelo, 29 años).

Estos resultados son interesantes en lo que refiere a cómo se traspasan nociones de cuidados del cuerpo para la atención de niños/as y cómo el conocimiento médico ha permeado en el saber popular a lo largo del tiempo. Gunter Seelmann (2005) nos dice en sus apuntes sobre la historia de la pediatría, que en los años 30 era frecuente y de gran

relevancia el empleo de leches y alimentos curativos en el tratamiento de las infecciones gastrointestinales. Asimismo, estas ideas acerca de las propiedades desintoxicantes de este alimento coinciden con conocimiento del registro biomédico, dada su aplicación o uso ante la ingesta de químicos como el cloro y otros corrosivos (Paris & Ríos, 2001).

De esta manera, en el repertorio de productos alimenticios, observamos que hay algunos que tienen la propiedad de sanar, limpiar y cuidar al cuerpo, por lo que son utilizados frecuentemente y cuyas propiedades positivas se conocen y transmiten de generación en generación. Otro de estos elementos al que se le atribuye cualidades “curativas” es el ajo.

“somos buenos para el ajo, el ajo es bueno para los pulmones, porque somos buenos para cigarro con mi señora, por eso comemos harto ajo...” (Juan, 29 años).

Esta concepción del ajo conjunta nuevamente el saber popular con el conocimiento médico. Al indagar, obtenemos que se trata del bulbo de la planta *Allium sativum L.*, de la familia Liliáceas, que es considerada una de las plantas más antiguas del mundo. El término *Allium* se atribuye al poeta latino Virgilio y derivaría de la voz celta *all* que significa caliente, picante; y de *seminativum* que significa semilla (Francés, 2012).

Este vegetal ha sido utilizado a través de los años como una medicina para la prevención de un amplio espectro de enfermedades. Así, ajo fresco o en preparaciones como suplementos se utilizan en la elaboración de múltiples medicamentos y que como tales poseen atributos curativos.

El ajo tiene propiedades asumidas por el propio sistema biomédico como apropiadas para regular desaveniencias referidas al corazón y al sistema sanguíneo. Por esto es recomendado para quienes tienen presión arterial alta, colesterol alto, enfermedades de las arterias coronarias del corazón o para prevenir ataques del corazón y el endurecimiento de las arterias (arterioesclerosis). También se emplea para evitar distintos tipos de cáncer y el tratamiento de diversas afecciones: hiperplasia benigna de la próstata, diabetes,

osteoartritis, rinitis alérgica, diarrea de viajero, la presión arterial alta en los últimos meses de embarazo (preeclampsia), los resfríos, y la influenza; infecciones bacterianas y de hongos (Natural Medicines Comprehensive Database, 2014; Francés, 2012). Dadas tales patrimonios positivos del ajo y su conocimiento a través del tiempo en distintas culturas, no es de extrañar que sea un elemento constituyente del sistema alimentario de quienes dialogaron en esta tesis. De allí también que la expresión “estar como el ajo” podría entenderse como una forma de manifestar que se padece de un malestar que requiere justamente del consumo de éste para revertir la situación desmejorada. Es interesante comprender que ciertos productos o alimentos se transforman en una especie de fármaco natural, profundizando el vínculo hoy tan en voga de alimento=remedio (Franch, 2008, 2010).

De la misma manera en que existen alimentos vegetales que por sus propiedades son buenos para comer, existen otros que por sus negativos o desagradables efectos son considerados malos para comer. Emerge, entonces, la idea basada en la existencia de verduras que producen una cierta molestia, como lo es el conocido caso del repollo, el cual produciría flatulencia, siendo por lo mismo evitado o bien, hervido para disminuir su secuela adversa en el organismo.

“Pero como el brócoli, como el apio, la lechuga, el repollo me hincha, me encanta pero me hincha y a todas las personas, las mujeres lo evitan, tratan de no, porque repite y se hincha, entonces no, no.” (Luis, 58 años).

Se constata que los alimentos a los que aludimos son verduras muy específicas como el repollo y el brócoli que provocan hinchazón. Este sería una incomodidad posiblemente más habitual en las mujeres y por tanto con un marcado acento en las construcciones de género. Lo anterior podría explicar como la publicidad y ciertas empresas retoman estas especificidades en cuento a fastidios alimenticios generando todo un mercado en base a productos que se encuentran destinados a mejorar tales malestares. Quizás el más emblemático de mencionar sea el caso del yogurt, en sus distintas versiones (*activia* o

next), que por cierto además son difundidos por las conocidas hermanas Bolocco¹² que legitiman que para un bienestar femenino, las mujeres deben consumir diariamente dicho yogurt. Esto consolida que marcos normativos y asociaciones, dan cuerpo y otorgan claros marcos para el establecimiento de divisiones simbólicas en torno a los sexos.

En ese sentido, se asume que los hombres además de comer más, beberían mucho más alcohol que las mujeres y serían ellos quienes deben evitar su consumo excesivo. De esta forma, el “cuidado al hígado” es mencionado por uno de los entrevistados, que deja de tomar alcohol por indicación médica. Esto señala un problema que surge nuevamente dentro de una estructura de género, pues se trata de un problema casi exclusivo de los hombres.

“El hígado que lo tenía malo, con alcohol, entonces ahí me lo vi porque la que me hizo el examen me dijo que si seguía tomando, me iba a dar una enfermedad al hígado y hasta ahí nomás iba a llegar... Y de ahí no he tomado más.” (Héctor, 55 años).

Otro tema que aparece en palabras de Luis, tiene relación con lo picante, que tendría un lugar de importancia en el consumo de los y las participantes, pero que de acuerdo a las ideas que nos reportan, en exceso también generaría incomodidad o daños corporales.

“Me gusta mucho la cebolla en escabeche, el ají no lo como mucho porque me cae mal.” (Luis, 58 años).

De ciertos productos específicos y aliños, los discursos de nuestros/as informantes transitan de preparaciones, esto es a recetas que tienen como fin moldear los alimentos para que tengan un efecto menos desagradable o nocivo y/o para potenciar sus cualidades

¹² CECILIA CAROLINA BOLOCCO FONCK (Santiago, 19 de mayo de 1965) es una diseñadora de modas chilena, quien ha ejercido como actriz, modelo y presentadora de televisión. Se hizo conocida por haber sido elegida Miss Universo en mayo de 1987. Cecilia Bolocco participó en múltiples programas en su país, Estados Unidos y México, destacando Viva el lunes y La noche de Cecilia. También incursionó en la actuación. Estuvo casada con el expresidente argentino Carlos Menem, de quien se divorció en 2007. DIANA CATALINA BOLOCCO FONCK (Santiago, 30 de julio de 1977) es una periodista y presentadora de televisión chilena. Fue nombrada Reina del XLVIII Festival Internacional de la Canción de Viña del Mar en febrero de 2007. Es uno de las principales animadoras de Canal 13 y rostro publicitario de varias marcas.

curativas. Estos saberes son parte del conocimiento, los dones que se desarrollan con la dedicación a la cocina es a lo que también se hizo alusión o fue descrito como la magia que tendrían ciertas mujeres, dueñas de casa, según lo ya explicado en el capítulo precedente.

Entonces, observamos que se menciona por parte de una de nuestras informantes, la cocción por separado de los alimentos, así como también de ciertos cuidados en la preparación del pino de las empanadas:

“Le echo a mis comidas o la cazuela, según la cazuela, la papa el zapallo... Eh... Fideos, según así, la persona de su casa, es la alimentación que uno hace, hay algunos que le echan muchas cosas y yo no, yo soy livianita, las cosas que hago porque, por el estómago que uno tiene, yo misma yo hago las cosas así, que la papa la cuezo aparte, el zapallo, entonces cuezo la carne o el pollo, o le echo la pulpa, los fideos... Nada más eso, eso es lo que... Las empanadas igual, la empanadas la cebollita, uno le echa, la pica la cebolla, yo la pico, la lavo, después la frío y le echo azúcar... Le echo azuquita, carne con todo eso y de ahí uno hace las empanadas y quedan ricas... Ve que de repente les cae mal a algunas personas la cebolla, les da la flatulenta, entonces con mis empanadas no, porque yo le echo azúcar a la cebolla, le echo un poquito de azúcar y de ahí ya con eso.” (Margarita, 54 años).

Se asigna también una cierta valoración a la limpieza, al hervir como operación para depurar-limpiar, pero también las sopas como “hervidos” tendrán una connotación positiva para los tratamientos restauradores. Como no recordar acá las propiedades ancestrales de los calditos recomponedores.

“que todo sea limpio, hervir las cosas, eso yo encuentro que es, su cazuela, su sopita.” (Marcelo, 29 años).

