

Comer en la Patagonia: relatos de comidas de mujeres adultas argentinas. Año 2016

Delia Ana Nin, Anabella Salomone, Lluís Serra Majem, Ana Soledad Inestal, Yesica Arzamendia,
Ana Paula Bruveris, María Luz Franco, Bárbara Bruna Bruveris

Proyecto de Investigación Comida y Petróleo. Facultad de Ciencias Médicas. Universidad Nacional del Comahue. Neuquén. Argentina.

Resumen

La alimentación humana es un proceso multidimensional, donde la función biológica vital de nutrir se entrelaza con componentes culturales y sociales. Las ciencias humanas buscan comprender la dimensión imaginaria, simbólica y social. La dimensión biológica ha tenido un desarrollo científico exponencial, analizando fundamentalmente los procesos por los cuales el cuerpo metaboliza y aprovecha nutrientes, el análisis bromatológico, modelos de producción, desarrollo de la industria alimentaria, etc. Se propone estudiar relatos de comidas desde la función simbólica y nutritiva, realizándose un análisis cualitativo de un Taller de la Universidad Nacional del Comahue, Argentina. Las narraciones mostraron con claridad la interrelación entre ambas dimensiones, existiendo una gramática culinaria común. Se identificaron características organolépticas y sensoriales de los alimentos. Todos los relatos incluyeron alimentos sin procesar, ingredientes culinarios procesados y alimentos procesados según la clasificación NOVA. Los relatos tuvieron un intenso despliegue de emociones y sentimientos manifestados al narrar las técnicas de elaboración y los momentos de preparación. Es necesario continuar trabajando en investigaciones que profundicen el estudio de las relaciones entre lo biológico y lo cultural de la alimentación, incorporando la comensalidad en un pie de igualdad con variables biológicas, así como en las acciones de salud-enfermedad.

Palabras clave: *Comida. Cultura. Nutrición. Alimentación y dieta. Relaciones familiares. Conducta alimentaria.*

Introducción

El propósito del presente trabajo fue analizar relatos de comidas realizados por mujeres adultas en la Patagonia Argentina desde las funciones simbólica y nutritiva. En la función simbólica, se abordó la comida poniendo énfasis en la cocina, las reglas y los comensales; mientras que la función nutritiva se analizó tomando como referencia las recomendaciones nutricionales poblacionales propuestas tanto desde el Estado argentino como de Organizaciones Internacionales dedicadas a la salud. El estudio se enmarcó dentro del Proyecto de Investigación "Comida y Petróleo" de la Universidad Nacional del Comahue, Argentina.

EATING IN PATAGONIA: ARGENTINEAN ADULT WOMEN'S MEALS STORIES. YEAR 2016

Abstract

Human feeding is a multidimensional process, where the vital biological function of nurturing is interweave with cultural and social components. Human sciences pursue to understand the imaginary, symbolic and social dimension. The biological dimension has had an exponential scientific development, analyzing basically the processes by which the body metabolizes and takes advantage of nutrients, the bromatological analysis, production models, development of food industry, etc. It is proposed to examine food stories from the symbolic and nutritious functions, and performing a qualitative analysis of seven stories of a Workshop of National University of Comahue, Argentina. The narrations clearly showed the relationship between the two dimensions, with a common culinary grammar. Organoleptic and sensory characteristics of food were identified. All stories included raw foods, processed cooking ingredients and processed foods according to the NOVA classification. The stories had an intense display of emotions and feelings, manifested during the telling of the techniques and moments of preparation. It is necessary to continue working in investigations that deepen the study of the relations between the biological and the cultural of the food, incorporating comensality on an equal level with biological variables and in actions of health-illness.

