



Decir la comida: un estudio cualitativo sobre los sentidos del comer sano

María Lis del Campo.

Tesis - Maestría en Comunicación y Cultura Contemporánea - Universidad Nacional de Córdoba.
Centro de Estudios Avanzados, 2014.

Este documento está disponible para su consulta y descarga en RDU (Repositorio Digital de la Universidad Nacional de Córdoba). El mismo almacena, organiza, preserva, provee acceso libre y da visibilidad a nivel nacional e internacional a la producción científica, académica y cultural en formato digital, generada por los miembros de la Universidad Nacional de Córdoba. Para más información, visite el sitio <https://rdu.unc.edu.ar/>

Esta iniciativa está a cargo de la OCA (Oficina de Conocimiento Abierto), conjuntamente con la colaboración de la Prosecretaría de Informática de la Universidad Nacional de Córdoba y los Nodos OCA. Para más información, visite el sitio <http://oca.unc.edu.ar/>



Esta obra está Decir la comida : un estudio cualitativo sobre los sentidos del comer sano por María Lis del Campo se distribuye bajo una [Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

Universidad Nacional de Córdoba
Centro de Estudios Avanzados
Maestría en Comunicación y Cultura Contemporánea

**Título: “Decir la comida. Un estudio
cualitativo sobre los sentidos del *comer sano*”**

Autora: María Lis del Campo

Directora: Dra. Alicia Navarro

Codirectora: Mgter. María Elena Previtali

CÓRDOBA, MAYO DE 2014

AGRADECIMIENTOS

Esta tesis es producto de la necesidad de hallar *voces humanas* en las categorías y lineamientos que la Nutrición viene proponiendo como modo de mejorar las condiciones de salud de las personas. Es por eso que quiero agradecer en primer lugar, a quienes generosamente me abrieron las puertas de su vida cotidiana, constituyéndose en mis interlocutores durante las entrevistas, permitiéndome asomarme al transcurrir de sus rutinas y a la intimidad de sus hogares.

Quiero agradecer muy especialmente...

A Alicia Navarro, por enseñarme a ir por más cuando hay curiosidad, ganas y compromiso, también por su afecto y confianza.

A Malena Previtali, por mostrarme la seriedad del abordaje cualitativo, por ayudarme a valorar mi trabajo y el optimismo en cada una de las devoluciones.

A mi amiga (que la vida me dio por hermana) Valusi por sus lecturas, por los intercambios, por acompañarme cuando todo era niebla, así como cuando el sol iluminaba demasiado. Por tanto cariño y comprensión.

A Daniela Monje por su buena predisposición, el aliento y el tiempo dedicado a cada una de las consultas. También a Marita Mata y a quienes hacen de esta Maestría un espacio abierto y de crecimiento.

A mis hermanas (que la vida me dio por amigas) Sarita, Marina, Lei y Anita por estar siempre en los momentos complicados y también por tantas risas.

A mis compañeros de Didáctica por las reflexiones, el entusiasmo y las preocupaciones compartidas. También por saber entender los tiempos que esta tesis me ha llevado.

A Eri y Mer por su enorme colaboración en el trabajo de campo.

A Daniela Defagó por alentarme siempre, entender mis desasosiegos y ayudarme a bajar a la tierra cuando la complejidad del mundo académico lo requiere.

A todas aquellas personas de la comunidad de la Escuela de Nutrición que me cedieron espacios, aguardaron mis tiempos y entendieron mi inquietud en el último periodo de tesis.

A mi familia por el acompañamiento de siempre.

También agradezco a la Secretaría de Ciencia y Tecnología de la UNC por la beca proporcionada para la finalización de esta maestría, y a Adrián Carbonetti por la dirección de la misma.

Dedico este trabajo a mi compañera y amiga más especial Vale, que estoy segura “con el alma nos ve mejor”.

RESUMEN

“Decir la comida. Un estudio cualitativo sobre los sentidos del *comer sano*”

La ciencia nutricional y su discurso proponen un modo de tipificación normalizada del comer y de pensar la comida, cuyas reglas y preceptos han pasado a conformar verdades instaladas en el pensamiento del sentido común. En este trabajo exploro los sentidos acerca del *comer sano* como construcción sociocultural que permite articular lo alimentario tematizado en el espacio público en relación con la salud, con el sentido de la comida en la vida cotidiana.