La importancia otorgada a las sopas de verduras puede rastrearse en investigaciones reportadas en la revista chilena de pediatría, que decantan las indicaciones y valoraciones respecto de la nutrición de un momento específico. El artículo del Dr. Francisco Mardones Restat¹³, publicado en 1948, sobre la sopa de verduras en la alimentación infantil señala:

¹³ FRANCISCO MARDONES RESTAT (1919-2009) Médico y Pediatra. En 1950 asumió la Dirección de la Unidad Sanitaria Santa Rosa, impulsando permanentemente la salud materno-infantil y la promoción de la salud a nivel comunitario. Al mismo tiempo estudiaba licenciatura en Salud Pública, en la Escuela de Salud Pública de la Universidad de Chile. Al crearse el Servicio Nacional de Salud, en 1952, asumió por concurso de antecedentes la Jefatura del Departamento de Fomento de la Salud, desde donde impulsó proyectos legislativos de enorme trascendencia en el área de la Protección Social de Madres y Niños. Entre esas

“La leche administrada en dosis óptimas satisface las necesidades del lactante en proteínas, en Ca, en P y riboflavina, pero deja un déficit energético, en algunos minerales, especialmente en fierro y probablemente en algunos de los llamados elementos menores, así como en las vitaminas C, D, B1 y ácido nicotínico. Siendo su contenido en vitamina A variable, puede satisfacer los requerimientos en ella solo en algunas épocas del año. Las verduras son fuentes no despreciables de fierro y sobre todo en elementos menores y de vitaminas A y C. Así, su consumo puede suplementar los aportes de la leche, de manera que consigue este conjunto satisfacer las necesidades alimenticias primordiales del lactante.” (p. 732).

Como es posible observar, el saber que tiene el grupo social que estudiamos aglutina y pone en ejercicio cotidianamente una serie de conocimientos que provienen tanto de la cultura popular como del mundo médico, otorgando una trayectoria que mixtura saberes. Este tipo de operación cognitiva, basada en la fusión de lógicas populares y científicas posee como vemos una larga data, sin estar necesariamente relacionados con una cierta “teoría” amplia o compleja o un relato especialmente articulado de aspectos que constituirían una alimentación saludable. Por cuanto, podemos afirmar que toda clase social posee conocimientos en cuanto a lo saludable y sano o como se ha constatado de aquello bueno o malo para comer, desmitificando que éste solo sea conocido por expertos/as.

Enfermedad: cuando los cuerpos requieren de otros cuidados y éstos operan en el resguardo de lo alimenticio

Cuando las personas son diagnosticadas con ciertas enfermedades comienzan otros tipos de resguardos, los que tendrán consecuencias claras con respecto a cambios en sus pautas alimentarias, que se determinarán desde lo médico mediante dietas restrictivas de ciertos alimentos.

“pero lo que pasa es que uno, a ver, igual somos chilenos, así que, así que todo comemos como a la rápida y comemos lo que hay no más. Yo creo que como que

iniciativas legales destacaron la expansión del financiamiento de Fondo de la leche con el 5% de la asignación familiar (1957); la extensión de la asignación familiar obrera (creada en 1953) al período prenatal (1956); y la prolongación del reposo maternal postnatal de 1,5 a 3 meses, para permitir el cuidado directo del hijo por su madre y facilitar la lactancia materna. Fue un impulsor muy importante para establecer el Programa Nacional de Alimentación Complementaria que aún permanece vigente (Hevia, 2009).

nadie se preocupa de que es saludable o no, hasta que uno se enferma, pero antes uno no sabe.” (Nibaldo, 50 años).

Así, entonces, los cuidados respecto del cuerpo parecieran acentuarse cuando se sospecha la existencia o ha sido diagnosticada una enfermedad. En ese sentido, la diabetes es uno de los padecimientos más asociados a la alimentación y al tipo de consumo alimenticio, siendo percibida como una afección que tiene ciertas características o síntomas específicos: incrementa los deseos de comer cosas dulces, se asocia a fatiga y a dolores de cabeza:

“Aunque lo dulce por ejemplo estoy haciendo una batalla campal, porque desde que tengo diabetes... parece como que ahora más me llaman más la atención las... cosas dulces, como que me da una ansiedad con las cosas dulces.” (María, 38 años).

“el otro día no almorcé en mi casa y me fui a juntar con unos amigos y... me bajé del auto y me dio como una fatiga y me dio escalofríos. Ya me ha dado como tres veces y la niña como sabe del tema, me dijo te bajó el azúcar. Me hago una herida me cuesta harto sanarme y tengo dolores de cabeza frecuentemente, entonces... creo que ando enfermo, esto no es normal y podría ser que es diabetes y todo eso, me dijeron que esos eran como los síntomas.” (Claudio, 33 años).

Por lo tanto, la diabetes es identificada como una enfermedad que amenaza la integridad corporal, al situar en el horizonte la posibilidad de amputaciones, y por lo mismo, requiere de acciones concretas por parte de quienes la padecen para el cuidado de la salud, la que prioritariamente se otorga a través de la alimentación o régimen. Esto es posible palparlo en las siguientes citas:

“Ya que tenía que saber vivir con esa enfermedad porque no se quitaba con nada, que solamente tenía que cuidarme con mi alimentación, que tenía que tener cuidado con los pies, porque por ahí después empezaban las amputaciones.” (Luis, 58 años).

La diabetes está presente en el campo de las representaciones en que convergen la alimentación y la salud, de manera que los/as participantes suelen tener alguna idea de qué síntomas son posibles señales de la enfermedad, esto da cuenta de una cierta permeabilidad con el saber médico. Este padecimiento se transforma en parte del repertorio de afecciones

corporales cercanas, conocidas por este grupo, dada las prevalencias de elevados índices de sobrepeso-obesidad que tienen. Siendo así, estas personas comienzan a manejar un conocimiento mayor de esta enfermedad próxima y no así de otras, dado que si no ellos mismos, un familiar, amigo/a u otra persona, definitivamente cercana, tiene alguna de estas enfermedades crónicas no transmisibles.

Así, existe una apropiación progresiva, por cercanía o proximidad, del discurso médico. No se trata que estas personas conozcan al detalle todo el relato biomédico, más bien se adueñan de éste de manera funcional, en particular de los elementos que visibilizan como necesarios para seguir viviendo. Por eso saben de diabetes, hipertensión y no así de otras aflicciones en términos de salud.

“Yo creo que mi suegro debe tener el colesterol alto porque come harta carne, pero no se ve en realidad, pero yo le digo que tiene que tener el colesterol alto, porque come demasiadas carnes rojas, entonces me dice “no si yo estoy acostumbrado y no me hace nada.” (Andrea, 18 años).

En este sentido, tal como lo evidencian los datos de la Encuesta Nacional de Salud (ENS, 2010) entre otros reportes sobre la materia, la diabetes es una enfermedad con una importante prevalencia en esta clase social, que se correlaciona con otras problemáticas como la obesidad y el sobrepeso, que también presentan altos índices en esta población. Dados los patrones alimenticios y el sistema de significados que hemos ido retratando en este estudio, sería posible plantear que este grupo poblacional poseerá enfermedades específicas, donde quizás la diabetes se consituye en una “enfermedad de clase”. Por tanto, los cuidados serán justamente cambiar tales patrones y canones de cultura alimentaria que incidirían en la aparición de dichas enfermedades.

En este contexto, se incorpora desde las nociones del deber ser, de lo que se supone que se “debería” comer. Lo saludable se asocia con un discurso proveniente del ámbito de lo médico-nutricional, es decir, de un conocimiento más experto, que se consolida para aquellos casos de hombres y mujeres en los cuales ya se tiene un mal diagnosticado.

“eh, eh... alimentación saludable para mí, por ser en la de emm, un desayuno, o como em, cuanto se llama emm un desayuno, un desayuno para mí es una leche descremada, le pongo pan integral, o puede ser uno, como puede ser medio, eh medio pan integral, eh, queso descremado, eh ese es desayuno, eh hasta la hora de las once de la mañana que me como una fruta, siempre como una fruta, eh a veces dos, eh después no almuerzo hasta el día, o sea como hasta las dos de la tarde, eh que antes nos daban el almuerzo en el trabajo, pero ahora lo quitaron, así que yo prefiero, antes que me descuenten, que yo llevo mi almuerzo de mi casa, tonce ¿qué es lo que yo llevo?, lo que puedo comer; de repente me echan un cucharón de eh, o dos cucharones de porotos con tallarines, eh ensalás en abundancia porque yo tengo que comer harta ensalás eh, se comprende lechuga o apio o tomate... eh, hasta la hora de las cuatro de la tarde que tengo que comer una colación, que es una fruta o un yogurt.” (Luis, 58 años).

La leche descremada, el pan integral y otros alimentos como el quesillo, se introducen en el campo de representaciones de lo sano, es decir, se comienzan a incorporar alimentos envasados, que en sus etiquetados contienen criterios que los definen como sin grasa, sin azúcar, integrales, de forma tal que hay un discurso publicitario que este sector comienza a integrar como parte en sus hábitos de alimentación.