Key words: *Meals. Culture. Diet. Food and nutrition. Family relations. Feeding behavior.*

La alimentación humana nunca fue una actividad puramente biológica. Según Minntz¹, los alimentos que se comen en una sociedad y las técnicas empleadas para encontrar, procesar, preparar, servir y consumir esos alimentos, varían de una cultura a otra. En cada marco cultural se narra y expone a la comida, construyendo una "vía real" entre pasado y presente. Las ciencias humanas, en el análisis de prácticas y representaciones de la alimentación, buscan comprender la dimensión imaginaria, simbólica y social que tiene la comida. Claude Grignon² define a la comensalidad como una reunión que apunta a conseguir la realización colectiva de tareas y obligaciones simbólicas tendientes a la satisfacción de la

necesidad biológica e individual de alimentarse. En relación a la comensalidad doméstica, el citado autor señala que debe ser considerada como un indicador de integración del grupo familiar y del grado en que la vida familiar resiste las presiones asociadas a la ocupación de los padres y la educación de los hijos. Por su parte, Fischler³ marca a la alimentación humana como un fenómeno complejo, copioso y con múltiples accesos, en el que sus facetas pueden ordenarse al menos según dos dimensiones: la biológica y la cultural. Define a la cocina no solo como un cúmulo de ingredientes y técnicas utilizadas para la preparación, sino como un conjunto de representaciones, creencias y prácticas asociadas al acto de comer que abarca, además de ingredientes y técnicas, su adquisición y su consumo.

Por otra parte, el análisis de la dimensión biológica de la alimentación humana, inició un desarrollo científico exponencial desde el paradigma del modelo mecanicista, continuando en la actualidad con avances científicos de procesos por los cuales el cuerpo digiere, absorbe, transforma, utiliza y elimina nutrientes, como así también el análisis bromatológico de los alimentos y, muy especialmente, de los modelos de producción y desarrollo de la industria alimentaria. Estos progresos científicos de las ciencias naturales fueron y son tomados por Estados y Organismos Internacionales dedicados a la salud, para actuar en las recomendaciones alimentarias poblacionales y estrategias orientadas a actuar en los procesos de salud-enfermedad.

Fischler³ señala la necesidad de intentar adoptar una actitud transdisciplinaria e integradora que reúna las imágenes fragmentadas de la alimentación del hombre biológico y del hombre social. En este mismo orden de ideas, para el análisis de los relatos, se trabajó desde la dimensión biológica incorporando una valoración nutricional de la composición de la comida considerando las recomendaciones vigentes a nivel nacional, Guías Alimentarias para la población Argentina (GAPA)⁴ y los informes de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS) sobre Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina (NOVA)⁵. En la dimensión social, la comida fue interpretada desde tres lugares: cocina, reglas y comensal. Considerando lo formulado por Fischler³ en relación a la alimentación, se abordó la cocina como conjunto de ingredientes y técnicas utilizadas para la elaboración de los platos seleccionados. En cuanto a las reglas, se identificaron aquellos principios interiorizados por los individuos, en buena medida de manera inconsciente, que se cumplen en cuanto a su composición: origen, fondo de cocción, el momento de preparación y momento de comer. Para el análisis de los comensales se consideró a aquellos hombres y mujeres partícipes de la comensalidad.

Material y métodos

Los relatos estudiados son una producción del taller de Extensión Universitaria de la Universidad Nacional

del Comahue, realizado en el primer semestre del año 2016. La inscripción al mismo fue abierta a todos aquellos adultos mayores de 55 años interesados en participar en la actividad. El objetivo principal fue trabajar sobre relatos de sus comidas preferidas. Como consignas de trabajo se solicitó que las narraciones comprendiesen: nombre de la comida, ingredientes, técnicas de preparación, origen, comensales frecuentes, recuerdos y emociones asociados y, si era factible, registros fotográficos vinculados. Cada participante, interesado en relatar, disponía de una semana para elaborar su narración. Se planificaron diez encuentros de 3 horas de duración cada uno. Durante el primer encuentro, se realizó la presentación de las asistentes y equipo docente, así como también se dio a conocer la propuesta metodológica. La última jornada fue utilizada para compartir apreciaciones y emociones que había dejado el taller. El resto de los encuentros presenciales se concibieron con dos momentos, comenzando con la presentación de un relato y un segundo momento de actividad grupal, coordinado por un docente nutricionista, donde se abordaron temas de cultura alimentaria. La información obtenida en el taller se trabajó en base a las categorías propuestas en el marco teórico y a la información aportada por los participantes. Las relatoras consintieron en documentar y publicar los resultados del taller. Este consentimiento informado se obtuvo verbalmente antes de iniciar la presentación de los relatos.

