

Percepciones alimentarias en personas indígenas adultas de dos comunidades mayas

Odette Pérez Izquierdo¹, Austreberta Nazar Beutelspacher¹, Sara Elena Pérez-Gil Romo², María Teresa Castillo Burguete³, Ramón Mariaca Méndez¹

¹El Colegio de la Frontera Sur, México. ²Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán

³CINVESTAV-Unidad Mérida

Recibido:
Aceptado:

Palabras clave:
Hábitos alimentarios.
Preferencias alimentarias.
Alimentación. Cultura.

Resumen

Fundamento: El objetivo del trabajo fue conocer la percepción de mujeres y hombres casados de 18 años de edad en adelante sobre su alimentación actual con la base en la disponibilidad, seguridad y calidad de los alimentos y si consideran que ésta es mejor ahora que antes. Conocer la disponibilidad y preferencia de consumo de alimentos modernos en las localidades estudiadas, y analizar por qué este tipo de alimentos están incursionando en la dieta diaria de las personas y qué las lleva a consumirlos.

Método: Se trata de un estudio de tipo transversal-cualitativo, en el que participaron 12 personas (entre mujeres y hombres) de las comunidades de Xanláh y Mucuyché de Yucatán, se les hizo entrevistas en profundidad a través del consentimiento informado; con el fin de conocer la percepción de la alimentación actual, sus cambios alimentarios y consideraciones de la alimentación de hoy en día. Para ello también se trabajó con adultos(as) mayores a través de la realización de grupos focales para conocer su percepción sobre la alimentación que se tienen actualmente. Para la presentación de los resultados se analizaron los comentarios vertidos por cada uno(a) de los(as) participantes.

Resultados: Los alimentos son elegidos por el prestigio y el estatus que las personas les dan, sin considerar si son nutritivos y saludables; también consideran que el uso de agroquímicos no es bueno debido a que puede causar alguna enfermedad.

Food perceptions among indigenous persons adult two Mayan communities

Summary

Background: The objective was to study the perceptions of married women and men 18 years and older of their current feeding and whether they believed it is better than before. To ascertain the availability of and preference for modern food in the localities studied, and discuss why these foods are making inroads into the daily diet of people and what leads them to consumption.

Methods: This is a cross-sectional qualitative study, involving 12 people (women and men) from the communities Mucuyche and Xanláh, Yucatán, Mexico; In-depth interviews were conducted after informed consent in order to ascertain the perception of current feeding, their dietary changes and considerations about today's food and feeding practices. For this purpose, focus groups were conducted with older adults to understand their current perception of food and feeding. Every single comment from the participants was analyzed.

Results: Foods are chosen by prestige and status conferred to individuals, regardless of whether they are nutritious and healthy. They also consider that the use of chemicals in agriculture is not good because they can cause illnesses.

Key words:
Food habits.
Food preferences.
Food. Culture.

Correspondencia: Austreberta Nazar Beutelspacher
E-mail: anazar@ecosur.mx

Introducción

Los cambios socioeconómicos habidos en México y en otros países del mundo, principalmente en Latinoamérica, han originado modificaciones en el nivel de vida, en los hábitos alimentarios y en el patrón epidemiológico y alimentario de la población mexicana pobre e indígena¹. Estos cambios económicos en las comunidades campesinas se han reflejado en una disminución de la producción agrícola para la subsistencia, en particular la *milpa*^{*} y, por tanto, de la disponibilidad de alimentos para muchas familias rurales pobres. La sustitución en la dieta de los alimentos tradicionales por alimentos industrializados, poco nutritivos y caros, ha ocasionado el deterioro de la alimentación y con ello el estado de nutrición de las familias rurales².

De acuerdo a lo reportado por la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2006³, la población mexicana tiene un consumo excesivo de alimentos de alta densidad energética, mayor consumo de grasas saturadas y ácidos grasos *trans*, alto consumo de azúcares concentrados, y un bajo consumo de frutas y verduras. Estos cambios en la alimentación se ven reflejados en el incremento del sobrepeso y la obesidad, así como de las enfermedades crónico degenerativas, destacando la diabetes mellitus tipo 2 que afecta aproximadamente al 12% de la población adulta en México y es una de las principales causas de mortalidad⁴.

Los cambios en la alimentación en poblaciones indígenas rurales han sido documentados desde los años setenta en todo el mundo. En un estudio realizado en dos comunidades indígenas de Alaska, se observó la erosión de la dieta tradicional, especialmente de la alimentación que se les proporcionaba a los infantes en ese tiempo, que consistía en una dieta rica en hidratos de carbono simple y grasa saturada. Los cambios en la alimentación de estas poblaciones fueron acompañados de un incremento de las enfermedades crónico degenerativas como obesidad, hipercolesterolemia e hipertensión arterial, relacionadas directamente con los procesos de aculturación de la dieta tradicional y de los estilos de vida de esas poblaciones⁵. Estos cambios se deben precisamente a los significados externos, en donde la tecnología alimentaria juega un papel importante, ya que produce alimentos de bajo valor nutritivo, pero con un sabor agradable y atractivo para la población, lo que lleva a que las

personas prefieran este tipo de alimentos y vayan dejando poco a poco su alimentación tradicional. La alimentación de estas poblaciones era rica en proteínas de alta calidad debido a la elevada ingesta de pescado, también era una dieta baja en grasas saturadas con un alto consumo de frutas y verduras.

Berlin y Markell investigaron entre 1972 y 1975⁶ la salud y nutrición del pueblo Aguaruna en Perú, demostrando que su alimentación era adecuada y balanceada, también encontraron baja prevalencia de desnutrición crónica (6%) en infantes y anemia en mujeres (0%); a pesar del alto porcentaje de parasitosis intestinal (97% con uncinarias). Atribuyen ese panorama positivo a la buena nutrición que tenían, a partir de una gran oferta de proteínas producto de la caza y pesca, así como a la gran variedad de vegetales y frutas que consumían.

Sin embargo, 30 años después se realizó una investigación en comunidades aguarunas similares a las de aquella población estudiada, y se encontraron los siguientes indicadores: prevalencia de desnutrición crónica de 33,4% en menores de tres años y de anemia en 50,2% de mujeres en edad fértil. Se llegó a enlistar más de 100 diferentes alimentos locales y foráneos que forman parte de la dieta de las familias aguarunas, pero los alimentos tradicionales que tienen una frecuencia de consumo diario en la mayoría de los hogares son solamente: la yuca y plátanos, alguna frecuencia semanal presenta el arroz, la *carachama*^{**}, gusano, huevo de gallina y verduras como la *chonta*^{***} y *sachaculantro*^{****}, observándose una disminución en el consumo de alimentos regionales y un aumento considerable de alimentos industrializados de corte moderno que conforman la dieta habitual de esta población.