“Entonces, trato... y aparte con la diabetes uno tiene... yo por lo menos tengo que bajar de peso, ya he logrado bajar varios kilos, pero tengo que seguir bajando... Compró galletas de agua light por ejemplo o a veces compró integral, pero las integrales como que... no, no compró mucho porque años atrás tuve como un año comiendo galletas integrales y me... me cansaron. Entonces ya no... trato... de a veces no más las como.” (María, 38 años).

Existirán otros cuidados que refieren a la disminución de la sal o su sustitución por una sal menos nociva en el caso de quienes padecen hipertensión:

“Esas pastillas me las tengo que tomar una al día para la presión. Porque por ejemplo si yo voy a la feria y hay mucho sol, se me sube la presión y me puedo desmayar y... incluso cuando estaba embarazada, se me subía la presión y me desmayaba en la feria, y trataba de no salir, incluso cuando ya me empezó a subir la presión... yo me había dado cuenta pero yo no sabía que era peligroso para mí eso, yo no había ido al consultorio a tomarme la presión y nada, sino que un día ya, me empecé a sentir mal y por ejemplo, me empezaron a picar las manos y yo fui al hospital y ahí me tomaron la presión y ahí se dieron cuenta que la tenía alta... antes yo era buena para la sal, entonces ahora, de repente no sé, por lo mío le pone a todas las comidas menos sal, por ejemplo no sé, cuando yo me hago ensalada y me siento a comer, echarle poquita sal, pero cuando como cosas para mí sola no le pongo sal, le pongo sal de otra marca que no me acuerdo.” (Andrea, 18 años).

Otra de las entrevistadas, Elisa, de 28 años, con diabetes, refiere un discurso similar respecto a la “alimentación saludable”, pero indica que no sigue esa dieta porque pasaría “muerta de hambre”. La incorporación de lo saludable propuesto por lo médico-nutricional posee un límite al no cumplir con el criterio de entregar una sensación de saciedad. Lo saludable, por ende, muchas veces se desecha porque para estas poblaciones se asume que comer sano es comer poco. Sería necesario, entonces, desmiticar esta creencia y es algo que que las políticas públicas deben aun seguir trabajando

En este punto curiosamente el mejor remedio para este tipo de enfermedades crónicas no transmisibles pasa por un cuidado en la propia alimentación. Los medicamentos para personas con tales condiciones físicas ocupan un lugar marginal en el imaginario del grupo estudiado, puesto que es más bien la relación entre alimentación, salud y cuidado del cuerpo, tal como anticipara Fischler (1995).

La gordura, antónimo de hermosura

Así, emerge una gran y marcada distinción a “la dieta” diferencial en cuanto a género, fuertemente relacionada a las prescripciones de los roles de hombres y mujeres. Una cita que ilustra esta idea es la siguiente:

“los hombres comen mucho más que las mujeres. Hombres, uno de repente también quisiera comer más pero por cuidar la línea, para no estar tan gorditas empieza a comer menos. Pero no... obviamente que hay harta diferencia, porque el hombre come mucho más.” (Andrea, 18 años).

Este apartado contiene comentarios que hicieron los/as entrevistados/as en torno a aspectos de la alimentación considerados característicos de hombres y mujeres. En este sentido, es consistente con los resultados obtenidos y hasta aquí presentados, que una línea divisoria esté demarcada por la tríada salud-belleza-delgadez, para el caso de las mujeres, mientras que para los hombres el significante en juego tendría que ver con la ingesta abundante para la energía.

“Sí. Yo pienso que las mujeres son más preocupadas, a lo mejor es por algo de estética, no sé, pero son más preocupadas que el hombre, el hombre come cualquier cosa no más, come lo que le den no más. La mujer no, se preocupa de separar una cosa de la otra, y aquí está la ensalada y a lo mejor se rige por un eh... por ser, hartas ensaladas, esto y lo otro. El hombre, de todo, así como que está, no organizado para sus cosas, como que come en cualquier momento eh... como que no se rige tampoco por un horario, come a cualquier hora, en la noche, en la tarde, como que no se preocupa mucho. La mujer como que tiene todo más... organizado. El hombre en la mañana algo, en la tarde y a lo mejor en la noche alguna cosa, el hombre no, como que es más desordenado para sus cosas.” (Pedro, 18 años).

“la mujer es muy dietética, siempre anda comiendo galletas, emm, integrales, eh cuatro galletitas, no puedo comer de esto, no puedo comer de esto otro, emm, no toma leche, no es comúnmente que tome leche... no come quesillo tampoco, sino que ellas se conforman con el café, yo me fijo en el colegio po’, estamos tomando café emm, nada de pan, siempre galletas con mermelada... come lo más mínimo, ah y le gusta mucho las paltas, la pasta de pavo, esa cuestión que preparan.” (Luis, 58 años).

Estos significados respecto a cómo es la alimentación de hombres y mujeres emerge inclusive en lo referido a madres y mujeres cercanas.

“arroz con vienesas, hamburguesas, ensalada de tomate, fideos con salsa y carnecita, poro... ayer hubo porotos, lentejas de todo... verduras, hartas verduras, mi mamá igual es preocupada del alimento, que no me gusta comer así, papas fritas, de repente una vez a las mil, porque uno le dice, porque igual es rico para uno. Ella no es de tanto eso, ella es de ensalada, tomatito hace sus platos más livianos.” (Marcelo, 29 años).

De esta forma, el cuidado del peso es otra de las cautelas que expresan tener de manera habitual dos entrevistados, un joven y una mujer, quienes son especialmente enfáticos al rechazar la gordura y por ello afirman preocuparse especialmente por la comida. La mujer, Patricia, reconoce la importante influencia de su trabajo (realización de masajes reductivos) con relación a sus clientas como algo que la obliga a preocuparse de no engordar.

“Todo súper medido. El arroz también, sí, el arroz me gusta mucho, y de arroz como una cucharada, o dos cucharadas, con ensaladas, es lo que me salgo de lo que es comida, pero lo que es pasta, eh... no la como, el puré tampoco lo como, eh... el pollo tampoco lo... por ejemplo con decirte que una vez fui al médico y no tenía tiempo de cocinar, llegué tarde y pasé a comprar un pollo a un supermercado, un pollo asado y con unas papas pre fritas... serví a mi familia,

todo, y cuando me serví yo, y una porción pequeña con ensalada y pollo, eh... no lo soporté, el olor de eso me provocó náuseas, y no pude comer... Ese olor a grasa a mí me produce náuseas. Yo evito por ejemplo, los patios de comida” (Patricia, 45 años).

Aquí se significa lo saludable marcado por los criterios de gordura/delgadez. Sin embargo, el ser delgada o tener un peso normal no significa necesariamente una alimentación saludable. La preocupación por el peso es una reducción y simplificación de algo más complejo en la noción de salud.

Otras mujeres expresan su cuidado del peso, disminuyendo el consumo del pan y en algunos casos (los menos) lo reemplazan por galletas o pan integral. Estos resultados corresponden a maneras modernas y sucedáneas afianzando un sistema más que de prohibición de alimentos, de reemplazo. Esta es la estrategia. No se come pan, se sustituye por otros productos, como galletas integrales.

“...intento comer una fruta o puede ser un vaso de leche, pero siempre como cosas... por ejemplo en las mañanas yo no como pan, yo solamente como el pan en la tarde y me como medio pan, o un pan a lo más.” (Andrea, 18 años).

El joven que expresa su rechazo a la gordura lo asocia a un desprecio por parte de “los otros” (incluido él mismo) o del entorno social a las personas que son gordas.

“ Yo, yo soy como de apariencia igual, no, no me gusta eh... no sé por lo menos no me gustan las personas gordas, como que yo las rechazo, pero es más que nada porque yo digo, que ellos mismos, porque engordaron porque empezaron a comer eh... cosas que no debían po, por eso mismo engordaron. Y uno no quiere ser gordo porque igual los discriminan y cosas así, y... no sé, uno se preocupa más de eso, de no engordar y de comer cosas igual cosas que no deba, aunque uno no sabe igual las cosas que, no sabe realmente las cosas que son apropiadas, lo que se debe comer día a día, pa estar bien. Pero uno se rige igual, por no... comer, yo... cosas que... uno cree que son dañinas, si que no... eso yo como que lo dejo de lado.” (Pedro, 18 años).

Lo particular de los cuidados para no engordar o del peso corporal, es que la persona considerada más sistemática en tales precauciones, es alguien que está en contacto permanente con personas de clase social alta, para quienes es muy importante el cuidado del cuerpo y la mantención de figuras esbeltas.