Resultados

Se inscribieron 25 mujeres adultas mayores de 55 años. Solo dos de ellas tenían un vínculo relacional previo; para las restantes, el taller fue el primer encuentro. Se realizaron nueve de los diez encuentros planificados. Siete de las participantes presentaron relatos de acuerdo a lo pautado. En los encuentros donde se realizaron los relatos, se cumplió con los dos momentos estipulados. En sus presentaciones las talleristas utilizaron diversos recursos didácticos: proyección de diapositivas, documentos escritos y registros fotográficos fueron los más frecuentes. También se compartieron textos escritos y editados por las familias de las relatoras, donde se pudieron apreciar registros fotográficos de algunos momentos de la comensalidad y un reconocimiento de la historia vinculada a la alimentación del grupo familiar. Un relato fue acompañado por la comida elegida. Estos dos últimos recursos, libros familiares y comida, fueron propuestos por las talleristas como parte de los relatos durante el desarrollo del taller.

De los siete relatos, seis fueron dedicados a platos que se realizaban en momentos de almuerzos o cenas y un relato se basó en una comida que podía consumirse en diferentes momentos del día, como postre o parte del desayuno, merienda y/o colación.

El hilo conductor que unió cada encuentro fue la fuerte presencia de emociones que desencadenaba la

comunicación y el mensaje de la relatora. En la mayoría de los casos, cada relato despertaba en el resto de los presentes recuerdos e historias de comidas familiares similares. Estas expresiones, complementarias a la narración, seguían el hilo del mismo, detallándose minuciosamente cocina, reglas y comensales. Cabe aclarar que la preparación del relato era individual y el resto de los participantes del taller sólo conocían el nombre de la comida y quién exponería. Los resultados se presentaron considerando en forma conjunta la dimensión biológica y la comensalidad a partir de tres niveles: la comida, las reglas y los comensales.

La cocina

I. Denominación

Los siete relatos estudiados tienen una denominación habitual y reconocida en el lenguaje culinario de la cocina argentina, aunque su origen familiar se remitió a la cocina de diferentes países europeos del siglo pasado. El lenguaje culinario era interpretado por el resto de los participantes sin necesidad de aclaración. Los relatos presentados fueron denominados como:

1. Rosa, la paella valenciana mixta.
2. Nené, canelones de verdura al estilo mamá Ena.
3. Adriana, el puchero.
4. Diana, la bagna cauda.
5. Celia, el guiso de arvejas.
6. Carina, tarta dulce de la Oma.
7. Susana, el guiso de fideos.

II. Ingredientes

Al hablar de ingredientes, en cada preparación se detallaron los alimentos que componían la receta cuidadosamente. Los ingredientes corresponden en su mayoría a alimentos sin procesar o mínimamente procesados, según la clasificación NOVA⁵. Solo se registró un alimento ultraprocesado como ingrediente: *"el paté a veces se lo agregamos como ingrediente"* (Nené). En relación a la presencia de grupos de alimentos determinados en las GAPA⁴, el grupo legumbres, cereales, papa, pan y pastas, el denominado carnes y huevos y el que reúne a verduras y frutas fueron los más representativos en los platos relatados. Entre los ingredientes de los seis platos principales, las verduras fueron parte esencial de la comida, mientras que las frutas estuvieron presentes como ingrediente principal en el plato dulce presentado como *"postre o para desayuno o meriendas"* (Carina). El grupo de aceites, frutas secas y semillas fue utilizado como elemento para cocinar los platos pero con un uso moderado, salvo en la bagna cauda donde *"el aceite y la crema son la base de la comida,... por eso no se come tan seguido"* (Diana). Del grupo opcionales: dulces y grasas, solo se utilizó la

manteca como fondo de cocción en la bagna cauda y la tarta dulce de la Oma.

El grupo verduras y frutas fue remarcado como parte importante de las preparaciones, no por la condición de "saludable" sino por otras características. En los canelones se remarcó el uso de verduras como base de la preparación: *"espinacas o acelga hervida y bien escurrida y la cebolla picadita y rehogada en un poquito de aceite, son la parte importante de los canelones"* (Nené).