Se trata de un diseño cualitativo, donde analizo las narrativas de sujetos de clase media, residentes en la ciudad de Córdoba, obtenidas mediante entrevistas en profundidad. Como modo de aprehensión del sentido he analizado las *representaciones sociales*, las *identificaciones* y las *interacciones* de los sujetos, privilegiando sus lecturas de la realidad en función de las cuales he adoptado las perspectivas teóricas pertinentes.

Entre las principales conclusiones se desprende que a partir de las normas y valores que propone el discurso nutricional se ponen en juego representaciones diferenciadoras y diferenciadas de mundos sociales complejos y multidimensionales. Las categorías abstractas y reificadas con que la ciencia nombra la comida, aparecen mediadas por las trayectorias familiares y experiencias personales y afectivas por donde circula el sentido. El entrecruzamiento entre saberes tradicionales y el conocimiento moderno responden a una selección de rasgos que satisfacen situaciones sociales concretas. *Narrar qué se come, cómo se come y por qué y con quién*, implica un proceso de reconocimiento donde la racionalidad alimentaria da lugar a la emergencia de discursos identitarios en relación a la construcción de un cuerpo acorde a la norma y de sentidos de pertenencia vinculados al género y la clase social. No obstante, es allí en la dimensión subjetiva, donde puede leerse la modificación, recreación y disputa por el sentido, puesto que ante unos modos legítimos de alimentarse, no sólo hay reproducción, sino también creatividad e inventiva.

ABSTRACT

“Narrating food. A qualitative research about *eating healthy* senses”.

The nutrition science discourse has proposed a standardized way of eating and thinking about the food. Those rules and precepts have become truths on the thought of common sense. In this work I explore the *eating healthy* senses as a social and cultural construction. It allowed me to elucidate the relationship between healthy food topic in the public space, and the food in the common sense knowledge. This study is a qualitative research. There, I analyze the narratives of middle class subject's residents in Cordoba. The information was collected by in-depth interviews. I propose to apprehend the meaning of *social representations*, *identifications* and *interactions* concepts. For this purpose, I have adopted the relevant theoretical perspectives with particular emphasis in subject's perspectives.

Among the key findings, it is clear that the nutritional discourse norms and values involve differentiating and differentiated social representations that have been developed from complex and multi-dimensional worlds.

This abstracts and objectified science concepts, are mediated by family paths and personal and emotional experiences. The crossover between traditional knowledge and modern knowledge occurs as a consequence of the selection of features according to specific social situations. The narratives about *what* do we eat, *how* do we eat and *why* and *who* do we eat *with* mean the recognition of the identity discourses as a consequence of the food rationality process. This process occurs in association with a normalized body construction. In the same way it occurs with gender and social class identifications. However, in the subjective dimension we can recognize transformation, recreation and the fight for the sense. The ways of food not only means reproduction, but they also mean creativity and inventiveness.

ÍNDICE

Introducción	6
Acerca de la organización de esta tesis	12
Capítulo I: Guía de ruta para la construcción del objeto de estudio... 14	
Estado del arte	14
De cómo la ciencia moderna construyó el <i>régimen</i> alimentario.....	20
La palabra pública acerca del <i>comer</i>	26
Relatos de lo cotidiano: la construcción del sentido común.....	30
Identificaciones.....	35
Ese sector llamado <i>clase media</i>	41
Un típico país de clase media.....	42
Las prácticas y representaciones de la clase media.....	45
Objetivos.....	47
Apreciaciones Metodológicas.....	48
La mirada cualitativa.....	48
La recolección de datos: entrevistas y entrevistados.....	49
Algunas consideraciones sobre la interacción en la situación de entrevista.....	53
Capítulo II: La comida pensada.....	56
Definiciones del <i>comer sano</i> o la comida proscripta.....	57
Cruce intergeneracional: ¿La caída de un paradigma?.....	58
1. El deber de <i>comer bien</i>	60
2. <i>No hay comensales como antes</i>	69
La <i>salud preventiva</i>	73
En la teoría sí, en la práctica no.....	84
Capítulo III: Presentar y re-presentar el cuerpo.....	90
El teatro de la vida cotidiana: “ <i>Comer para vivir y no vivir para comer</i>	92
El valor del discurso: <i>naturalmente</i> inapetente y delgada.....	99
La <i>imperfección social</i> de los gordos.....	103
1. La obesidad latente: <i>Cuando más me quiero cuidar, es cuando me pongo más ansioso</i>	109
2. <i>Veo el sufrimiento de esos pobres gordos</i>	114
3. Transformar el cuerpo: <i>La única solución que tuvo fue la operación</i>	117