El cuidado del cuerpo es diferencial por tanto para hombres y mujeres asociados a un tipo de patrón estético actualmente imperante de belleza. Es decir, para la mujer ser bella es un mandato mayor que para los hombres y ese mandato contemporáneo está atravesado por la dicotomía delgadez/gordura. Se puede preferir a un hombre gordito, pero las exigencias para las mujeres son importantes y ahora no se puede o debe ser tan “gorda”. La alimentación por tanto es donde ellas pueden tener un cierto control y cuidado de sus cuerpos, pues se sabe que si comen menos o menos de ciertos productos sus organismos no tendrán estándares desproporcionados. Por eso la alimentación es un espacio que se percibe como de autoregulación.

No obstante, la idea de que las mujeres “se alimentan mejor” o “prefieren una alimentación más dietética”, para las entrevistadas en sus distintos relatos reconocen que muchas veces ellas mismas no logran llevar una buena alimentación.

Como se ha expresado en este capítulo, las participantes tienen la percepción que la delgadez no necesariamente es alimentarse aludablemente. Esta apreciación justamente muestra que el índice de masa corporal (IMC) no necesariamente refleja que las personas lleven una alimentación balanceada y nutritiva. De esta forma, observamos que poseer un cuerpo delgado no es seguridad de “lo saludable”, aun cuando mala alimentación y gordura sea una correlación adecuada.

El rechazo más evidente a la gordura sucede cuando las personas de este grupo poseen un contacto más explícito y recurrente con personas de otras clases, específicamente de la clase alta y por ende, mantiene relación con otros tipos de cuerpos. Vemos, entonces, cómo “los cuerpos” se construyen de significados que emanan desde el género y clase.

Los niños/as como sujetos y agentes en la alimentación

Por otra parte, los/as niños/as, a través de la influencia de las instituciones escolares (jardines infantiles, escuelas básicas), son quienes son permeados desde el exterior del

hogar con información médica respecto de aquello que es o no es saludable. Los siguientes extractos dan cuenta de ello:

“mi hijo...ahora llega a la casa diciendo igual que no le compre muchas cosas chatarra para la colación, como siempre le compro galletas o cosas así de colación Me dice ahora ‘Quiero más fruta’, quiere fruta, quiere comida más saludable... frutita, yogurt, por ejemplo...” (Juan, 29 años).

La relación de los/as niños/as con el contexto educativo, da pistas desde dónde se construye una oposición en términos de chatarra-saludable.

“Además que tienen que saber llevar la colación. Por ser el nieto del medio, un día tiene que llevar un sándwich con fruta, al otro día un sándwich con jugo, el día miércoles yogurt, entonces para él yo tengo una minuta en el colegio... la colación de la mañana, no le puedo mandar ni una galleta con chocolate, no puedo mandar nada que sea chatarra. Se lo requisan... Se lo entregan en la tarde, cuando salen... Entonces, para que él no se quede sin su colación sin nada, yo le mando galletas cuando él no quiere llevar pan le mando una galleta de soda.” (Matilde, 54 años).

Se suma otro proveedor del discurso saludable, las escuelas adquieren un rol protagónico, pues sus lineamientos efectivamente llegan de manera masiva a los y las niños/as.

Por otra parte, hay muchos niños/as que no quieren comer “comida saludable”, debido a que es el gusto de lo rico el factor determinante de lo que quieren ingerir y por lo tanto dichos niños/as adquieren el estatuto de agentes activos en las decisiones de qué se come o no mostrando la operacionalización de un posible cambio generacional. Antes las madres eran aquellas personas que decidían nuestra alimentación, ahora es algo que las propias madres deben negociar y en algunos casos ceder por completo “porque al niño/a no le gusta comer eso” o porque exige otro tipo de alimentación.

“se lo compra en el colegio y mi señora de repente lo compra en el supermercado porque yo le digo que no compre tanta comida chatarra lo que, que le busquemos eh manzanas, frutas, pero el niño no come fruta... Pero si usted me pregunta por mi hijo, mi hijo come pura comida chatarra y yo tengo choques con mi señora porque le digo yo: dale más cosas naturales al niño... (me dice) no, es que al niño no le gusta esto y esto otro, que es igual a mí que no toma esto que aaa.... Entrar en pelea...” (Luis, 58 años).

Estos resultados son interesantes porque muestran cómo posiblemente los y las niños/as son interlocutores/as y posibles agentes de cambio en cuanto a que las familias incorporen otros patrones alimenticios. Que los y las niños/as estén solicitando a padres-madres y abuelos/as comer más fruta o contribuyan en la determinación de las comidas, es un aspecto nuevo y que es considerado en las políticas públicas con la promulgación de leyes como la del Super 8 y el estudio nacional de educación física en el Sistema de Medición de la Calidad de la Educación (o prueba SIMCE) para los octavos básicos, donde se evalúan aspectos como IMC (Estatura y peso), perímetro de cintura, resistencia aeróbica y rendimiento cardiovascular, rendimiento muscular, flexibilidad y potencia aeróbica.

La importancia de la escuela como agente socializador en la transmisión de otras valoraciones de las construcciones de los cuerpos la encontramos en los resultados que obtiene Carmen Gloria Nuñez (2014) al explorar las opiniones de niños/as de una escuela rural multigrado ante el cierre de ésta:

“N5: no, educación física es importante, N1: sí, porque tenemos que adelgazar; N3: y también Orientación, porque nos dicen que no tenemos que probar nada, como las drogas o alcohol y tenemos que adelgazar.”

Lo anterior evidencia cómo los/as niños/as adquieren de manera mucho más directa y rápida otras pautas alimentarias y prescripciones de esquemas corporales.

Las recomendaciones alimentarias de cada momento histórico juegan con una concepción de dieta adecuada de gran mutabilidad y que se construye para responder a los cambios sociales y a conveniencia de las instituciones, y que siguen a veces muy estrechamente las concepciones dominantes del desarrollo y la modernidad (Díaz Méndez & Gómez Benito, 2008). Así, se establecen “normas dietéticas” o prescripciones basadas en conocimientos científico-nutricionales y transmitidas a través de agentes médico-sanitarios. Por otra parte, se encuentran las “normas sociales” que refieren a convenciones o acuerdos relativos al número, tipo, momento, lugar, composición y estructura de las diferentes comidas y a los contextos y condiciones en los que se debe o puede ingerir el alimento (Contreras & Arnaiz, 2008).

En el Chile de hoy, las relaciones entre alimentación y salud desde el discurso médico se basan en el supuesto de que conocemos los efectos de los alimentos, así como las consecuencias de las prácticas y hábitos alimentarios para propiciar el bienestar corporal y lograr la ausencia de enfermedades. De esta forma, las ciencias de la nutrición y dietética parecen proporcionarnos una base de conocimientos científicamente contrastados sobre los efectos en la salud de nuestra alimentación. Y desde ese conocimiento por numerosas instancias públicas y privadas se nos hacen recomendaciones sobre qué alimentos debemos elegir, en qué cantidad, con qué frecuencia y de qué manera éstos han de ser consumidos. Por consiguiente, si la gente sigue tales orientaciones, supuestamente no habría duda que mejoraría la salud de la población asociada a la alimentación. Desde el punto de vista biomédico, el problema es una cuestión de información y de educación alimenticia (Díaz Méndez & Gómez Benito, 2008).

Los resultados aquí presentados evidencian un importante desacuerdo con tal punto de vista en el sentido que en primer lugar, el grupo estudiado expresa ciertos conocimientos acerca de lo que sería una alimentación balanceada (por ejemplo, en cuanto a la variabilidad de consumo de distintos productos, la importancia de la ingesta de carnes blancas y pescados, verduras, etc.) y perciben que la delgadez no es equivalente a comer bien. Inclusive, observamos que incorporan como saber cotidiano elementos discursivos propios del campo de la salud de larga data. Sin embargo, es patente que no siguen las recomendaciones nutricionales actuales, debido a que para ellos/as priman sus propias normas y valoraciones sociales. Esto nos lleva a constatar que los problemas de salud en este ámbito no se deben a una falta de información y/o educación. Es claro cómo se nutre de contexto en este escenario la propuesta de Marvin Harris (1985) de “bueno para comer” o “malo para comer”, ya que en el grupo de participantes se privilegia la sensación de bienestar, asociada a la saciedad y el placer, en oposición al malestar, referido al quedar con hambre.

El discurso de lo saludable, muchas veces coincidente con lo médico nutricional actual, no se incorpora del todo en las prácticas alimentarias por diversas razones. Una de

ellas es que lo sano en la alimentación es significado como comer poco, de forma insuficiente para el gasto energético necesario y adecuado para el diario vivir de acuerdo a sus propias concepciones. Complejiza lo anterior, el hecho que hay que negociar con otros integrantes de la familia, pues lo que se llama comer saludablemente es un estilo de consumo que en muchas ocasiones no coincide con las prácticas cotidianas de algunos/as de los/as entrevistados/as y por lo tanto, implica grandes modificaciones de sus hábitos, prácticas y sistemas de gastos.

Lo sano se estructura de manera distinta para hombres y mujeres sabiendo que hay muchos aspectos en común. Ellas, en particular, presentan una asociación de lo sano con una determinada corporalidad que se encuentra sustentada en patrones de belleza referidos a la delgadez, imperativo menos denso para el caso de los varones.