La percepción que tienen los habitantes de la comunidad respecto a esos cambios en la alimentación, es el siguiente: *"la alimentación ha cambiado debido a que ya no se tiene la costumbre de criar, de cultivar, de alimentarse de su propia fuerza de trabajo, ellos tienen costumbre de recolectar, de buscar afuera de recolectar en el monte. Ahora han copiado de sembrar plátanos y vender, venden y comprar solamente el fideos, arroz, papa, que alimento pues compran, en vez de comprar carnicita, en vez de fideos, papa, ahí tienen en su casa plátano, yuca, es suficiente, yo aconsejo a mis paisanos para*

^{*}La milpa es el cultivo conjunto del maíz, frijol y calabaza y en algunas regiones se incluye el chile..

^{**}Es un pez que vive en los ríos de la selva peruana, alojado en las "cochas" o partes pantanosas pegadas a la orilla. Este animal se caracteriza básicamente por dos cosas: su extraordinario valor nutritivo (alta concentración de fósforo) y su aspecto tenebroso a primera vista. Posee un color gris oscuro, casi negro, con gruesas escamas como una armadura medieval, ojos negros y hundidos, cabeza achatada y triangular (Diccionario de la Legua Española. [<http://www.wordreference.com/definicion/chonta/>].

^{***}El palmito, chonta o jebato es un producto alimentario obtenido del cogollo de varias especies de palmera, en particular del cocotero (Cocos nucifera), la jusrá (*Euterpe edulis*), el asái (*Euterpe oleracea*), el pijuayo o pejibayo (*Bactris gasipaes*) y una variedad de moriche de la especie *Mauritia minor*, común y nativa de la cuenca del Orinoco y de otras partes de la América del Sur⁷.

^{****}Es una planta muy parecida al cilantro (*Eryngium foetidum* L. APIACEAE). Contiene Betacaroteno, pigmento que al convertirse en Vitamina A, tiende a actuar como un antióxidante y además ayuda a disminuir el riesgo de enfermedades del corazón⁷.

que puedan cultivar con su propio esfuerzo para que puedan alimentar a sus familias".

Se puede observar que la persona expresa con gran sentimiento que la alimentación ha cambiado en esas poblaciones indígenas, debido a que la gente prefiere cultivar alimentos que se puedan vender y deja de sembrar aquellos que son útiles, necesarios y nutritivos para su alimentación diaria, y el dinero generado por la venta de esos productos alimentarios lo utilizan para comprar otros, muchos de ellos de mala calidad nutricional.

El problema del cambio alimentario se puede deber, en buena parte, a cuestiones de cambio en las políticas agrícolas impulsadas por una economía globalizante⁹ y desde luego debido a la disponibilidad de dinero ante las modificaciones del mercado laboral, que también se ve reflejado en el impacto en la salud de la personas. Es decir, los cambios y las continuidades del comportamiento alimentario deben interpretarse en relación con el sistema social, económico y político¹⁰.

Por su parte, Oseguera y Esparza¹¹ en una investigación realizada con indígenas purhépechas de México encontraron que las prácticas alimentarias están cambiando rápidamente en este grupo indígena, y dichos cambios no necesariamente son para bien. ¿Qué procesos están influyendo para esta modificación rápida de las prácticas alimentarias en poblaciones indígenas? Al respecto se ha señalado que la *disponibilidad* de alimentos industrializados en las comunidades parece desempeñar un papel destacado en el cambio alimentario de las poblaciones indígenas, lo mismo que los *recursos económicos familiares* para comprarlos.

Daltabuilt y Ríos¹² realizaron un estudio en una comunidad maya de Yucatán, en el que señalan que los recursos económicos son decisivos para que las familias compren y consuman alimentos industrializados (refrescos embotellados, galletas, etc.), mientras que los hogares más pobres dependen de los productos tradicionales que ellos mismos producen y de otros que se encuentran en la comunidad.

Dentro de este contexto Croker *et al.*¹³ indican que muchas de las comunidades indígenas de México han abandonado paulatinamente costumbres alimentarias por estar en contacto directo con una sociedad más capitalista y globalizada.

La introducción de políticas de modernización agrícola ha provocado el cambio del modelo productivo de autosuficiencia tradicional a la producción comercial. La modernidad y el desarrollo califican a las sociedades de acuerdo a su ritmo productivo, estiman como limitaciones todos aquellos usos no extractivos y maximizantes de la naturaleza y los recursos naturales. A partir de esta premisa, se evalúa a las sociedades tradicionales e indígenas como "subdesarrolladas", conformistas y cuya actitud llega a ser un severo obstáculo para el "desarrollo"¹⁴.

El Estado ha permitido e impulsado que los pueblos indígenas de México ingresen en esta lógica de control y perpetuación

de la condición de escasez, mediante intervenciones agrícolas e indirectamente por efecto de sus programas alimentarios que provocan el desmontaje sociocultural y que deja como resultado la precariedad económica y cultural de los pueblos indígenas¹⁵.

Finalmente, el proceso de alimentación se cumple en el seno de una comunidad en las que están disponibles sólo ciertos alimentos y la consolidación, la desaparición o la transformación de componentes de la estructura alimentaria proceden de una múltiple conexión con los procesos económicos, productivos, comerciales y sociales¹⁶.

Desde otra perspectiva se habla del papel de la construcción social de una normalidad dietética promovida por los discursos sobre la salud y la dieta correcta (basado en un patrón alimentario de restricción o promoción del consumo de ciertos alimentos), y que durante años han elaborado la autoridades¹⁷. En ella se retoma la interpretación biomédica la cual responde a una lógica que se ha construido al compás de la normalización de la alimentación¹⁸. Se supone que la normalización de la dieta influye en lo que las personas deciden comer, mediante el concepto de "lo sano", "lo nutritivo", "lo adecuado" o "lo correcto". También es posible pensar que la "normalización" se produce no solamente a partir de conceptos asociados a lo "saludable", sino a los medios masivos de comunicación que promueven el consumo de ciertos productos, la mayoría de corte industrializado moderno, asociado a las nociones de vida urbana, disfrute de la vida sana y estatus social. Así, los esfuerzos gubernamentales por "normalizar" la dieta se acompañan de otros de orden empresarial, que al parecer han tenido mayor impacto. De hecho, en los esfuerzos gubernamentales por influir y normalizar la dieta de las comunidades no se ha prestado suficiente importancia a los aspectos de acceso y disponibilidad de alimentos, ni a otros como el estatus social asociado al consumo de ciertos alimentos, lo que explicaría la persistencia de importantes problemas nutricionales en estos grupos poblacionales.