Capítulo IV: Mujeres.....	122
De infancia, disciplina y normalidad: <i>ser más chiquita más normal</i>	124
Saber, decidir y dedicarse.....	130
<i>Acostumbrase y acostumbrarlos: renegociaciones</i>	138
Tiempos medidos y tiempos vividos.....	144
Reinados e invenciones.....	146
Conclusiones.....	153
La singularidad de lo socialmente construido.....	154
Cuerpo apropiado, cuerpo demostrado.....	158
Madres eran las de antes.....	160
Reflexiones finales.....	161
Referencias Bibliográficas.....	165

INTRODUCCIÓN

En el año 2006, luego de tres años de residencia de posgrado en Nutrición Clínica, decidí sumarme como Instructora en el Área a la asignatura Didáctica de la Nutrición, correspondiente al segundo año de la carrera de Licenciatura en Nutrición de la Universidad Nacional de Córdoba. Adentrarme en el campo de la pedagogía en relación a lo alimentario tenía que ver entre otras motivaciones personales con ciertas inquietudes que me incomodaban en la práctica profesional y ponían en cuestión su sentido.

En ese tiempo, mi cotidianeidad laboral, predominantemente ocupada por la actividad clínica, y mi incipiente actividad en la docencia universitaria transitaban entre el análisis de cifras estadísticas que indicaban que el estado nutricional de argentinos y cordobeses, lejos de mejorar, estaba empeorando en todas las capas sociales¹; la observación de un número creciente de componentes educativos en políticas y planes de Salud y Nutrición²; y la presencia continua de la *alimentación* y la *nutrición* fuera de mi espacio de trabajo como tema de conversación recurrente en diferentes espacios por los que circulaba diariamente: la cola del banco, en bares, locales comerciales de diversa índole, el ómnibus, reuniones con amigos, el almuerzo en el trabajo, los medios de comunicación en diferentes formatos -la televisión, la radio, libros y revistas enteros dedicados al tema, internet- y por supuesto, un abanico de valores y representaciones asociados a *lo alimentario* expresados en el discurso publicitario

¹La Encuesta Nacional de Nutrición y Salud mostró que en Argentina la anemia, la baja talla, el sobrepeso y la obesidad constituyen las alteraciones del estado nutricional más prevalentes, observadas en todos los grupos etarios, y aumenta a medida que las condiciones socioeconómicas de los hogares descienden. Estas condiciones se relacionan, tanto desde el punto de vista cuantitativo como cualitativo, con los hábitos alimentarios de la población. En provincia de Córdoba, esta situación se presenta de manera similar (*Ministerio de Salud de la Nación, 2006; Aballay, 2013*)

²En Argentina, la Educación Alimentaria es un componente fundamental de planes y programas de salud y de políticas alimentarias. El Programa Nacional de Educación Alimentaria y Nutricional de los Ministerios de Salud, Ambiente y Desarrollo Social de la Nación ha implementado estrategias de capacitación a responsables de comedores escolares y comunitarios, agentes sanitarios, maestros y promotores sociales en la difusión y uso de las Guías Alimentarias para la Población Argentina. El Ministerio de Salud de la Nación mediante el Plan Nacional Argentina Saludable desarrolla acciones dirigidas a la población general destinadas a promover la alimentación saludable, la actividad física y la lucha contra el tabaco. Para ello enfatiza la promoción de hábitos saludables, de la regulación de productos y servicios y de entornos saludables (*Plan Nacional de Seguridad Alimentaria, Ley 25.724*).

De allí mi cuestionamiento: si resultaban innegables y sorprendentes los avances científicos y la copiosa información circulante sobre la alimentación como uno de los aspectos fundamentales de la salud ¿por qué la relación con la comida se había tornado conflictiva?³

Infinidad de veces, en las interacciones con personas de clase media -mi propio sector social de pertenencia- me sorprendía la precisión y minuciosidad de las argumentaciones desplegadas en torno a las propiedades, efectos y beneficios de los alimentos y su fuerte impregnación con el discurso médico científico. Entonces: ¿cuál es el uso que hacen las personas de estos conocimientos especializados? O en otras palabras, ¿cómo es que son apropiados y reapropiados en la vida cotidiana los discursos que diversos actores -entre ellos los profesionales de la salud y los medios de comunicación masiva- nos hemos empeñado⁴ tanto en difundir y multiplicar? ¿Cómo es que esta *racionalidad alimentaria*⁵ se instala y pasa a formar parte del sentido común? ¿Cómo interviene en la construcción de subjetividades? Con estos interrogantes comenzaba a gestarse la construcción de una problemática de estudio que daría lugar al desarrollo de esta tesis de maestría.