Cuando la base de la comida eran un cuerpo graso y otro proteico, como la bagna cauda, las verduras se presentaron en los ingredientes como alimentos para acompañar *"Verduras cocidas y crudas zanahorias, coliflor, repollitos de brúcelas, papas, batatas, lechuga, repollo, apio y otras para mojar"* (Diana).

Entre las comidas relatadas, al guiso de fideos, identificado como una comida que se realizaba en momentos de poca disponibilidad económica familiar, se incorporaba el grupo verduras para aumentar la porción *"selo estiraba lo que más podía"* (Susana). Para esa familia, el grupo verduras era parte importante de muchas comidas, tanto del guiso relatado como de las otras frecuentes como guiso de arroz, estofados, pastel de papas, tallarines y otras pastas que Susana comentó en el momento de vincular el relato con la falta de recursos económicos. No obstante la falta de accesibilidad, el guiso se presentó bien definido *"1 cebolla grande o 2 chicas, 1 diente de ajo, 1/2 morrón verde, 1 zanahoria, 1 pedazo de zapallo, algunas hojas de verduras verdes, 1 tomate, 1 zapallito redondo"* (Susana).

El aporte de carne en todas las comidas también estuvo presente, pero la cantidad y el tipo de carne estuvo supeditada a "lo posible", ya sea por la accesibilidad o porque no se encontraba siempre disponible. En el caso del puchero, la carne vacuna estuvo reflejada como ingrediente fundamental del grupo carnes y huevos, pero se aclaró *"seguramente que faltaron las patitas y las orejitas de cerdo, que eso es como otro complemento"* (Adriana).

En el guiso de fideos, la carne quedó marcada como elemento opcional *"se puede agregar carne cortada en cubitos si es del agrado del que cocina"* (Susana), aclarando luego que el corte en "cubitos" tenía también una relación directa con la poca accesibilidad al alimento y la posibilidad de *"que cada plato tuviese al menos un cubito"* (Susana).

Algunos ingredientes se suman por sus características organolépticas visuales *"una paella tiene que tener color amarillo, verde y rojo como mínimo...después pueden agregarse otros colores"* (Celia).

Si bien la denominación de los ingredientes fue especificada detalladamente en cada relato, no así la cuantificación en unidades de medidas de cada uno de ellos *"no me ajusto a receta estricta, la cosa se hace a ojo"* (Celia). La medida aparece en un lenguaje culinario vinculado a la geometría: cubos, bolitas, tiritas, etc. o asociadas a utensilios de cocina habituales en una casa: taza, cuchara, pote, cucharita. Este lenguaje de cuantificación, presente en todos los relatos, no fue indagado

por el resto de los participantes, sino que fue tomado como conocido, como propio.

Pero, para el caso de la tarta dulce de la Oma, la cantidad fue detallada en gramos *"150 g de harina leudante, 150 g de manteca, 50 g de azúcar"*(Carina). Sólo se dejó sin peso específico a las frutas *"5 manzanas medianas aproximadamente"*(Carina).

III. Técnicas de elaboración

Al hablar de las técnicas de elaboración, las narradoras argumentaron detalladamente este momento, no pudiendo separar las técnicas propiamente dichas del momento y los comensales. Este tiempo de exposición fue el más detallado, comentado y argumentado tanto desde la relatora, como por las talleristas que transmitían la historia de la preparación de esa comida en su familia; identificando más allá de las técnicas de elaboración, olores, expresiones de comensales, lugares, vestimenta, diálogos. Cada participante, en forma ordenada y con mucha emoción, solicitaba poder expresar lo propio en relación a su historia. El silencio se hacía presente para la escucha. Cada técnica de elaboración tenía, además de procedimientos de manejo y cocción, una red de sostén de sentidos y emociones entretejidas con cada ingrediente.

"Mientras llegaban los invitados con algún vino para acompañar, papá con un Cinzano en una mano y la cuchara de madera en la otra, daba la bienvenida en un constante revolver para que no hirviera y la crema tomara cuerpo para agregar después las anchoas y las nueces picadas al final"(Diana).