En este sentido es importante preguntarse ¿qué lleva a las personas a consumir alimentos industrializados modernos que no son sanos y mucho menos nutritivos, y que causan un gran daño a la salud? ¿por qué este tipo de alimentos están incurriendo en la dieta diaria de las personas de comunidades rurales-indígenas? ¿Acaso la disponibilidad de estos alimentos modernos en las "tienditas" locales contribuye de manera contundente a que las personas prefieran éstos productos en lugar de otros? ¿Cuál es la percepción que las personas adultas y adultos(as) mayores tiene sobre su alimentación actual, y si consideran que ésta es mejor ahora que antes? Estas interrogantes servirán para analizar cuáles son las razones que llevan a las personas a elegir ciertos alimentos, principalmente los industrializados modernos.

Para ello es necesario ir más allá de la búsqueda de asociaciones estadísticas significativas. Se busca en la investigación cualitativa, una aproximación a la percepción* que de la alimentación tienen las personas que tratan de nutrirse todos los días y que

contribuya a responder algunas de las interrogantes planteadas previamente.

Materiales y métodos

Comunidades de estudio

El estudio se realizó en dos comunidades mayas: la primera localidad, Mucuyché se sitúa en la zona norponiente y la otra, Xanláh en el sur-oriente del estado de Yucatán. La comunidad de Mucuyché, pertenece al municipio de Abalá. Se encuentra ubicada en la región centro norte del estado a unos 37 kilómetros de la ciudad de Mérida, y pertenece a la zona ex henequenera. La comunidad tiene una población aproximada de 507 habitantes y 87,2% habla lengua maya¹⁹. La actividad productiva principal es la agricultura junto con el sector secundario que poco a poco la va desplazando. Aún conserva muchas de sus tradiciones y su índice de marginación es alto²⁰.

La segunda comunidad se encuentra ubicada en la región productiva maicera se llama Xanláh y pertenece al municipio de Chamkon, está ubicada en el cono sur-oriente del estado aproximadamente a 190 km de la capital Mérida, pertenece a la zona milpera. Tiene una población aproximada de 406 habitantes de los cuales 85% habla lengua maya¹⁹. Su actividad productiva principal es la milpa, que consiste en una técnica agrícola antigua usada por los antepasados mayas basada en la roza-tumba-quema, la cual subsiste, con modificaciones, hasta nuestros días. Conserva un gran arraigo de sus tradiciones y cultura. Su índice de marginación es muy alto²⁰.

Método

El enfoque conveniente para el análisis de los datos del estudio realizado es el cualitativo. Los métodos cualitativos se han clasificado de acuerdo con dos orientaciones: constructivista e interpretativo. La primera orientación propone que el conocimiento y la verdad son creados por la mente, mientras que la segunda postula la necesidad de comprender el significado de los fenómenos sociales, la subjetividad e interacción de los individuos a partir de conceptos de relevancia hermenéutica y eventualmente de fundamentos^{21, 22}. Para el caso de la presente investigación se utilizó el análisis interpretativo y para ello se emplearon como herramientas las entrevistas en profundidad, así como grupos focales con adultos mayores.

Las entrevistas en profundidad fueron dirigidas tanto a mujeres como a hombres adultos casados(as) de 18 años o más de edad. Fueron seleccionadas 3 hombres y 3 mujeres de cada una de las comunidades a quienes se les pidió su consentimiento verbal para visitarlos(as) en su domicilio; se les explicó con detalle en qué consistirían las entrevistas y el objetivo de realizarlas. Las entrevistas se realizaron en los días y horas que ellos(as) establecieron.

La guía de entrevista en profundidad estuvo integrada por una temática central: la percepción de las personas adultas sobre el consumo de alimentos con base a la disponibilidad, seguridad y calidad de los alimentos. Como ya se mencionó anteriormente el análisis es interpretativo y se buscó la comprensión más que la explicación de la percepción sobre la alimentación.

Los grupos focales con adultos(as) mayores tuvieron como objetivo, recolectar información sobre cómo consideran su alimentación actual y si esta es diferente a la que tenían cuando ellos(as) eran niños(as).

Por tratarse de una aproximación cualitativa, se basó en ejes temáticos de relevancia que representaron "una dirección en la cual mirar", que en este caso fue la percepción de la alimentación actual y de sus cambios en el tiempo; aspectos que han sido escasamente estudiados en población indígena.

Resultados

Se consideró conveniente, contextualizar los resultados cualitativos, con base en los resultados cuantitativos obtenidos en la primera parte del estudio²³, los cuales se presentan a continuación.

Características sociales y productivas de las poblaciones en estudio

La comunidad de Mucuyché registró niveles de escolaridad significativamente superiores a los de Xanláh, así como mayor porcentaje de estudiantes y de emigrantes tal (Tabla 1).

Lo anterior se explica en parte por los cambios productivos derivados del abandono del cultivo del henequén que obligó a su población a la búsqueda de trabajo asalariado, a la necesidad de una mayor escolaridad para obtener empleo y a la migración laboral. Aunque la mayoría de la población conserva sus parcelas, la producción de milpa es significativamente menor a la de Xan-

*El término percepción es usado en el mundo hispanoamericano tanto para señalar la representación mental de lo captado por los sentidos, para indicar ideas, conocimientos y sensaciones internas. Se pueden hablar de percepción toda vez que la sensualidad, la emotividad y el conocimiento no quedan confinados en el individuo, sino que se establecen afinidades y divergencias a nivel familiar, étnico, territorial, etc., surgiendo tipicidades claramente observables tanto a nivel de la sensibilidad como del discurso social, evidenciando a la comida como un hecho cultural de múltiples significaciones. Al indagar sobre la percepción son las nociones populares, las creencias, expectativas, estereotipos, temores y fervores de los consumidores de alimentos (Oseguera, 2004).

Tabla 1. Características sociodemográficas por comunidad

	MUCUYCHÉ	XANLÁH	TOTAL	X ² ; gl; valor de p
ESCOLARIDAD (15 años y más)				
Sin escolaridad	11,6	47,7	27,2	
Primaria incompleta	29,1	1,5	17,2	
Primaria completa	19,7	23,1	21,1	
Secundaria	33,7	26,2	30,5	
Preparatoria	3,5	1,5	2,6	
Técnica	2,4	0,0	1,4	43.0; 5; 0.000
Total	100,0	100,0	100,0	
ESTADO CIVIL (15 años y más)				
Soltero	33,7	23,1	29,1	
Casado	59,3	66,2	62,3	
Divorciado	0,0	1,5	0,7	
Unión libre	2,3	4,6	3,3	
Viudo	4,7	4,6	4,6	4.0; 4; 0.404
Total	100,0	100,0	100,0	
LENGUAS (5 años y más)				
Solo Maya	2,5	3,6	3,0	
Solo Español	0,9	0,0	0,5	
Maya y Español	96,6	96,4	96,5	1.2; 2; 0.537
Total	100,0	100,0	100,0	
OCUPACIÓN (15 años y más)				
Ama de casa	37,2	41,5	39,1	
Estudiante	11,6	3,1	7,9	
Agricultor	24,4	53,9	37,1	
Empleado	10,5	1,5	6,6	
Trabajo por cuenta propia (baja calificación)	16,3	0,0	9,3	33.6; 4; 0.000
Total	100,0	100,0	100,0	
MIGRACIÓN (15 años y más)				
Hogares con al menos un emigrante (Sí/No)	57,7	12,0	35,3	12.4; 1; 0.000
Emigra el jefe o jefa de la familia (sí/no)	23,1	8,0	15,7	2.3; 1; 0.131
Número de miembros del hogar que emigran				
0	42,3	88,0	64,7	13.1; 2; 0.001
1	50,0	8,0	29,4	
2	7,7	4,0	5,9	
Total	100,0	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración propia. Trabajo de campo 2010, ECOSUR.