³Los aportes de Fischler (1995, 2002) me han ayudado a poner en palabras y comprender más profundamente esa relación que yo advertía como *conflictiva*. Este autor señala dos dimensiones inherentes al acto de incorporar alimentos: por una parte la alimentación es el dominio del apetito y del deseo gratificado. Y por otro, de la desconfianza, de la incertidumbre, de la ansiedad. Esta última, vinculada antiguamente a la escasez y la obsesión por el abastecimiento, actualmente se vincula a los excesos y los venenos de la modernidad. Y ante estos peligros, la inquietud contemporánea por la elección y sus criterios. Según este autor, el comensal moderno -ante una multiplicidad de discursos sociales en torno a la alimentación- debe realizar selecciones, hacer comparaciones, establecer prioridades, combatir pulsiones, resistir impulsos, en definitiva, desplegar todos sus esfuerzos con base en su capacidad de discernir.

⁴Utilizo la primera persona del plural haciendo referencia a mi formación de grado como Licenciada en Nutrición. Con base en mi trayecto académico y profesional, me es posible afirmar que la educación nutricional es uno de los pilares en la formación de nutricionistas. A ello se suman numerosas iniciativas locales, nacionales e internacionales destinadas a mejorar los hábitos alimentarios de la población tomados como fundamento para las intervenciones educativas tanto a nivel individual como comunitario.

⁵Utilizo esta noción para designar, en el proceso denominado modernidad alimentaria, la transición mediante la cual supersticiones, creencias ancestrales y rituales religiosos en relación a la comida, ceden lugar a una alimentación racional, que algunos autores conciben la separación entre saberes sagrados y profanos. Se trata del conflicto típicamente moderno que surge entre el deber ser y el ser, viabilizado en el debate entre el placer y la salud (Fischler, 1995, Herrera Racionero, 2009). También utilizaré la denominación *racionalidad nutricional* o *racionalidad dietética* para aludir a este proceso.

La alimentación constituye un acto que trasciende su propio fin, en tanto reemplaza, resume o señala otras conductas, y por ello se convierte en un signo que hace sentido en diferentes grupos y sociedades (Barthes, 2006). En la modernidad se caracteriza por su carácter polisémico: las fiestas, el trabajo, la salud, el ocio y el placer encuentran su correlato alimentario revestidos de valores morales, afectivos y de prestigio.

Hablar sobre lo que se come, resulta para una cultura un acto tan inevitable como el comer, puesto que lo que se *dice* sobre la alimentación en una cultura define qué es *lo* comestible, establece los modos en que es representada la comida e interviene en el aprendizaje social sobre las pautas alimentarias propias y ajenas.

Cada tiempo histórico ha tenido sus discursos predominantes y legítimos sobre la alimentación. Según Fischler (1995), nunca como en las sociedades actuales se han producido tantos discursos sobre la alimentación, al punto que puede considerársela como uno de los “grandes temas-problema de nuestro tiempo”⁶ (p.12). Como muestra de esta expansión, hablar sobre *el comer* y la comida en la cultura mediática se produce por medio de soportes tan variados como canales temáticos televisivos, segmentos de cocina o ligados a la salud en diferentes géneros en televisión, sitios temáticos en internet, múltiples espacios y suplementos en la prensa escrita, colecciones de libros dedicados a estos temas, incluyendo la producción y difusión de conocimientos en instituciones de nivel superior.

La alimentación en relación a la salud ha cobrado importancia tal que ha tenido lugar el surgimiento de un campo disciplinar específico: la Nutrición. La ciencia nutricional⁷ provee un cuerpo de conocimientos que establece unos modos legítimos de alimentarse, y que formula y recomienda cuáles debieran ser las características de una alimentación deseable para el mantenimiento de la salud y

⁶Las narrativas dominantes provienen de centros consagrados que logran, no sin resistencia, configurarse no sólo como *temas* sino como agendas que marcan, definen, nombran y dan orden al conjunto de representaciones-discusiones, imaginarios-prácticas que le otorgan al presente un sentido y una dirección. Así, todas las agendas se sustentan en temas, pero no todos los temas logran transformarse en agendas (Reguillo, 2007). El discurso de la ciencia nutricional sin duda ha adquirido este estatuto.