En el relato de guiso de arvejas, las técnicas de elaboración se entretienen con los saberes de los comensales *"mi hermano... un médico cirujano que de la misma manera cortaba la carne, la cebollita del guiso"*(Celia).

Las reglas

Las reglas también aparecen de manera extendida y detallada en cada relato. Cada regla de la comida es narrada con minuciosidad, referenciando su sentido social y cultural. No se encontraron reglas que dieran sentido biológico del plato elegido.

I. El origen

Los platos elegidos tienen un vínculo directo con hasta dos generaciones precedentes a la relatora. El origen fue rescatado como punto de partida de cada presentación, remarcado como parte importante del relato.

En el relato de la bagna cauda, el padre fue quien construyó la historia de la comida familiar *"papá contaba que la bagna cauda la inventaron los italianos en épocas de hambruna"*(Diana).

Se pone énfasis en señalar el origen del plato relatado porque hay una marca que lo diferencia desde el origen

"hay muchas paellas, pero la mía es la valenciana. Mi padre era tonelero valenciano y en enero en 1936 llegó solo a Argentina...después fue a buscar a mi mamá... siempre comimos comidas de allá"(Rosa).

Si bien los platos relatados podían ser elaborados por muchas personas, hay una clara identificación sobre el origen del plato y las relaciones parentales. *"Bueno, paso a contarles que una de las comidas en la que ayudábamos a mi mamá fueron los canelones. Amé y no existen otros canelones de verdura como los que hacía mi mamá"*(Nené). Los abuelos también dejaron huellas, *"Tatá era la de los guisos, mi mamá era la de repostería o la de la pasta, mi abuela era la contundente. Mi abuela era nacida en La Plata. Yo tuve dos abuelos Piamonteses, que hacían la bagna cauda, y mi abuela que me hacía comidas más criollas con algunas cosas de su mamá europea también"*(Celia).

II. Fondo de cocción

Relacionado con el origen de la comida seleccionada, el fondo de cocción tuvo un rol importante en cada transmisión; probablemente atribuido a los fondos de cocción que fueron traídos por los ancestros de cada familia. En los canelones a la Rossini se identifican además de los condimentos, el momento en que debe tratarse los mismos *"una pizquita de sal, pimienta y nuez moscada recién molida"*(Nené). Si bien los fondos de cocción fueron variados, tienen como común denominador el diente de ajo, sal, pimienta, orégano, laurel. El olfato fue clave para la identificación de fondos de cocina a lo largo de la historia de las recetas familiares *"me faltaba un condimento para el guiso, no olía igual al guiso de mi mamá"*(Susana).

III. El momento de preparación

Esta regla, junto con lo expuesto en las técnicas de elaboración, es donde queda más remarcado que el acto de comer trasciende lo biológico. En los momentos de preparación se pudieron identificar registros de autoridad al preparar (quién dirigía), de autoría (quién lo incorporó a la familia), de lugar (dónde se prepara) y de instrucción (cómo se prepara). Se encontró tanto en el momento de preparación como en las técnicas de elaboración de todos los platos presentados, la asociación más importante con recuerdos afectivos y emociones. Además de remarcar el sentido visual, las percepciones sensoriales olfativas y auditivas estuvieron presentes al relatar este momento.

"Todos los inviernos mi familia realiza alguna bagna cauda, y yo aquí en mi Neuquén la he adoptado cuando conocí el amor también"(Diana).

"La paella la comemos los domingos...antes salgo a elegir el pollo, que no es cualquier pollo...yo ayudo pero mi marido es quien la prepara"(Rosa).

"Bueno, paso a contarles que una de las comidas en la que ayudábamos fueron los canelones. ...Desde que me

casé, los sigo haciendo y ¡también me salen bastante buenos! Esta comida se hace los fines de semana... los comíamos (los canelones) una o dos veces por mes" (Nené).

"Soy la tercera de diez hermanos. Cuando era niña, mi papá era el único que trabajaba y traía el dinero a casa, el cual mi mamá lo estiraba lo que más podía. Una de las formas para ello era realizar comidas que rindieran y fueran baratas. Mi comida preferida de esa época, era guiso de fideos. Era el banquete de mi infancia" (Susana).