Tabla 2. Producción de alimentos y apoyos gubernamentales por comunidad

	MUCUYCHÉ n = %	XANLÁH n = %	TOTAL n = %	X ² ; gl; valor de p
PRODUCCIÓN ALIMENTOS				
Cuenta con parcela (sí/no)	84,6	96,0	90,2	1.9; 1; 0.158
Cultiva la milpa (sí/no)	84,6	100,0	92,0	5.5; 1; 0.018
Cría animales en su parcela (sí/no)	6,3	12,0	9,8	0.38; 1; 0.534
Cría animales en su solar (sí/no)	73,1	60,0	66,7	0.98; 1; 0.321
Produce frutas en su solar (sí/no)	100,0	92,0	96,1	2.94; 1; 0.087
APOYOS GUBERNAMENTALES				
Tipo de apoyo recibido				
Ninguno	23,1	8,0	15,7	
Oportunidades	73,1	84,0	78,4	
70 y más	0,0	8,0	3,9	
Oportunidades y 70 y más	3,8	0,0	2,0	6.3; 3; 0.097
Total	100,0	100,0	100,0	
Cantidad de dinero recibida (pesos M.N.)				
< 1,000.00	36,8	69,6	54,7	
1,000.00 a 1,999.00	31,6	26,1	28,6	
2,000.00 a 3,340.00	31,6	4,3	16,7	7.2; 2; 0.027
Total	100,0	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración propia. Trabajo de campo 2010, ECOSUR.

* Al comparar este concepto sólo se anotaron los porcentajes "sí" de cada comunidad y del total, su complemento "no" es la diferencia al 100%.

láh, se encontró que el 15,4% de las personas están dejando de cultivar la milpa y la producción agrícola se está transformando en monocultivo de maíz, incluso hay quienes prestan sus parcelas para cultivo del cereal (Tabla 2).

El trabajo asalariado que han buscado los jefes de familia y en menor cantidad las mujeres, ha representado la pérdida del cultivo tradicional de la milpa e incluso el cambio de los roles al interior de la familia, ya que al no estar presente ambos padres de la educación y responsabilidad del cuidado de los hijos(as), ahora queda en manos de abuelos(as) y tíos(as).

En Mucuyché menos hogares reciben apoyos gubernamentales (73,1%), pero quienes los reciben son por un monto significativamente mayor que en Xanláh, lo que sugiere una mayor diferenciación económica en Mucuyché.

En la comunidad Xanláh no se ha registrado un cambio significativo de las actividades productivas por lo que predominan las agrícolas orientadas particularmente al cultivo de la milpa. También existe una elevada tasa de analfabetismo de sus pobladores, el mayor porcentaje de agricultores y la mínima presencia

de asalariados, así como la mayor proporción de hogares que reciben apoyo gubernamental mediante el programa Oportunidades (Tablas 1 y 2).

Estas características sugieren diferencias en la composición de la dieta toda vez que los pobladores de Mucuyché tendrían mayor necesidad que la población de Xanláh de comprar alimentos y, por tanto, mayor posibilidad de incorporar a su dieta alimentos industrializados que generalmente son más caros y menos nutritivos, desplazando a los alimentos de corte tradicional.

Tal y como lo dice Gracia¹⁷, los sistemas alimentarios se rigen cada vez más por las exigencias marcadas por los ciclos económicos capitalistas de gran escala, los cuales han supuesto, entre otras cosas, la intensificación de la producción agrícola de corte capitalista, despreciando la producción tradicional como la milpa; la orientación de la política de la oferta y la demanda en torno a determinados alimentos a costos elevados, la concentración del negocio en empresas multinacionales, la ampliación y especialización de la distribución alimentaria a través de una red comercial cada vez más poderosas, y en definitiva, la interna-

cionalización de la alimentación, que llega hasta las comunidades más pequeñas y lejanas de los países en desarrollo.

Para comprender todos estos cambios que interactúan de manera directa con la dieta, es necesario analizar la percepción que la población tiene referente a su alimentación, e identificar los factores que intervienen para que cambie ésta. A continuación se presentan las percepciones de hombres y mujeres adultos casado de las dos comunidades estudiadas sobre su alimentación.

Percepción de las personas adultas sobre su alimentación actual, en relación con la disponibilidad de alimentos

La complejidad del fenómeno alimentario actual y sus consecuencias nutricionales y epidemiológicas exige que se recurra a las herramientas que ofrece la antropología alimentaria para entender por qué la gente decide comer lo que come, y el papel que juega la disponibilidad de alimentos en la elección de éstos.

Dentro de este contexto, las mujeres adultas (entre 18 a 59 años) dedicadas a las labores del hogar, que participaron en la entrevista en profundidad de la comunidad de Xanláh expresaron: *"la alimentación que se tiene ahora es mejor que la que se tenía antes, ya que ahora se come carne y ya no yuca como antes. Existe una mayor cantidad de alimento y ya no tiene uno que ir a la ciudad a comprar las cosas... y pues si tienes dinero pos' compras el pollo, lo sancochas para comer, pero ¿qué más? acá si ni vende pollo acá, casi no lo encuentra uno, no lo vende, sólo el que tiene gallinas en el patio. Acá ¿dónde compras carne?, pues hasta que salga a Valladolid, y allá la compras, sino no, y comemos la tortilla y nosotras la torteamos....Ahora está trabajando mi esposo y mi hijo, traen un poco de dinero y tamos comprando un poco de frutas o verduras para que coman. Las frutas y verduras que compramos son el plátano, manzana, uvas, mango, piña, pues calabaza, chayote, papa, pero falta el dinero. Si hay el trabajo se compran, a veces no hay el trabajo y pues..."* (Mujer de 42 años de la comunidad de Xanláh con 8 hijos).

Al analizar la percepción de la señora, se observa que el dinero y la disponibilidad local de alimentos, son los principales factores para consumir carne, especialmente la carne de res, que se constituye en un símbolo de estatus y posición social dentro de la comunidad para quienes la consumen. Aunque también manifiesta la aproximación a la alimentación ideal, la "dieta normal", promovida por los gobiernos.