⁷Se encuentra actualmente planteada la discusión acerca de si la Nutrición constituye una ciencia, una disciplina o un campo disciplinar (Crocker-Sagatume et al, 2012). Escapa a este trabajo este debate epistemológico por lo que utilizaré indistintamente estos términos.

la prevención de enfermedades. Discurso este, que convive con otros múltiples que vinculan la alimentación al placer, la gastronomía, las medicinas alternativas, el ambiente, la economía, todo lo cual contribuye a complejizar la práctica cotidiana del comer (*Fischler, 2002*).

Reafirmando mi percepción al inicio de esta investigación, en los diálogos entablados durante el trabajo de campo, todos tenían algo que decir o que contar acerca de la comida, a la vez que acordaban que la práctica cotidiana de comer debe ser ante todo *saludable* o *sana*. Por consiguiente, puede decirse que esta idea constituye un código compartido que se establece en oposición a aquello que no es *sano, saludable* o *bueno para la salud*, lo cual va configurando pautas de significación comunes, aunque pueda producir sentidos diversos en diferentes estructuras de significación tales como la clase social, el género, la edad, la etnia, la nacionalidad. Dichas pautas de significación son generalmente impuestas por unos y aceptadas por otros, o desigualmente negociadas (*Grimson, 2001*). Por lo tanto, hablar de *alimentación saludable* significa remitirse al sistema de representaciones, al conjunto de valores, concepciones sobre la alimentación y la salud dominantes en un momento histórico particular.

La ciencia nutricional y su discurso proponen un modo de tipificación normalizada del comer y del pensar sobre la comida, cuyas reglas y preceptos han pasado a conformar verdades autoevidentes *-doxas* en términos de Bourdieu instaladas en el pensamiento del sentido común. Es decir, que a través de la gestión racional de la alimentación, se conforman sentidos ideológicos naturalizados que estructuran las percepciones sobre las prácticas y saberes alimentarios de las personas.

Los modos de comer y *de decir* acerca de la comida de las sociedades industriales actuales se distancian ampliamente de aquellos de las sociedades tradicionales. Estas modificaciones se han producido conjuntamente con asignaciones de sentido variables acorde a las transformaciones y movimientos de las sociedades en que se inscriben. Este tránsito no ocurre abruptamente o en una relación de exterioridad de unas respecto de otras, sino que pese a que las segundas predominan sobre las primeras, las formas tradicionales permanecen como fragmentos residuales, encontrándose ambos términos en tensión, al menos

de manera imaginaria (*Traversa, Aprea y De Lázzari, 2011*). A la vez, las prácticas se ven afectadas por esta mixtura en lo que va de los modos de aprovisionamiento, hasta los rituales de preparación y consumo, incluyendo los motivos que orientan la opción por determinados alimentos.

Estructurada sobre el proceso de *mediatización*⁸, principalmente por vía de la publicidad, la transformación en los modos de comer vino acompañada de la modificación del tipo discursivo asociado a tales prácticas. A partir de allí, la voz del vendedor del mercado o la feria que ofrecía las características más deseables del alimento (olor, textura, color, sabor), y que el cliente -o más comúnmente la clienta- podían percibir y verificar directamente, dan paso a la expresión por medio de un conjunto de cifras y características impresas en el envase como modo de presentación del alimento que requiere de unas competencias diferentes. Estas no estarán basadas ya en la experiencia directa, sino en la capacidad de interpretar informaciones en las etiquetas formuladas en porcentajes y vocablos técnicos acerca del producto.

Traversa et al. (2011) explican cómo la práctica del comer se asocia a lo discursivo y a la subjetividad a partir de un doble proceso: por un lado la imposibilidad de transferir la experiencia sensorial individual que vincula al cuerpo con el alimento; y por otro, la necesidad de ordenar ese universo y volverlo inteligible para el colectivo social. Esa brecha, entre la experiencia sensorial y el ordenamiento del sentido respecto de lo alimentario, es ocupada y regulada por una multiplicidad de discursos, por lo que las prácticas alimentarias van mucho más allá del acto biológico, ya que implican necesariamente la puesta en juego del consumo y la producción de discursos que clasifican, prescriben y ordenan. De allí el reconocimiento de su dimensión discursiva y su intervención en la conformación de diferentes colectivos de identificación.