Sus propias concepciones de lo sano y saludable son dimensiones que algunas veces se manejan con gran complejidad, es decir, se expresan como un proceso, con un horario, con preparaciones, pero muchas otras, se reduce a una fragmentación de sacar de la ingesta determinados productos y/o sustituirlos por otros.

Los y las participantes, por ejemplo, tienen claridad respecto de lo nociva que puede ser la comida chatarra, sin embargo la prefieren, es parte del consumo habitual en la familia y contiene significados que representan no ya la incorporación de un alimento que “no alimenta”, según el discurso médico, sino de felicidad, bienestar y celebración. Situación que aparece de manera similar con las atribuciones referidas al consumo de carnes.

Por su parte, las mujeres significan como bueno el alimento en relación a los otros, a aquello que “deja bien” a sus comensales. Se define, entonces la propiedad de lo bueno para cada cual en función del rol que tiene cada uno al interior del hogar.

CONCLUSIONES

Las prácticas en torno a la cocina y el alimento configuran una sucesión de actos tanto corporales como lingüísticos que dan lugar a construcciones identitarias de género y clase. En este trabajo se ha procurado mostrar ciertos elementos que nutren tales construcciones y que delimitan la distinción de un grupo específico, sus gustos y sus necesidades.

Ciertamente, los desarrollos presentados son una pequeña aproximación que no logra dar cuenta de todos los matices que entran los significados en torno a la alimentación y salud en el grupo de entrevistados/as, pero sí aporta pequeñas luces respecto a articulaciones propias de un saber cotidiano, que se presenta de forma real y acusante en torno a lo que significa responder a la necesidad de comer.

Los y las participantes, personas en condición de pobreza de la región Metropolitana de Santiago, ciertamente evidencian un sistema alimentario que se compone, en tanto sistema simbólico, de normas, creencias, significados y asociaciones sobre qué es comida, quién o quiénes consumen qué, quién prepara, quién enseña (Contreras & Arnaíz, 2005). El despliegue de tales representaciones se logra en la descripción de prácticas culinarias, corrientes y festivas, que se desarrolla en el primer capítulo de los resultados. Aquí se interroga acerca de qué se come cuando se come, pregunta que parafrasea al poeta Gonzalo Rojas (1964), cuando cuestiona qué se ama cuando se ama y que remite a la búsqueda y a la construcción de un objeto, que tal como se ha visto a lo largo de este trabajo, es un objeto cultural.

Las representaciones en relación a la alimentación se articulan en torno a un núcleo central que destaca lo festivo y la abundancia y que refiere al deseo y la importancia asignada al consumo de carne, consumo que adquiere la forma de asado en celebraciones y encuentros familiares. Por su parte, la ingesta cotidiana, se sostiene en la relevancia de la variación de las comidas, que está determinada por el presupuesto y los deseos de los/as integrantes del hogar. Los/as entrevistados/as valoran especialmente que no falte la comida

y, en ese sentido, la saciedad es un aspecto que se trasluce en su discurso como un importante valor.

“El paladar” o el gusto por las comidas con cierto nivel de grasa o fritura, además de la abundancia, es un aspecto que refiere al placer que produce la comida y que, según las circunstancias, puede ser un modo de satisfacción de una necesidad que es altamente sentida. Lo anterior explica por qué no aparece como un aspecto tan significativo aquello que dice relación con la alimentación saludable, por cuanto ésta es una dimensión que adquiere realce sólo cuando hay enfermedades, se considera cara y accesorio, pues lo más importante para los sujetos es “llenar la olla”, “comer rico” y “no pasar hambre”, lo cual tiene un énfasis en el presente inmediato. Hacer una apuesta por una comida que sea nutritiva y cuide la salud puede ser una forma de proyectarse en el tiempo, que puede estar obstaculizada por las necesidades concretas que emergen en lo inmediato cotidianamente.

Cabe destacar que el pan aparece mencionado en el consumo cotidiano: al desayuno, al almuerzo, en la once y, por ello, también adquiere un lugar de una cierta centralidad. No obstante, llama la atención que su participación en la mesa, de uso tan frecuente en el diario vivir, no suele ser significada en relación a un valor especial. Al considerar los datos aportados por el INE (1997) respecto a que el primer gasto es en el consumo de este alimento para los cuatro quintiles inferiores, es decir, el 80% más pobre, pareciera que la ingesta de pan es tan natural, tan normal y cotidiana que no alcanza visibilizarse su relevancia y por ello, tampoco a tomar parte del discurso.

El pan no se trata de un alimento que represente algún tipo de estatus o prestigio, como ocurre en el caso de la carne. En tal sentido, el comer bien está asociado a tener la posibilidad de adquirir y consumir carnes rojas, así como también poder comer con tranquilidad. Esto permea las diferentes comidas, en tanto que en el desayuno y en la once, por ejemplo, es valorado el consumo de algún derivado de la carne (cecinas, embutidos, etc.). La valoración de la carne se transforma en constituyente del *habitus* y ejemplifica los *gustos* (Bourdieu, 1991) presentes en este grupo social, no solo por su condición de clase, sino también de género.

Así, es claro como las mujeres y los hombres, establecen relaciones y significados asociados a lo femenino y lo masculino, donde claramente las mujeres están relacionadas a lo dietético, al cuidado de la figura, a las ensaladas, frutas y verduras, aunque esto no necesariamente tenga un correlato en la alimentación real de las entrevistadas. Por su parte, los hombres están vinculados a comidas abundantes y la carne bajo la modalidad del asado. Existen diferencias por edad, que conjugan la clasificación de los alimentos en la categoría binaria caldo-seco, pues los niños y los jóvenes preferirían “lo seco”, mientras que los hombres de mayor edad preferirían “los caldos” o sopas. Los/as niños/as estarían relacionados con el consumo de comida “chatarra” y el McDonald’s como una forma de hacerlos felices.

La alternancia entre frío-caliente, caldo-seco, crudo-guisado, sano-frito/chatarra, permite definir qué alimentos serán preparados y, por tanto, darán cuerpo a las prácticas alimentarias, a través de gustemas (Levi Strauss, 1968a). Los polos configurados por las categorías dicotómicas alternadas, tendrán mayor énfasis según la edad y el sexo, de modo que los/as niños/as estarán particularmente vinculados al consumo de comidas secas y la leche; los jóvenes a lo seco y la comida chatarra, las mujeres a las verduras y lo dietético y los hombres a la carne y los asados. Los hombres más adultos (mayores de 50 años) se asocian a las sopas y caldos. Esto en cuanto a las preferencias reportadas en relación a los alimentos. Todos tienen en común el mandato, que en este caso se confunde con un aspecto valorado en los integrantes del grupo familiar, el no ser regodeón y comer de todo lo que hay.

Las diferencias asociadas al género emergen no solo sobre las comidas preferidas o más propias para lo femenino y masculino, sino que también a propósito de la alimentación, el grupo estudiado expande sus imágenes y acepciones en torno a los roles esperados para cada cual en el mundo doméstico. Es así, que las representaciones de los/as participantes nos muestran una mirada tradicional, corroborando la información aportada por PNUD (2010), pues se devela a las mujeres fuertemente asociadas al espacio doméstico y las tareas al interior del hogar, en tanto que los hombres a lo público. Las labores del hogar suelen

estar vinculadas al quehacer de las mujeres, quienes les destinan la mayor parte de su tiempo y asumen el cuidado de saciar el hambre de sus hijos y pareja, en un proceso que implica una cierta complejidad.

El rol de las mujeres como dueñas de casa es el de constituir el hogar a través de su quehacer. Esto remite a la conceptualización de la labor que hace Hannah Arendt (1958), cuando dice que esta actividad no solo asegura la supervivencia individual, sino la de la especie en un sentido más amplio, que se trata de un hacer continuo cuyos resultados se consumen tan rápidamente como se gasta el esfuerzo. No obstante, esta función desempeñada por las mujeres da lugar al oficio de dueña de casa, el que se basa en una estricta división del trabajo por género al interior del hogar: la mujer ha sido, por décadas, la encargada de la alimentación y salud familiar (Martín Criado, 2008). En este punto, la dominación masculina se manifiesta, en la naturalidad de esta división sexual del trabajo doméstico, así como también en los esquemas simbólicos en el que las mujeres son madres, magas en la cocina, entre otros.

Retomando a Arendt, la labor femenina es una actividad no reconocida, no valorada, no necesariamente visibilizada, pero indispensable para la subsistencia del grupo familiar y en la que queda subsumida, entre muchas otras tareas, la preparación de las comidas.