En cuanto a la localidad de Mucuyché las personas entrevistadas (mujeres) expresaron sobre la importancia que tiene la disponibilidad de los alimentos en relación con los ingresos: *"Lo que se come ahorita es mejor, porque ahorita cuando va uno a trabajar gana uno un poco de dinero y pos' ahí lo compra. Ahorita hay mayor dinerito para comprar chicharra, puerco y a veces res....ahora comemos las sopas instantáneas, también antes no había lo que son las hamburguesas, perros calientes antiguamente no conocíamos nada de eso. Antes los panuchos se comían uuuuuhhhh estaban contados los días, ahorita cada ocho días se venden panuchos y empanadas aquí. No habían los refrescos, y ahora desde que no hay una coca de dos litros y medio no hay comida je, je, je. Ahora hay más carne que antes, la trae un señor de Sacalum, la trae martes, miércoles y jueves, hay más disposición de carne es mayor ahora que antes."* (Mujeres amas de casa de 30, 35 y 40 años de edad de Mucuyché).

Se observa nuevamente que el ingreso juega un papel importante de acuerdo a la percepción de las señoras entrevistadas, para que perciban que su alimentación es mejor ahora que antes, sin percatarse si los alimentos que consumen son saludables o no, tal es el caso de las sopas instantáneas. Dentro de éste contexto surge éste comentario: *"Ahora ya comemos hasta el francés, pan de harina, compramos el jamón y el queso, pero eso 'vez en cuando', no constantemente hay dinero, porque también en la comunidad no siempre hay, no se puede adquirir todo lo que tú quieras porque el dinero no alcanza, no hay una fuente de empleo, ¿pues dónde? Yo, por ejemplo donde yo tenga un dinero semanal, no tengo dinero semanal, no tengo dinero seguro semanal, si yo tuviera eso, pues los chamacos, mis hijos, si les gusta comer las cosas, les gusta comer rico; con un buen empleo puedes alimentar bien a tus hijos..."* (Mujer de 35 años, 6 hijos, habitante de Mucuyché).

La percepción que tiene sobre una "buena alimentación" está en función de los alimentos industrializados modernos de corte urbano. Llama la atención que no menciona los alimentos tradicionales, que de acuerdo al análisis en las entrevistas, son para personas pobres.

Los alimentos tradicionales siempre han jugado un rol fundamental en la alimentación diaria de las personas, pero a partir de la introducción de los alimentos industrializados modernos cambian las preferencias, así como el significado de alimentos sanos y buenos para ellos(as), tal y como lo muestra el siguiente comentario: *"Ahora a la gente no le gusta comer la chaya*, no le gusta tomar limonada, ya son otras formas de que se alimentan ellos, lo más fácil, les gusta la comida chatarra...."*

*Es un arbusto que mide de dos a tres metros de alto, posee médula gruesa y blanca, y tallos grisáceos o verdosos. Son ricas en sales de hierro, calcio, vitamina "A" y, sobre todo, vitamina "C".

hay mucha gente que sí conoce la buena nutrición porque ya comen carne, comes huevo, comes frijol, comes pastas, lo que tú quieras comer, pero como digo, debes tener un poco de dinero para poder comprarlo...Ahora se come pollo de granja, puerco, refresco embotellado y antes se comía naranja sancochada, xpelón**; ahora también se toma horchata y avena.” (Hombre de 45 años, 3 hijos, de Mucuyché).*

Las percepciones evidencian que el ingreso económico que ahora tienen las personas, aunque de manera intermitente, les proporciona la seguridad de poder conseguir y disponer de los alimentos que ellas quieren ya que no tienen que salir de sus comunidades para conseguirlos, aunque muchos de los alimentos que compran no necesariamente son saludables.

Bajo esta premisa de lo que es y no es saludable para alimentarse, Vargas²⁴ comenta que el grupo al que se pertenece tiene una interpretación de lo que es comestible o bebible, pero además de las circunstancias y manera en que debe realizarse y esto también influye sobre la elección de lo que se come y sobre el prestigio del cual gozan determinados alimentos.

Es interesante analizar el siguiente comentario de una mujer madre de familia de 35 años de edad, que hace hincapié en la percepción que se tiene sobre los alimentos industrializados, que son consumidos cuando se tiene dinero y, por tanto, considerados como “buenos” para la alimentación por indicar mejor situación económica: *“Hoy se come mas mejor, hoy hay hasta su refresquito, cada tres veces a la semana cuando tengamos dinero, porque hoy hay facilidad de traer las cosas...de antes pues tenía que salir a una ciudad a traer las cosas, pues ahorita todas las cosas te las traen. Lo que es frutas si tienes dinero lo estas comprando, pan dulce, pero hoy hay más facilidad no tienes que salir a la ciudad”.* (Habitante de Mucuyché).

Se evidencia el lujo y estatus que el refresco y otros productos alimentarios de corte moderno representan para la señora, es decir, ahora ya tiene dinero para comprarse un “refresquito” situación que no ocurría en el pasado, ahora representa estatus al interior de la comunidad. El consumo de refresco embotellado es considerado como algo “rico o sabroso” de menor costo que la carne y que representa prestigio entre los habitantes de las comunidades. Debe señalarse, que de acuerdo con ese testimonio, la disponibilidad local también desempeña un papel destacado en el consumo de los alimentos industrializados modernos.

Estudios realizados en México y en el extranjero, reportan que los cambios en el ingreso de las familias se comportan de manera diferente de acuerdo con el nivel socioeconómico o de acuerdo a las diferentes regiones²⁵. Como sucede en la comuni-

dad de Xanláh en relación al ingreso y alimentación, se refleja una clara disposición a cambiar la dieta y si no lo han hecho del todo es por falta de dinero para comprar los alimentos o por falta de disponibilidad de éstos, lo que sugiere que si hubiera un incremento en los ingresos, acompañado de mayor disponibilidad local el cambio en la dieta se aceleraría.

Percepción de los alimentos que gozan de prestigio y estatus dentro de la comunidad

Las funciones de comer y beber tienen un sustrato fisiológico común, pero son interpretadas por cada persona en un tiempo, lugar y circunstancia concreta, incluyendo sus propios valores y referentes. No se debe perder de vista que cada persona tiene sus vivencias de acuerdo con sus particularidades biológicas, psicológicas y culturales²⁶ y cada uno de estos factores va a influir directamente en el tipo y elección de alimentación que cada persona lleve a cabo.

En este sentido, se presenta la percepción que tienen los(as) entrevistadas de las comunidades estudiadas respecto a los alimentos que gozan de prestigio y estatus dentro de las comunidades y que es considerada alimentación de ricos, y por tanto, una alimentación buena y nutritiva a la que pueden acceder quienes están en mejor posición socioeconómica.