⁸Eliseo Verón (1992) sostiene que las sociedades postindustriales son sociedades en vías de mediatización, donde las prácticas sociales como las modalidades de funcionamiento institucional, los hábitos de consumo y los rituales se transforman por el hecho de que hay medios. Este proceso no avanza al mismo ritmo en los distintos sectores del funcionamiento social. Una sociedad en vías de mediatización (distinguible de la sociedad mediática del período anterior, es decir, una sociedad en que poco a poco se implantan tecnologías de comunicación en la trama social) es más compleja que las que le han precedido. De esta manera, la publicidad, el discurso político, el discurso informativo y el discurso científico resultan de condiciones de producción y de reconocimiento diferentes, que serán específicas en cada caso.

En este marco, la pregunta central de esta investigación se articula en torno a **los encuentros y desencuentros entre el saber cotidiano y los criterios que propone el discurso médico nutricional⁹ en tanto sentidos que se reorganizan y vuelven inteligibles en la vida cotidiana en el intento por satisfacer unas necesidades materiales y simbólicas.**

En esta tesis me encargo de mirar los *sujetos*, sus *representaciones sociales*, sus *interacciones* e *identificaciones* a partir de una construcción simbólica: el *comer sano*. Categoría esta última que articula un objeto construido y difundido por la ciencia nutricional y altamente visible en el espacio público como es la *alimentación saludable*, con una práctica tan cotidiana, rutinaria e inevitable como el *comer*. En este cruce se producen discursos que posibilitan leer cómo se ponen en relación sentidos, en acuerdo o en disputa dando cuenta de modos en que los sujetos se reconocen a sí mismos y a otros en los procesos de interacción aceptados como parte del sentido común. Allí, la figura de los hijos, la madre, las abuelas, el amigo académico, el familiar *obeso*, el médico, *la* nutricionista, determinado programa televisivo, constituyen lugares por donde circula el sentido y posibilitan el reconocimiento de dispositivos por los cuales éste transita, se crea y recrea.

Durante el trabajo de campo y el análisis de las entrevistas privilegié las lecturas de la realidad de los propios entrevistados, atendiendo a los modos en que clasifican y significan sus prácticas alimentarias. Las percepciones, recuerdos y experiencias contadas por los propios sujetos fueron puestos en articulación y confrontación con las perspectivas teóricas que utilicé para el análisis.

A la vez, asumo como punto de partida que la construcción simbólica que denomino *comer sano*, a partir de su salida al espacio público vía expansión mediática, forma parte de un discurso socialmente legitimado productor de interpelaciones en el cual los sujetos se reconocen y adhieren, pero también con el cual negocian y disputan en el marco de una multiplicidad de sentidos posibles en

⁹Ante la dificultad de delimitar qué proposiciones se encuentran en esta categoría recurro a mi formación disciplinar de grado como nutricionista, considerando como *criterios del discurso médico nutricional, de la ciencia de la nutrición o saberes especializados o técnicos*, a aquellos que los entrevistados narran y argumentan en consonancia variable con términos, lineamientos, prescripciones y recomendaciones que sustentados en evidencias científicas relacionan la alimentación con la salud.

torno a la alimentación. Para comprender esta relación, analizo cómo personas que dicen pertenecer al sector social medio, que se presentan como atentas al *comer sano*, **se apropian de las categorías provenientes de la ciencia nutricional conformando procesos de identificación** mediante los cuales se caracterizan a sí mismas, *dicen* quiénes son y establecen diferencias simbólicas y materiales individuales y colectivas.

Narrar lo que se sabe, cómo se hace y cómo se ha aprendido, constituyen modos de comunicar posicionamientos frente un discurso nutricional que interpela y ante el cual se construyen subjetividades. *Comer sano* parece haber adquirido el valor de un dogma. No obstante, entre normas, prescripciones y cuidados emerge la *voz humana* con las tradiciones familiares, la experiencia, las nostalgias, silenciando de manera intermitente, la voz pública y autorizada de la ciencia para hablar de la comida.

Acerca de la organización de esta tesis

En el primer capítulo presento aquellos aspectos que han posibilitado la construcción de la problemática de estudio, y el trayecto recorrido para ello. Este comprende: la recapitulación de antecedentes que abordan la alimentación desde las ciencias sociales, un recorrido genealógico del proyecto moderno y su impronta en la normalización de los cuerpos, el saber médico, y *la dietética* como campo asociado a este último, las características del discurso nutricional en el espacio público, y por último recupero la noción de representaciones sociales y procesos de identificación para comprender la construcción del sentido común en la vida cotidiana. También incluyo en este capítulo los objetivos de la investigación y las estrategias metodológicas implementadas para llevarlos a cabo.