Tal como nos indica Martín Criado: *“las elecciones alimentarias de las mujeres de clases populares no son una simple puesta en práctica de una serie de esquemas simbólicos previos: por el contrario, estas elecciones se toman en situaciones de recursos —fundamentalmente, tiempo y dinero— limitados y en el ámbito de una negociación continua con el resto de componentes de la unidad familiar que mediante sus preferencias y, sobre todo, sus rechazos y resistencias a comer determinadas preparaciones condicionan, cuando no determinan, el margen de maniobra de la madre a la hora de decidir la alimentación familiar”*. (2008, p.94)

Lo anterior permite incorporar en los análisis del comportamiento alimentario a otros actores del hogar que adquieren mayor protagonismo en las decisiones y preferencias,

como es el caso de los/as niños/as, quienes se convierten en agentes de transformación de los esquemas alimentarios de la familia y confieren un importante dinamismo a los procesos de selección y preparación de las comidas.

En cuanto a la permeabilidad respecto a la modificación y/o aprendizaje de nuevos saberes en torno a la alimentación, los hombres efectivamente son capaces de desarrollar aprendizajes sobre los alimentos, sin embargo según la rigidez de los roles al interior de la familia, serán menos proclives a incorporar nuevas estrategias y saberes culinarios.

Los significados acerca de la alimentación y salud permiten observar aspectos referidos a cómo toma el cuerpo este grupo social. La valoración de la delgadez aparece cada vez más asociada a las mujeres, sin embargo, en el caso de los hombres dada la importancia otorgado a la saciedad, no aparece como una preocupación poseer figuras más esbeltas.

En el caso del mundo masculino, dadas las actividades laborales, se privilegian raciones abundantes, debido a la idea que la cantidad de alimento se traduce en energías para trabajar. Esto explica los resultados obtenidos en el estudio del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA) de la Universidad de Chile (citado en Said, 2014), que analizó el perfil nutricional de los obreros y reveló que el 40,2% de estos trabajadores tiene prevalencia de obesidad, frente a un nivel de 20,5% a nivel nacional. Asimismo, permite comprender por qué el 56,2% de los trabajadores consideró “muy buena” o “buena” su alimentación durante la jornada laboral.

Otros aportes para la comprensión de la relación a la alimentación abundante y la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, como la diabetes, la obesidad y la hipertensión, entre otras, los resume Ellen Messer (1995) quien plantea que algunos antropólogos/as han sugerido que tanto la desnutrición como la obesidad deberían ser entendidas como “síndromes culturalmente condicionados”, dado que existen culturas como la que poseen puertorriqueños radicados en Estados Unidos, quienes en un contexto de mayor abundancia, los remanentes del temor al hambre y a la existencia de vínculos

emocionales ligados con la alimentación, tienden a ver la obesidad como sinónimo de buena salud, riqueza y bienestar, éste último en el sentido de ser bien querido y cuidado.

Es posible observar ciertas similitudes al comparar con lo obtenido en las entrevistas realizadas en este estudio. La prevalencia de enfermedades como la diabetes y los cuidados en torno a la alimentación parecen ser específicos de este grupo social, dados sus patrones alimentarios. El miedo al hambre que se expresa en la entrega de dobles raciones a los hombres que reciben comida en su trabajo y/o a los/as niños/as luego del colegio.

Por su parte, el cuidado del cuerpo a través de la alimentación se expresa en saberes propios, transmitidos de generación en generación que obedecen a la llegada y permanencia en el tiempo del conocimiento médico. De allí, por ejemplo, la relevancia asignada a las sopas y caldos, la leche y, posiblemente, a otros alimentos como el ajo. Esto evidencia que los discursos nutricionales llegan a la población en condición de pobreza, pero que solo son puestos en juego cuando perciben que sus cuerpos son amenazados por enfermedades, pues en la selección de sus alimentos priman sus propias construcciones culturales acerca de lo bueno y malo para comer.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS¹⁴

- Aguilera, Isabel (2008) Cocina e identidades: Procesos de re-ubicación y re-significación alimentaria. Inx: Miradas, encuentros y críticas antropológicas. XI Congreso de Antropología: retos teóricos y nuevas prácticas = XI. Antropologia Kongresua: erronka teorikoak eta praktika berriak (13). Ankulegi Antropologia Elkarte, p. 221-223.
- Aguilera, Isabel (2012). El ingrediente mapuche. De la cocina al Estado-Nación. Tesis para optar al grado de Doctorado en Antropología Cultural. Universidad de Barcelona.
- Alvarez, Marcelo. (2002). La cocina como patrimonio (in)tangible. En: La cocina como patrimonio (in)tangible, Temas de Patrimonio 6, Comisión para la Preservación del Patrimonio Histórico Cultural de la Ciudad de Buenos Aires, Buenos Aires, 11-25.
- Arendt, Hannah (1958). *La condición humana*. (2010). Buenos Aires: Paidós
- Asociación chilena de empresas de investigación de mercado (2008). Grupos Socioeconómicos. Extraído de: http://www.aimchile.cl/wp-content/uploads/2011/12/Grupos_Socioeconomicos_AIM-2008.pdf
- Banister, P., Burman, E., Parker, I., Taylor, M. and Tindall, C. (2004) *Métodos Cualitativos en Psicología: Una Guía para la Investigación*. Guadalajara: Universidad de Guadalajara
- Barbieri, Teresita (1991). Los ámbitos de acción de las mujeres. *Revista Mexicana de Sociología*, Vol. 53, No. 1 (Jan. - Mar., 1991), pp. 203-224.
- Barthes, Roland. (1964). La cocina del sentido. En Barthes, Roland (1997). *La aventura semiológica*. Buenos Aires: Paidós.
- Barthes, Ronald. (2006). Por una Psico-Sociología de la alimentación contemporánea. *EMPIRIA. Revista de Metodología de Ciencias Sociales*. 11, 205 – 221.
- Bourdieu, Pierre (1991). *La distinción: Criterios y bases sociales del gusto*. Madrid: Taurus.

¹⁴ Para el formato de presentación de las referencias bibliográficas utilizadas, este trabajo sigue el propuesto por la Asociación Psicológica Americana (APA, 2005), pero ésta vez incorporando el nombre de los y las autoras, pensando que al omitirlo contribuyo a la invisibilización de los aportes de mujeres.

- Busdiecker, Sara; Castillo, Carlos; Salas, Isabel (2000). Cambios en los hábitos de alimentación durante la infancia: una visión antropológica. *Revista chilena de pediatría*. 71(1).
- Butler, Judith. (2001). *El Género en Disputa*. México: Editorial Paidós.
- Butler, Judith. (2002). *Cuerpos que importan*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Butler, Judith (2009). *Dar cuenta de sí mismo. Violencia ética y responsabilidad*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Canales, M. (2006). El grupo de discusión y el grupo focal. En *Metodologías de la investigación social. Introducción a los oficios* (pp. 265-287. Santiago, Chile: LOM Ediciones.
- Castro, Roberto (2000). En busca del significado: supuestos, alcances y limitaciones del análisis cualitativo. En SAS, Ivonne y Lerner, Susana (comps.). *Para comprender la subjetividad: investigación cualitativa en salud reproductiva y sexual*. México: El Colegio de México, pp. 74-85.
- Cattáneo, Alicia (2002). Alimentación, salud y pobreza: la intervención desde un programa de desnutrición. *Archivos argentinos de pediatría*. 100 (3). 222-232.
- Cereceda, Luz & Cifuentes, Max (1987). *¿Qué comen los pobres?* Santiago: Instituto de Sociología de la Pontificia Universidad Católica de Chile.
- Charmaz, Kathy (2000) Grounded Theory: Objectivist and Constructivist Methods. In *Handbook of Qualitative Research*. Second Edition. Denzin, Norman and Lincoln, Yvonna (Edt). London: SAGE Publications
- Colegio de Nutricionistas Universitarios de Chile (2013). DECLARACIÓN PÚBLICA. http://www.nutricionistasdechile.cl/agremiales_decl_encst.html
- Comellas, Pere. (2004). El derecho a la antropofagia: algunas reflexiones en torno a la ética de la traducción. En Camps, A. (ed.). *Ética y política de la traducción en la época contemporánea*. Barcelona: PPU.
- Contreras, J. (1992). Alimentación y cultura: reflexiones desde la antropología. *Revista Chilena de Antropología*. 11, p. 95-111.
- Contreras Hernández, Jesús & Gracia Arnaiz, Mabel. (2005). Alimentación y cultura, Perspectivas antropológicas. Barcelona: Ariel.