En este sentido en las comunidades (Mucuyché y Xanláh) se analizaron las siguientes percepciones de mujeres y hombres de 30 a 59 años de edad, respecto a la alimentación de los “ricos”, y mencionaron: *“Los ricos comen más carne, más queso, más jamón, más yogur, no te comen solo el frijol con tortilla y huevo no te lo comen....este, pues ellos comen bien, comen más saludable ellos. Ahorita se come más carne que antes de 3 a 4 veces a la semana y la carne de pollo es la que más se come, también tomamos más leche. También ellos pueden comprar a la hora que quieran las cosas que quieran y de más calidad. Comen más carne y nosotros casi frijol, huevo....solo los sábados hay un poco de carne, el domingo comemos pollos. Pues creo que comen mejor los ricos, pues ellos tienen el dinero ja, ja, ja, ja, pues nosotros los pobres... no tenemos dinero tenemos que comer poco, pobre ja, ja, ja. Los ricos comen muchas cosas porque ellos tienen dinero.....ellos no comen lo que estamos comiendo, porque ellos tienen dinero están ricos ja, ja, ja, ellos no comen nomás frijol... los pobres nomás tortilla, frijol y huevo comen, nomás eso...”.*

Se observa el valor significativo que tiene la carne para las personas, es considerado un alimento “bueno”, es decir, nutritivo y saludable; es importante que el dinero que se tiene sea utilizado

*Naranja que es hervida al vapor.

**Es una leguminosa propia de la región, es rica en aminoácidos.

para comprar carne, así como alimentos derivados de éstos, ya que mencionaron que los quesos y el yogur es comida de ricos; y que los pobres en lugar de comer este tipo de alimentos tienen que comer poco porque no disponen de suficientes dinero para comer más y mejores alimentos.

Se evidencia que las personas eligen los alimentos por el prestigio y el estatus que éstos dan, por ello los programas de salud que impulsa el gobierno federal no tienen el éxito que se espera ya que, la gente selecciona los alimentos no por su valor nutricional, ni porque sean sanos y saludables, sino que las preferencias están mediadas por el sabor y por el significado de prestigio y estatus que les dan dentro de la comunidad.

Un dato interesante encontrado en las entrevistas es que el apoyo económico que el Programa Oportunidades otorga a las familias es utilizado para comprar alimentos y surtir la despensa, pero esos alimentos adquiridos están seleccionados por el prestigio y el estatus que tienen al interior de las comunidades, lo que paradójicamente induce no al mejoramiento de la dieta, sino al consumo de alimentos obesogénicos y de bajo valor nutricional tal y como lo evidencia el comentario siguiente: *"Cuando nos dan Oportunidades aprovechamos a comprar cosas, como carne, los kelloggs, refresco y poder comprar más"* (Mujer de 35 años, un hijo originarios de Mucuyché).

También puede notarse la influencia que tiene la televisión en la selección de los alimentos y el significado que esto tiene, una persona comentó que: *"Aquí en el pueblo todos somos pobres y comemos lo mismo...yo veo la tele y veo que los ricos comen diferente"* (Hombre de 37 años, 4 hijos originario de Xanlá).

Todo ello influye de manera significativa en la selección de alimentos y al prestigio que se les otorga, generando expectativas acerca de los alimentos "buenos" y "adecuados".

Percepción sobre inocuidad (seguridad-calidad) de los alimentos consumidos

Dentro de este contexto, la seguridad y calidad de los alimentos, es decir, la inocuidad alimentaria que perciben las personas son creadas por su particular realidad de consumo bajo la influencia de la cultura que les rodea y su correspondiente cosmovisión. También influyen sus vivencias personales cotidianas y eventuales o extraordinarias, que les permiten construir objetiva y simbólicamente la percepción sobre la alimentación²⁶. Es decir, cada persona tiene sus vivencias propias, de acuerdo con sus particularidades biológicas, psicológicas y culturales que van a influir directamente en la percepción que se tenga de la alimentación, y por tanto, de la calidad y de la seguridad de los alimentos, referida específicamente a si los alimentos pueden estar contaminados o pueden ser un vehículo de contaminación por pesticidas utilizados durante su cultivo. En este sentido los(as) participantes en la entrevista expresaron que los alimentos que

se consumen ahora no son de buena calidad como en el pasado, tal y como lo manifiesta Don Jesús de Xanlá de 49 años y Don Max de 47 de Mucuyché: *"Pos' creo que se come mejor de antes ¿por qué? Porque eso de antes no conoce el fertilizante 'nomas' lo siembra así, no tiene puesto nada, en cambio ahora se está usando el fertilizante, con el fertilizante se queda grande la mata, de antes no hay fertilizantes, creo que es mejor que no usen el fertilizante.....pues creo que es mejor de antes....Pues de antes era mejor la alimentación porque de antes no usa fertilizante 'nomás' crecen, todo lo que estás sembrado nomás crecen.....pero ahorita pos pura fertilizante usan"*.

En este mismo sentido Don Juan de 57 años de Mucuyché comentó lo siguiente: *"No, pues desde mi punto de vista era 'más mejor' la comida de antes, porque no había mucha contaminación, ahorita pues el pollo y el cerdo en tres meses, tres, siete semanas ya están grandes, de antes no, puro maíz, masa, calabaza es lo que se le daba a los marranos, pero ahorita puro alimento quince días, tres semanas ya están listos para comer, era más mejor ¿porqué más cree que es mejor lo que se comía antes? Pues para mí porque son, son cosas naturales así, no hay nada de químicos, pero ahorita pura química lo que se está utilizando pura química para el alimento de los animales y pues eso comemos también nosotros"*.

Se puede observar que estas personas tienen muy claro lo que representa en su alimentación el uso indiscriminado de fertilizantes químicos utilizados en la agricultura, y por tanto que son dañinos para la salud humana. Lo mismo sucede con los alimentos procesados que se usan para alimentar al ganado, que a la larga puede tener graves consecuencias en la salud de los consumidores.

La percepción que los señores tienen sobre la calidad de los alimentos que se cultivaban hace tiempo o en sus comunidades, específicamente referente a la inocuidad alimentaria, lo considera un aspecto muy importante, debido a que son productos naturales y por tanto no causan ningún daño a la salud. Es importante señalar que la percepción de estas personas referente a que la alimentación de antes era mejor que en la actualidad, es en el sentido del uso de pesticidas y agroquímicos, no en cuanto a la calidad de la dieta o sus preferencias.

Cabe mencionar el papel que juega el cultivo de la milpa dentro de la cultura maya, pero desafortunadamente se enfrenta con el impulso agrícola comercial, que deja a un lado el cultivo de la milpa para impulsar el cultivo de alimentos que tienen un mayor valor comercial y que son solicitados por el mercado.