En el segundo capítulo analizo cómo ciertos saberes especializados sobre alimentación y nutrición se incorporan en la vida cotidiana redefiniendo el pensamiento del sentido común. Para ello me apoyo en la teoría de las representaciones sociales, proveniente de la Psicología Social, puesto que me ayuda a comprender los modos en que son elaborados simbólicamente los criterios nutricionales provenientes del conocimiento científico. A su vez, analizo cómo dichos lineamientos transforman las percepciones sobre la comida, mediante qué

intercambios comunicativos se producen, y cómo pasan a formar parte de la realidad modificando la relación de las personas con la comida a partir de una nueva racionalidad dietética.

En el tercer capítulo exploro los modos en que es construido y recreado discursivamente el cuerpo de los otros y el propio, ya sea como forma de presentación, de distinción simbólica, o como proyecto de vida que remite a anhelos, frustraciones, ideales y deseos, donde puede verse la potencia operativa de cierto producto mediático y la estigmatización de quienes no encajan en la norma. Doy cuenta de la articulación de la relación yo/otro, individuo/sociedad a partir del análisis de la dimensión corporal a través de *lo subjetivo*, y la utilización de determinados elementos y atributos en la demostración de rasgos identitarios que necesitan ser desplegados y comunicados para que toda identidad se realice. Para completar este análisis, en un segundo momento, analizo cómo la adhesión a determinadas categorías sociales de percepción y valoración corporal, responde a una representación legítima del cuerpo, ante la cual los sujetos cuentan con diferentes recursos para apropiarla y cuyo trasfondo es la división social y sexual del trabajo. Retomo los conceptos de *habitus lingüístico* y eficacia simbólica, reconociendo a la vez que en este marco también se dan procesos de renegociación donde los sujetos despliegan su toque de creatividad cotidiana. Por último, analizo la apropiación de un determinado producto mediático y los sentidos construidos sobre la obesidad. También muestro cómo las experiencias familiares y personales median la apropiación de la representación del cuerpo ideal, establecida como legítima.

En el capítulo cuarto doy cuenta de modos de sentir, pensar y ver el mundo a partir de la constitución de subjetividades femeninas, visualizando la influencia permanente de la cultura en relación a posicionamientos adoptados frente al cuerpo, a la condición de madres e hijas, a sí mismas y a otras mujeres de las entrevistadas. Allí expongo cómo la cotidianeidad se vuelve inteligible a través de sentidos enraizados en relaciones de género.

Por último, presento las principales conclusiones y aportes de esta tesis en torno al sentido construido sobre el *comer sano* y las formas que adquiere cuando se articula y materializa en la vida cotidiana.

CAPITULO I: GUÍA DE RUTA PARA LA CONSTRUCCIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO

El estado del arte

La decisión de incorporar este apartado al inicio de este capítulo fue tomada a último momento. Incluir una presentación sobre los enfoques teóricos clásicos que desde las ciencias sociales han abordado el fenómeno alimentario podía resultar demasiado amplio e inevitablemente incompleto. Sin embargo, considerando mi procedencia de un campo ajeno a estos conceptos y autores, he optado por incorporarlo, a fin de dar cuenta de la tarea de exploración, aproximación y recapitulación de trabajos investigativos que guardan más o menos proximidad con el objeto de esta tesis. Todos ellos abordan la alimentación de maneras que para mí resultaron novedosas, por lo tanto en algún punto les debo el resultado final de este trabajo. Así, bajo el reconocimiento de una clara dimensión imaginaria, simbólica y social constitutiva de las prácticas alimentarias, presento a continuación una reseña de las orientaciones teóricas clásicas que han servido de soporte para la comprensión de los abordajes actualmente vigentes sobre el tema, así como trabajos realizados a nivel local que guardan algún punto de contacto con esta investigación.

El entendimiento de las prácticas, las representaciones y relaciones sociales en el ámbito de lo alimentario ha sido abordado desde diferentes enfoques y corrientes teóricas. Desde hace más de un siglo se han venido desarrollando diferentes planteamientos respecto de los aspectos sociales y culturales de la comida, principalmente desde la antropología, la sociología y otras disciplinas pertenecientes a las ciencias sociales. El estudio de *lo alimentario* como hecho sociocultural ha transitado desde los enfoques evolucionistas, abocados a los aspectos rituales y sobrenaturales del consumo, hasta los abordajes posestructuralistas de más reciente data, que analizan los aspectos discursivos y subjetivos de prácticas y representaciones alimentarias.