- Contreras Hernández, Jesús & Gracia Arnaiz, Mabel. (2008). Preferencias y consumos alimentarios: entre el placer, la conveniencia y la salud. En Díaz Méndez, Cecilia y Gómez Benito, Cristóbal (Edits). Alimentación, consumo y salud. Barcelona: La Caixa.
- De Garine, Igor (1999). Antropología de la alimentación: entre naturaleza y cultura. En Alimentación y cultura: *Actas del Congreso Internacional Museo Nacional de Antropología* (1998), Volumen I. Huesca: La Val de Onsera.
- Delgado, Ramiro. (2001). Comida y Cultura: Identidad y significado en el mundo contemporáneo. *Estudios de Asia y África*: XXXVI(1) 83-108. Extraído el 10 de mayo de: <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=58636104&iCveNum=3048>
- Díaz Méndez, Cecilia y Gómez Benito, Cristóbal. (2008). La alimentación y la salud en las sociedades modernas. En Alimentación, Consumo y salud. Estudios Sociales La Caixa, n° 24
- Douglas, M. (1973). Pureza y peligro. Un análisis de los conceptos de contaminación y tabú. Madrid: Siglo XXI Editores.
- Errázuriz, Pilar. (2006). Psicología Social y Género. Santiago: Libros de la Elipse.
- Espeitx, Elena (2003). La alimentación como instrumento: restricciones alimentarias severas, consumos desmesurados y “dietas adelgazantes”, en II Jornadas de Antropología de la Alimentación, Nutrición y Salud. Bilbao: EuskoIkaskuntza, Sociedad de Estudios Vascos.
- Fischler, Claude (1995). *El (h)omnívoro: el gusto, la cocina y el cuerpo*. Barcelona: Anagrama.
- Flick, Uwe. (2004). Introducción a la investigación cualitativa. Madrid: Morata.
- Francés, María del Carmen (2012). Aspectos culinarios y farmacéuticos del ajo. *Botanica Complutensis* 36: 131-137. http://dx.doi.org/10.5209/rev_BOCM.2012.v36.39451.
- Franch, Carolina (2008). *Identidad y prácticas alimenticias: Construcción cultural del cuerpo en mujeres de clase alta de la ciudad de Santiago*. Tesis para optar al grado de magíster en estudios de Género, mención Ciencias Sociales. Santiago: Universidad de Chile.

- Franch, Carolina. (2010) Empleo doméstico. El caso de las nanas. Revista al Sur de todo. Revista de postgrado Facultad de Ciencias Sociales. Magíster de Género y Cultura. CIEG. Universidad de Chile
- Franch, Carolina; Hernández, Paula; Weisstaub, Gerardo & Ivanovic, Catalina (2012). Consideraciones para identificar barreras y potencialidades culturales para el control y prevención del sobrepeso y obesidad en mujeres de bajos recursos. Santiago: MAVAL.
- Freud, Sigmund (1901-1905). Tres ensayos de teoría sexual. En Freud, Sigmund (2001). Obras completas. Tomo VII. Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, Sigmund (1913-1914). Totem y tabú. En Freud, Sigmund (2001). Obras completas. Tomo XIII. Buenos Aires: Amorrortu.
- Gaínza, A. (2006). La entrevista en profundidad individual. En Canales, M. (Edt). *Metodologías de investigación social*. Santiago: LOM Ediciones.
- González Ávila, Manuel (2002). Aspectos éticos de la investigación cualitativa. Revista Iberoamericana de Educación, N° 29. Extraído el 22 de Junio, 2007 de <http://www.campus-oei.org/salactsi/mgonzalez5.htm>
- Goody, Jack (1995). *Cocina, Cuisine y Clase*. Madrid: Gedisa.
- Gracia-Arnaiz, Mabel (2007). Comer bien, comer mal: la medicalización del comportamiento alimentario. *Revista de Salud Pública de México*. Vol. 49, n°3, 236-242.
- Harding, Sandra. (1987). Is there a feminist method? En Harding, S. (Ed). *Feminism and Methodology*. Bloomington/ Indianapolis: Indiana University Press.
- Harris, M. (1999). Bueno para comer. Enigmas de alimentación y cultura. Madrid: Alianza.
- Hawkesworth, Mary (1999). Confundir el género. *Debate Feminista*. Año 10, vol. 20. 3-48
- Héritier, Françoise (2007). *Masculino y femenino II. Disolver la jerarquía*. Buenos Aires: Fondo de Cultura económica.
- IGEUC (s/f). *Atlas urbano*. Extraído de: <http://www.geo.puc.cl/laburb/atlas.html>
- Ivanovic, Catalina (2004). Nueva Cocina Chilena, culinaria e identidad. Memoria para optar al título de Antropóloga Social. Universidad de Chile. Facultad de Ciencias Sociales. Departamento de Antropología. Profesora guía: Sonia Montecino.

- Ivanovic, Catalina (2008). La Cocina: un espacio para la puesta en escena de las identidades de género de los(as) habitantes de Punta Arenas. Tesis para optar al grado de magíster en estudios de Género, mención Ciencias Sociales. Santiago: Universidad de Chile.
- Krause, Mariane (1995). La Investigación Cualitativa: Un Campo de Posibilidades y Desafíos. *Revista de Tareas de Educación*. N°7 19–39.
- Levi- Strauss, Claude (1968a). *Antropología Estructural*. (1977). Buenos Aires: Eudeba.
- Levi- Strauss, Claude (1968b). *Estructuralismo y dialéctica*. Buenos Aires: Paidós.
- Martín Criado, Enrique. (2008). El valor de la buena madre. Oficio de ama de casa, alimentación y salud entre las mujeres de clases populares. *Revista Española de Sociología*. 4:93-118.
- Martínez, Miguel (2006). La investigación cualitativa: síntesis conceptual. *Revista Investigación Psicológica*. vol.9, no.1, p.123-146. Extraído de: <http://pepsic.bvs-psi.org.br/pdf/ripsi/v9n1/v9n1a09.pdf>
- Mauleón, J.(2004). *El Sistema Alimentario como área de estudio para la Sociología*. VI Congreso Vasco de Sociología. Extraído de:http://www.unavarra.es/puresoc/pdfs/c_ponencias/mauleon.pdf
- Mejía, J. (2000). El muestro en investigación cualitativa. *Investigaciones Sociales*, 4(5), 165-180.
- Mendoza, Carolina; Pinheiro, Anna Christina, & Amigo, Hugo. (2007). Evolucion de la situación alimentaria en Chile. *Revista chilena de nutrición*, 34(1), 62-70.
- Messer, Ellen (1995). Prespectivas antropológicas sobre la dieta. En Contreras, Jesús (compilador). *Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres*. Barcelona: Universidad de Barcelona.
- Molini, Dolores. (2007). Repercusiones de la comida rápida en la sociedad. *Trastornos de la conducta alimentaria*, N°. 6, 2007 , págs. 635-659
- Montecino, Sonia (2004). *Cocinas mestizas de chile: la olla deleitosa*. Santiago: Catalonia.
- Montecino, Sonia (2006). Identidades, mestizajes y diferencias sociales en Osorno, Chile: Lecturas desde la antropología de la alimentación. Tesis para optar al grado de doctor. Universidad de Leiden, Holanda.

- Montecino, Sonia (2009a). Conjunciones y disyunciones en el gusto en el sur de Chile. *Historia, antropología y fuentes orales*. No.42, p. 169-176.
- Montecino, Sonia (2009b). Hacia una genealogía del gusto y de la transmisión de saberes culinarios en una ciudad del norte de Chile. *Revista chilena de literatura*. Sección Miscelánea, p. 1-14.
- Montecino, Sonia; Franch, Carolina (2005). Una mirada antropológica a las cocinas chilenas. En: *Geografía del Sabor: Cultura, Productos, Recetas*. Santiago: turismo y comunicaciones.
- Natural Medicines Comprehensive Database (2014). Ajo. Extraído de: <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/druginfo/natural/300.html>
- Navarro, Cecilia (2006). Alimentación y salud... aproximación antropológica a las representaciones sociales en torno al problema de la obesidad. Memoria para optar al título de Antropóloga Social. Universidad de Chile. Facultad de Ciencias Sociales. Departamento de Antropología.
- Navarro, Cecilia (2008). Representaciones Sociales sobre Cuerpo, Alimentación y Salud por Madres de Preescolares Obesos de Nivel Socioeconómico Bajo. Tesis para optar al grado de Magíster en Antropología y Desarrollo. Santiago: Universidad de Chile.
- Olavarría, José (2001). Invisibilidad y poder. Varones de Santiago de Chile. En: Viveros, Mara; J. Olavarría; N. Fuller (Comps.). *Hombres e identidades de género. Investigaciones desde América Latina*. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia.
- Ortner, Sherry (1972). ¿Es la mujer con respecto al hombre lo que la naturaleza con respecto a la cultura? En Harris, Olivia y Kate Young (Compiladoras). *Antropología y feminismo*. Barcelona: Anagrama.
- Ortner, Sherry & Whitehead, H. (1981). Indagaciones acerca de los significados sexuales". En: Ramos Escandón, Carmen (Compiladora) (1991). *El Género en Perspectiva*. México: Universidad Autónoma Metropolitana.
- Ortiz, Ana Silvia; Vázquez, Verónica & Montes, Margarita (2005). La alimentación en México: enfoques y visión a futuro. *Estudios Sociales*, 13, 25, 8-34. Extraído de <http://www.redalyc.org/pdf/417/41702501.pdf>
- Paris, E. & Rios, J. C. (2001). Epidemiología, clínica y tratamiento de la Intoxicaciones. Santiago: Ed. Universidad Católica de Chile.