"El puchero era para reunión de amigos... Si como tenían mis papás, varios amigos, así que nos juntábamos los sábados y domingos y todos tenían muchos hijos y todos nos juntábamos" (Adriana).

"Amamos la comida bien presentada. El trocito, los colores combinados, puestos de alguna manera en la mesa...son algunas de las cosas que nos gustan a todos... Entonces ese guiso que mi abuelo lo hacía los miércoles en el almuerzo, porque los jueves era la pasta... Todos los almuerzos eran sentados a la mesa con la mesa bien puesta: manteles, platos, cucharas, servilletas. Al principio la ponía ella y después las nietas, como buena abuela italiana" (Celia).

Los comensales

Si bien la consigna de trabajo del taller especificaba solamente la selección de un plato preferido, todos los relatos se correspondieron con una comensalidad familiar. Ninguna de las talleristas frente a la propuesta de "plato preferido" eligió una comida realizada fuera del hogar o una comida lista para consumir. Tampoco se habló de estas como alternativas a comidas preferidas.

Amigos, familia nuclear y ampliada fueron parte de las crónicas. No se registraron comensales con poco vínculo afectivo. Los registros fotográficos aportados iban certificando cada narración, donde la comida presente en la mesa servida o en el momento de preparación estaba rodeada de comensales. Si bien los relatos verbales fueron claros y detallados, en los registros fotográficos y la descripción de ellos, se observaba una fuerte asociación comensal-comida.

"¡Se comía en familia y en especial si había visita! Se preparaba la mesa con mantel y toda la vajilla disponible. Los grandes tomaban vino" (Adriana). "La paella la compartimos con familia y amigos" (Rosa).

"La bagna cauda la comíamos los inviernos en familia, pero aquí la hago para mis amigos" (Diana).

"Mis padres tenían muchos amigos y los fines de semana nos juntábamos a comer en alguna casa. Todos llevaban los hijos" (Adriana).

"Ahora recuerdo el guiso de arvejas y me emociono, que lindos momentos... mi hermano ya murió pero aquí en este plato está presente" (Celia).

"La tarta dulce es un agasajo para mi familia o mis amigos. Todas me la piden" (Carina).

Discusión

La temática y el abordaje cualitativo de los relatos permitieron abrir las dimensiones simbólica y biológica en todos ellos. La primera apreciación es que, frente a la consigna de exponer una comida preferida, todas las narraciones fueron referidas a una comensalidad hogareña, permitiendo el análisis de las categorías teóricas propuestas. Si bien se pudieron interpretar en cada relato todas ellas, en las categorías técnicas de elaboración y momento de preparación es redundante la información que se destaca, a veces sin poder encontrar la línea divisoria. La gramática culinaria fue comprendida sin tener necesidad de aclarar conceptos o términos, como si lo dicho fuese propio de cada tallerista en particular. Los grupos de alimentos nombrados para las comidas relatadas contemplan toda la variedad propuesta por las Guías Alimentarias de la República Argentina (GAPA)⁴, con una muy escasa participación del grupo opcionales: dulces y grasas. La incorporación del grupo verduras y frutas estuvo presente en todos los relatos. Este grupo fue descripto según sus capacidades de modificar características organolépticas, de aumentar el tamaño de la porción, por disponibilidad permanente, pero no se le adjudicó un valor nutritivo o saludable según lo recomendado desde la perspectiva biologicista. La ausencia de mensajes vinculados a la comensalidad en las GAPA⁴, hacen imposible vincular los significados encontrados en los relatos con las guías. Si se analizan los relatos según la clasificación NOVA⁵, puede observarse que las comidas seleccionadas no presentaban entre sus ingredientes alimentos ultraprocesados, salvo una excepción presentada como opcional.

El origen de las comidas remite hasta dos generaciones anteriores a la relatora y, si bien hay una presencia más marcada de las mujeres, los hombres también fueron presentados como autores de las comidas familiares y presentes en el momento de la elaboración.

Hay un claro traspaso generacional de las recetas y el hilo conductor fueron las emociones.