Adicionalmente, aun cuando la milpa se sigue cultivando por cada vez un menor número de agricultores, ahora se recurre frecuentemente al uso de fertilizantes químicos, lo que ha sido promovido por las políticas gubernamentales de apoyo al campo.

Como se mencionó en líneas anteriores, en la comunidad de Mucuyché se está perdiendo la práctica de la siembra de todos los alimentos que conforman la milpa, y recurren al trabajo

asalariado cambiando las actividades productivas lo que se acompaña de un desplazamiento del cultivo de la milpa por el monocultivo de maíz.

Percepción de la alimentación de antes y ahora en personas de la tercera edad

Las personas de esta edad consideran que la alimentación que se tenía antes era mejor que la de ahora, ya que en la actualidad hay pollos de granja y que por eso hay muchas enfermedades. Antes se consumían alimentos sanos que existían en el mismo pueblo y en patio de las casas, también se iba a cazar animales de campo. Consideran también que hoy en día se usan los fertilizantes para el cultivo de las plantas y alimentos químicos para la cría de animales. Nuevamente, el cambio hacia la alimentación actual se ve como negativo, pero específicamente en lo que se refiere a la inocuidad y no a la composición de la dieta o el tipo específico de alimentos que se consumen.

Por otra parte, los platillos tradicionales se siguen preparando, pero muchos de los ingredientes (carnes, verduras y frutas) que se usan son de los que venden en la tienda y que ya no se cultiva ni se caza como antes. Consideran importante seguir manteniendo sus costumbres alimentarias como la preparación de guisos como cochinita *pibil** y *puchero*** , entre otras, porque eso les da identidad; piensan que para no perder la identidad alimentaria se debe revalorar y enseñar a las mujeres a preparar los guisos que son tradicionales de Yucatán.

Consideran que los alimentos "modernos" son buenos para comer porque tienen un buen sabor, siempre y cuando se tenga el dinero para adquirirlos, y su consumo deberá ser de vez en cuando. También observan que los niños(as) consumen muchos productos "chatarra" como frituras y dulces y mencionan que no les gusta comer frutas ni verduras.

Los resultados de éste apartado muestran que el mayor cambio que observan las personas adultas mayores respecto a la alimentación se refiere a la pérdida de inocuidad de los alimentos, derivado del uso de agroquímicos; pero perciben el mayor cambio en la población infantil y en adultos jóvenes, ya que ellos son los que consumen "alimentos chatarra".

Es importante mencionar que en la comunidad de Xanláh los productos como hamburguesas, tacos al pastor, pizzas, etc., son aún desconocidos.

Discusión

El acto de alimentarse constituye no sólo un fenómeno cultural que nutre identidades, sino que se ha convertido en un hecho polémico que pone en riesgo la salud de las personas. Su estrecha relación con aspectos políticos, culturales, ecológicos, biogenéticos, nutrimentales y biotecnológicos han obligado a poner especial atención en el estudio de la reestructuración del sistema alimentario global, tanto como en las tradiciones y percepciones alimentarias de las personas y de los pueblos, como también en sus relaciones simbólicas²⁷; que son escasamente estudiadas principalmente cuando se trata de población indígena.

La globalización del sistema alimentario está transformando la diversidad de las culturas alimentarias locales debido a la imposición de una monocultura global que se establece en la sociedad mediante patrones de producción y consumo más o menos definidos por las grandes compañías agroindustriales²⁸. Las percepciones que las personas tienen de la alimentación actual de acuerdo a los resultados mostrados, deja en evidencia que efectivamente la globalización alimentaria y las grandes compañías transnacionales de comida rápida, están transformando las percepciones de la población, principalmente de las personas jóvenes, considerándola como buena, en comparación con la percepción que se tiene de la comida tradicional.

Destaca de los resultados obtenidos el hecho de que las personas no mencionan las propiedades nutrimentales de los alimentos como condición para adquirirlos; se rigen por los alimentos que se expenden en las tiendas de la localidad, es decir, por aquellos productos nuevos que ofrecen y que se originan a partir de las nuevas necesidades basadas en los tipos de vida, la moda y las transformaciones de los mercados laborales y comerciales²⁹.

Los resultados muestran tres aspectos relevantes para entender lo que está sucediendo en las comunidades estudiadas: a) que las personas basan el consumo de alimentos modernos no en su calidad nutrimental, sino en los aspectos principalmente de prestigio y estatus; b) también para conocer y disfrutar el sabor de los nuevos productos que ofrece el mercado, ya que son "ricos y sabrosos", y c) en la disponibilidad alimentaria y de ingresos, ya que esto permite adquirir alimentos que gozan de prestigio y reconocimiento social en el interior de las comunidades. Esta situación se acompaña de la transformación de la producción agrícola, de la milpa al monocultivo del maíz, y la sustitución de la milpa, que es principalmente destinada al autoabasto, por productos para la comercialización, así como la búsqueda de un trabajo asalariado asociado a la migración laboral.

*Es un platillo de la gastronomía yucateca, basado en carne de cerdo adobada en achiote, envuelta en hoja de plátano y cocida dentro de un horno de tierra. La cochinita pibil se acompaña con cebolla morada en naranja agria. Generalmente en tortas y tacos con un encurtido de chile habanero muy común en la región.

**Es un platillo de la gastronomía yucateca, basado en tres carnes (res, cerdo y pollo), en compañía de algunas verduras como calabaza, zanahoria, papas, repollo, tomate, chayote.

El diseño de programas para mejorar la alimentación de las poblaciones rurales tiene que tomar en cuenta los cambios productivos y laborales, la disponibilidad de alimentos y las preferencias mediadas por el prestigio social. Dentro de este contexto cada persona se identifica con aquellos platillos que le han sido ofrecidos desde pequeño y gustará de aquellos que le evocan gratos recuerdos y, desde luego, también de aquellos que le hagan alcanzar un nivel de estatus y prestigio²⁶.

Los alimentos y la alimentación misma, desde el estudio de la antropología evidencian significados que se asocian a vivencias de lo estrictamente nutricional, es decir; los alimentos además de nutrir significan y comunican.

Referente a los contaminantes por agroquímicos que mencionaron las personas en las entrevistas en profundidad, Toledo³⁰ señala que se trata de riesgos provocados como consecuencia de prácticas ineficaces y descuidadas que se originan en la esfera de la producción, pero que pueden ser evitables. Los más comunes se asocian con enfermedades provocadas por toxicidad de agroquímicos, contaminación genética y aparición de microorganismos patógenos en animales comestibles. El incremento de la producción alimentaria ha estado presionando los sistemas agrícolas y ganaderos con los consecuentes riesgos para el equilibrio ecológico y, desde luego, para la salud humana.

Debe tomarse en cuenta que el acto de consumir alimentos suele implicar una pausa en el devenir de la vida, e implica la incorporación de lo externo a lo interno y su transformación en lo propio: en el yo mismo²⁶. Es decir, la alimentación no es y nunca ha sido una mera actividad biológica.