- Pedrosa, José Manuel (2003). Lo crudo y lo cocido: teoría, símbolo, texto (de Levi-Strauss al cuento tradicional). *Revista de Folklore*. 266. 39-54.
- Pérez Gil, Sara; Díez-Urdanivia, Silvia y Vega, Amaranta (2005). El proceso y las prácticas alimentarias en mujeres de dos comunidades rurales de México. Extraído el 18 de mayo de: <http://www.ciesas.edu.mx/lerin/doc-pdf/Perez-17.pdf>
- PNUD. (2010). Género y los desafíos de la igualdad. Santiago.
- Ratner G, Rinat, Hernández J, Paulina, Martel A, Jorge, & Atalah S, Eduardo. (2012). Calidad de la alimentación y estado nutricional en estudiantes universitarios de 11 regiones de Chile. *Revista médica de Chile*, 140(12), 1571-1579.
- Rilke, R.M. (1922). Sonetos a Orfeo en Dörr, O. (2002). *Sonetos a Orfeo. Traducción, prólogo, introducción y comentarios*. Santiago: Editorial Universitaria.
- Rojas, Gonzalo (1964). *Contra la muerte*. Santiago: Editorial Universitaria.
- Romo, Marcela & Castillo, Carlos (2002). Metodologías de las ciencias sociales aplicadas al estudio de la nutrición. *Revista chilena de nutrición*. 29(1). 14-22. Extraído el 18 de mayo de 2009 de http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182002000100003&lng=es&nrm=iso
- Rubin, Gayle (1986). El tráfico de mujeres: notas sobre la "economía política" del sexo. *Nueva Antropología*. Volumen VIII. p. 95-145
- Said, Carlos (2014). Trabajadores de la construcción tienen dos veces más riesgo de ser obesos que la población promedio. Extraído de <http://www.asociaciondemutuales.cl/?p=5538>
- Salinas, J. & Vio, F. (2002). Promoción de la Salud en Chile. *Revista chilena de nutrición*. v.29 supl.1 extraída de: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182002029100001>
- Sánchez R Hugo, Albala B Cecilia (2004). Desigualdades en salud: adulto en comunas del Gran Santiago. *Revista Médica de Chile*. 132(4): 453-460. Extraído el 17 de junio de 2009 de: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872004000400007&lng=es.
- Sánchez, Pedro (2008). Género, clase y gusto alimentario. Una aproximación teórica. *CadernoEspaçoFeminino*. 19(1). 175-199.
- Schnettler M, Berta, Mora G, Marcos, Mills Q, Nataly, Miranda V, Horacio, Sepúlveda M, José, Denegri C, Marianela, & Lobos A, Germán. (2012). Tipologías de

- consumidores según el estilo de vida en relación a la alimentación: un estudio exploratorio en el sur de Chile. *Revista chilena de nutrición*, 39(4), 165-172.
- Scott, Joan (1996). El género: Una categoría útil para el análisis histórico. En: Lamas Marta Compiladora. *El género: la construcción cultural de la diferencia sexual*. México: PUEG. 265-302. Extraído de: <http://www.cholonautas.edu.pe/modulo/upload/scott.pdf>
- Scott, Joan (1992). Igualdad versus diferencia: los usos de la teoría postestructuralista. *Debate feminista*. p. 185-204
- Seelmann E, Gunter. (2005). Apuntes de la historia de la pediatría. *Revista chilena de pediatría*, 76(3), 316-318. Extraído de http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062005000300013&lng=es&tlng=es. 10.4067/S0370-41062005000300013.
- Sharim, Dariela. (2005). La Identidad de Género en Tiempos de Cambio: Una Aproximación Desde los Relatos de Vida. *Revista Psykhe*. 14(2), 19 -32.
- Simmel, G. (1986). El individuo y la libertad. En *Ensayos de crítica de la cultura*. Barcelona. Península.
- Sociedad Chilena de Cardiología y Cirugía Cardiovascular. (2014). Carnes rojas y carnes blancas, en busca del equilibrio. Extraído de: <http://portal.sochicar.cl/carnes-rojas-y-carnes-blancas.html>
- Strauss, Anselm y Corbin, Juliet (2002) *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Bogotá. Colombia. (2a. ed.). CONTUS-Editorial Universidad de Antioquia.
- Taylor, Steve & Bogdan, Robert (1994). *Introducción a los métodos cualitativos*. Buenos Aires: Paidós.
- Titscher, Stefan; Meyer, Michael; Wodak, Ruth & Vetter, Eva (2000). *Methods of text and discourse analysis*. Londres: Sage.
- Valdés, Ximena (1997). Las consecuencias de la modernización agraria en las relaciones de género en Chile Central: temporeros/as de la fruta de Santa María y Sagrada Familia. *Congreso Internacional de la Asociación Internacional de Estudios Latinoamericanos LASA97*. Guadalajara, México, 17 y 19 de abril 1997. Extraído el 3

de junio de 2009 de: <http://lasa.international.pitt.edu/members/congress-papers/lasa1997/files/subercaseaux.pdf>

- Valdés, Ximena; Caro, Pamela; Saavedra, Rosa; Godoy, Carmen; Rioja, Tania & Raymond, Émilie (2006). ¿Modelos familiares emergentes o fracturas en el modelo tradicional?. En Valdes,Ximena; Castelain-Meunier, Christine y Palacios, Margarita. (Comp.). *Puertas Adentro: Femenino y masculino en la familia contemporánea*. Santiago: LOM.
- Valdés, Ximena & Godoy, Carmen (2008). El lugar del padre: rupturas y herencias. Representaciones de la paternidad en grupos altos, medios y populares chilenos. *Estudios avanzados* 6(9). 79-112.
- Valiente, Sergio & Uauy, Ricardo. (2002). Evolucion de la nutricion y alimentacion en Chile en el siglo XX. *Revista chilena de nutrición*, 29(1), 54-61.
- Van Dijk, Teun (2005). El discurso como interacción en la sociedad. Cap. 1 en Van Dijk, Teun (Edt). *El discurso como interacción social. Estudios sobre el discurso II: una introducción*. Barcelona: Gedisa.
- Vich, Víctor & Zavala, Virginia (2004). *Oralidad y poder. Herramientas metodológicas*. Bogotá: Grupo Editorial Norma.
- Vio del R, Fernando, Salinas C, Judith, Lera M, Lydia, González G, Carmen Gloria, & Huenchupán M, Carolina. (2012). Conocimientos y consumo alimentario en escolares, sus padres y profesores: un análisis comparativo. *Revista chilena de nutrición*, 39(3), 34-39.
- West, Candance; Lazar, Michelle; & Kramarae, Cheris (2005).El género en el discurso. Cap. 5. En Van Dijk, Teun (Edt). *El discurso como interacción social. Estudios sobre el discurso II: una introducción*. Barcelona: Gedisa.
- Woolf, Virginia (1929). *Un cuarto propio* (1993). Santiago: Cuarto propio

Anexo N° 1

CONSENTIMIENTO INFORMADO

“Significaciones alimentarias en hombres y mujeres en condición de pobreza de la Región Metropolitana de Santiago” es un proyecto de tesis que realizo para optar al grado de Magíster en Estudios de Género y Cultura, mención ciencias Sociales, de la Universidad de Chile.

Este proyecto parte de la idea que es relevante conocer los significados asociados a la alimentación y los comportamientos alimentarios, desde una perspectiva antropológica que considere la mirada de género.

Es por esta razón, me he acercado a usted para invitarle a participar en forma voluntaria en una entrevista de alrededor de una hora de duración, en un lugar acordado previamente. Dicha entrevista será grabada en cinta de audio o mp3 y, posteriormente, será transcrita para su análisis.

La información que me proporcione será anónima y será utilizada sólo para fines académicos, por lo que me comprometo a prestar especial cuidado en el manejo de la información que pudiera identificarle, así como también, a trabajar en todo momento con pseudónimos.

Si en algún momento de la entrevista, usted quisiera dejar de participar, tiene la absoluta libertad de hacerlo, sin que esto le genere consecuencias de ningún tipo.

En caso de que lo desee, en el transcurso de la realización de este trabajo, usted puede solicitar información y, de igual modo, puede pedir acceso a los resultados presentados en el informe final.

Si usted acepta participar en la presente investigación, le ruego firmar al final de esta carta.

_____ (Entrevistado/a). Santiago, ___ de _____ de ____

Agradeciendo de antemano su participación y colaboración, le saluda

Katherine Alvear Parra
Psicóloga, Universidad de Santiago de Chile.
Teléfono: 09 5 6572647.
Correo electrónico: katyalvear@gmail.com