Ochoa y Ladio⁶, autores del mismo centro de estudio donde se desarrolló el presente, analizaron en poblaciones rurales de la Patagonia Norte el uso de las plantas comestibles con órganos subterráneos de almacenamiento en la alimentación de sus pobladores, encontrando también un traspaso generacional de la historia de la familiar de la comida como la presencia de mujeres y hombres en el momento de preparar la misma.

En otro estudio, Eyssartier C. et al⁷ investigaron sobre la transmisión cultural de la alimentación considerando vegetales autóctonos en dos comunidades de la Patagonia noroccidental, Argentina. Concluyeron que sobre el notable proceso de aculturación en las comunidades estudiadas afectaría la transmisión de prácticas culinarias tradicionales. Este proceso de aculturación, de globalización alimentaria e introducción masiva de alimentos listos para consumir por parte de la industria alimentaria atraviesa también las poblaciones urbanas de la Patagonia Argentina. Es importante, entonces,

documentar y trabajar sobre la dimensión social de las comidas en cada cultura, permitiendo construir puentes entre las imágenes fragmentadas de la alimentación del hombre biológico y el hombre social.

La comida fue vinculada al amor, al cariño, a la felicidad siendo los comensales, familiares directos o amigos. Las dificultades económicas de la familia no marcaron una traba en el placer por comer. Por el contrario, se eligieron como plato preferido, pese a que en su origen estaban marcados por falta de accesibilidad alimentaria.

El acto de comer tuvo como denominadores comunes, en todas las narraciones, la preparación del lugar y la vestimenta de la mesa. Para estas mujeres, el comer está atravesado por lo imaginario. Fischler³ argumenta que la comida se transforma en un vehículo de viaje en el espacio social e imaginario.

El taller de Extensión Universitaria de la Universidad Nacional del Comahue se organizó entorno a la comida. A partir de esta dimensión, se pudo trabajar en las categorías teóricas establecidas, sin necesidad de ser preguntadas. En cada relato afloraron sentimientos, recuerdos, personas e historia familiar. Pero también disparó historias y vivencias relacionadas en quienes escuchaban. El entretejido de cultura alimentaria (lo simbólico) y composición nutricional se cimentó en las narraciones – relatos sin necesidad de construir puentes para su logro. Es necesario continuar trabajando en investigaciones que interpreten aspectos culturales y biológicos de la alimentación, poniendo a la comensalidad como variable principal, en un pie de igualdad con las variables biológicas de la alimentación. Trabajar

procesos de salud-enfermedad con la imagen completa de la alimentación humana permitirá generar acciones más abarcativas tanto desde lo recomendado como de la acción en salud.

Referencias

1. Mintz, S. Sabor a comida, sabor a libertad. Incursiones en la comida, la cultura y el pasado. México, Ediciones de la Rioja S. A., 2003.
2. Grignon C. Comensalidad y morfología social: un ensayo de tipologías. *Rev Apuntes de Investigación [edición electrónica]* 2012; VI (22): 10-8. Disponible en: <http://www.apuntescecy.com.ar/index.php/apuntes/article/view/454/350>
3. Fischler C. El (h)omnívoro. El gusto, la cocina y el cuerpo. Barcelona, Ed. Anagrama. Colección Argumentos, 1995; pp. 9-122.
4. Guías Alimentarias para la Población Argentina. Documento técnico metodológico. Ministerio de Salud. Presidencia de la Nación Argentina, Buenos Aires, 2016.
5. Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud. Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: tendencias, efecto sobre la obesidad e implicaciones para las políticas públicas, 2016 (consultado el 15 de enero de 2017) Washington, DC. ISBN 978-92-75-31864-5 (Clasificación NLM: WD210). Disponible en: http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=11153%3Aultra-processed-food-and-drink-products&catid=7587%3Ageneral&Itemid=40601&lang=es
6. Ochoa JJ, Ladio AH. Current use of wild plants with edible underground storage organs in a rural population of Patagonia: between tradition and change. *J Ethnobiol Ethnomed* 2015; 11: 70. (Consultado el 28 Mayo 2017). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4582829/>.
7. Eyssartier C, Ladio AH, Lozada M. Cultural transmission of traditional knowledge in two populations of North-western Patagonia. *J Ethnobiol Ethnomed* 2008; 4: 25. (Consultado el 28 de Mayo 2017). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2614966/>.