Los programas orientados a mejorar la alimentación y la nutrición de las poblaciones rurales deberán tomar en cuenta lo anterior, pues sin ello, dichos programas no tendrán el efecto deseado, e incluso podrían tener un efecto negativo al favorecer, inintencionadamente, el consumo de alimentos industrializados modernos como ocurre actualmente con el programa federal Oportunidades²³.

El estudio realizado en estas dos comunidades de Yucatán evidencia la complejidad de aspectos que influyen en la nutrición y alimentación de las poblaciones rurales mayas, pero deberán realizarse más investigaciones que permitan profundizar el conocimiento en este campo para aportar mayores elementos que documenten políticas y programas efectivos para mejorar la calidad de vida de la población rural e indígena.

Agradecimientos

Al Instituto Nacional de Ciencia y Tecnología por el apoyo económico para realizar los estudios doctorales, del cual se desprende este artículo.

Bibliografía

1. Chávez A, De Chávez M, Roldán A, Bermejo S, Ávila A, Madrigal H. *The Food and Nutrition Situation in Mexico: A food consumption, nutritional status and applied programs tendencies report from 1960 to 1990*. México, D.F.: Editorial Pax México, 1996
2. Dewey K. Nutritional Consequences of the Transformation from Subsistence to Commercial Agriculture in Tabasco, México. *Human Ecology*. 1981;9(2):151-87.
3. Olaiz G. et al. *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2006*. Cuernavaca, México, Instituto Nacional de Salud Pública. 2006.
4. Ávila A, Shamah T, Chávez A. *Encuesta Nacional de Alimentación y Nutrición en el medio rural 1996*. México, Instituto Nacional de Nutrición Salvador Zubirán. Subdirección General de Nutrición de Comunidad; 1997
5. Draper H. The Aboriginal Eskimo Diet in Modern Perspective. *American Anthropologist* 1977;79(2):309-16.
6. Berlin A, Markell E. An assessment of the nutritional and health status of aguaruna jivaro community, Amazonas, Peru. *Ecol Food Nutr* 1977;6:69-81.
7. Diccionario de la Lengua Española. [accedido 2011 Diciembre 03]. Disponible en: URL [http://www.wordreference.com/definicion/chonta].
8. Huamán L, Valladares C. Estado nutricional y características del consumo alimentario de la población aguaruna. Amazonas, Perú 2004. *Rev Peru Med Exp Salud Pública* 2006;23(1):12-21.
9. Braun J, Kennedy E. Commercialization of subsistence agriculture; Income and nutritional effects in developing countries. *Working paper on commercialization of agriculture and nutrition no 1*, Washington D.C. International Food Policy Research Institute. 1986.
10. Fischler C. *El omnívoro. El gusto, la cocina y el cuerpo*. Barcelona: Anagrama, 1995.
11. Oseguera D, Esparza L. Significados de la seguridad y el riego alimentarios entre indígena Purépechas de México. *Desacatos* 2009;31:115-36.
12. Daltabuit M, Ríos A. Cambios de la dieta familiar en Yalcobá, Yucatán. *An Antrop* 1992;29(1):23-33.
13. Croker R. et al. Interculturalidad alimentario-nutricional en la etnia Wixarika de México. *Rev Esp Salud Pública* 2004;78(6):691-700.
14. Estevia G. Detener la ayuda y el desarrollo: una respuesta al hambre. En: *Carencia Alimentaria. Una perspectiva antropológica*. Barcelona: Serbal UNESCO. 1985
15. Carrasco N. Desarrollo de la antropología de la alimentación en América Latina: Hacia el estudio de los problemas alimentarios contemporáneos. *Estudios Sociales* 2007;15(30):79-101.
16. Viola M. Estudio sobre modelos de consumo: una visión desde teorías y metodologías. *Revista Chilena de Nutrición* 2008;35(2):1-9.
17. Gracia M. Comer bien, comer mal: la medicalización del comportamiento alimentario. *Salud Pública Mex* 2007;49(3):236-241.
18. Sobal J. The medicalization and demedicalization of Obesity. En: Maurer D, J Sobal (ed). *Eating agendas. Food and nutrition as Social Problems*. Nueva York: Aldine de Gruyter, 1995.
19. INEGI. *Censo de Población y Vivienda 2005*. Volumen II. México: INEGI. 2004.
20. SEDESOL. *Índice de Marginalidad por Municipios del Estado de Yucatán*. México: Secretaría de Desarrollo social, 2008.
21. Álvarez-Gayou J. *Cómo hacer investigación cualitativa: fundamentos y metodología*. Buenos Aires: Paidós Educador, 2004.

22. Martínez M. *Comportamiento Humano. Nuevos métodos de investigación*. México: Editorial Trillas, 2002.
23. Pérez-Izquierdo O, et al., Frecuencia del consumo de alimentos industrializados modernos en la dieta habitual de comunidades mayas de Yucatán, México. *Estud Soc* 2012;20(39):155-84.
24. Vargas A. ¿Por qué comemos lo que comemos? En Cuadernos de trabajo del Instituto de Investigaciones Antropológicas. México: UNAM, 1997:57-62.
25. Borbón C, Robles A, Huescas L. Caracterización de los patrones alimentarios para los hogares en México y Sonora. *Estudios Fronterizo Nueva Época* 2010;11(21):203-37.
26. Vargas L, Casillas L. Comer, beber, cuerpo y cosmovisión, un viaje de ida y vuelta. *An Antrop* 2008; 42: 87-115.
27. Sandoval A, Domínguez S, Cabrera A. De golosos y tragones están llenos los panteones: cultura y riesgo alimentario en Sonora. *Estud Soc* 2009;17:149-79.
28. Shiva V. Globalización y pobreza. (Entrevista). 2008. Disponible en: <http://www.globalresearch.ca/globalization-and-poverty>.
29. Contreras J. Modernidad alimentaria: entre la sobreabundancia y la modernidad. En: Sandoval S, Meléndez MJ (Coords). *Cultura y seguridad alimentaria: enfoques conceptuales, contexto global y experiencias locales*. México, Centro de Investigaciones en Alimentación y Desarrollo A.C., Plaza y Valdez, 2008; pp 1-307.
30. Toledo V. Ecología, espiritualidad, conocimiento –de la sociedad del riesgo a la sociedad sustentable-. (mimeo). 1999.



nutrición  sin fronteras

¡Ayúdame a cumplir cinco años!

www.nutricionsinfronteras.org
902 432 009

La alimentación es un derecho universal

Con 22€/mes durante un año harás posible que un niño o una niña pueda acceder al tratamiento y evitará su muerte.

Sigue el día a día de estos niños y niñas desde www.nutricionsinfronteras.org/blog
Una vez al año te enviaremos información sobre los niños y niñas atendidos gracias a tu colaboración.