Desde la sociología clásica, aunque respondiendo a otras motivaciones y preguntas, el tema de la alimentación ha sido tratado no pocas veces. Por mencionar los más relevantes, Engels abordó la alimentación como indicador de

desigualdades en *La situación de la clase obrera en Inglaterra* en 1892. También Max Weber, en 1909, recurrió a esta temática para estudiar el origen de las sociedades agrarias; y Durkheim en 1912, la introduce al estudiar las prácticas religiosas relacionadas con prohibiciones y sacrificios que reivindican la importancia social de las comidas y su relación con comportamientos de integración y relación parental (Díaz Méndez y Gómez Benito, 2005).

Posteriormente, ya de modo más específico, el análisis de los consumos desde una perspectiva socioantropológica permitió entender la comida como una práctica utilizada por las clases más altas como modo de diferenciación social (Veblen, 1966). Asimismo, Simmel (2002, en Díaz Méndez y Gómez Benito, 2005) analizó las consecuencias de la socialización de la comida y cómo la imposición de normas formales tiene incidencia en las necesidades alimentarias individuales, es decir, cómo se instalan pautas estéticas en los comportamientos alimentarios que van más allá de los alimentos propiamente dichos.

La corriente funcionalista, mediante el establecimiento de una analogía entre la sociedad y el sistema orgánico, también planteó la función social del alimento, siendo su rol principal el de contribuir al mantenimiento de la estructura social, y en consecuencia del sistema, tal como lo formulara Radcliffe - Brown en 1922 (Contreras Hernández y Gracia Arnáiz, 2005).

Posteriormente, con Margaret Mead (1945) los hábitos alimentarios serán definidos como consecuencia del sistema cultural, enfatizando simultáneamente a la escuela neofreudiana, la importancia de la alimentación en la construcción de la personalidad. Mead entiende a aquella como un fenómeno que mediatiza la naturaleza y la cultura. En la misma línea culturalista, Igor De Garine (1999) aduce que “es el desfase que existe entre lo que es valorado por la cultura y lo que es fisiológicamente deseable en el plano de la nutrición, lo que constituye la originalidad del hombre” (p. 20).

El enfoque estructuralista en torno al estudio sociocultural de la alimentación representa un giro importante en relación a las orientaciones teóricas precedentes. Lévi-Strauss (1968) se dedicó a buscar las reglas que subyacen al comportamiento alimentario y su evolución a lo largo del tiempo, entendiendo la cocina como si se tratase de reglas lingüísticas de comunicación, y por lo tanto

como forma de actividad humana universal. A la propuesta teórica de este autor, se le opondrá Harris (1989,) desde el materialismo cultural, a través de su obra *Bueno para comer*¹⁰, donde afirma que los alimentos preferidos son aquellos cuya relación costo-beneficio resulta más favorable que aquellos que se evitan, siendo esta relación no sólo de carácter nutricional, sino también de carácter práctico y ecológico. Reconoce así el origen material por sobre los motivos simbólicos en las preferencias alimentarias.

También desde la corriente estructuralista, Douglas (2005, en Montesino, 2006) plantea que los alimentos y las comidas constituyen un sistema de comunicación, un protocolo de imágenes y costumbres que manifiestan la estructura social y simbolizan las relaciones sociales. A diferencia de Lévi-Strauss, esta autora se preocupó más por la variabilidad que por la universalidad, explicando cómo los hábitos culturales constituyen gramáticas que expresan eventos sociales, jerarquías, exclusión e inclusión, fronteras y transacciones a través de esas fronteras. A su vez, Roland Barthes (2006) desde la semiología, buscó los códigos subyacentes a las preferencias alimentarias a través del análisis de anuncios publicitarios y escritos de cocina.

El estructuralismo también cuenta con figuras intersticiales como la de Norbert Elías (1993) quien explica cómo se produce el cambio de reglas en los comportamientos alimentarios que se vinculan con la adopción de consumos, prácticas y valores propios de las clases sociales a través de la alimentación. Elías argumenta que se producen comportamientos de imitación a las clases más altas, que no sólo implican la transformación de las conductas de quienes imitan, sino también de quienes son imitados debido a un proceso de diferenciación progresivo. Este autor intenta explicar, a través del proceso histórico de civilización, los modos en que son apropiadas e interiorizadas las normas alimentarias, pasando de la esfera social a la esfera del sujeto.

Otro autor, que Gracia Arnáiz y Hernández Contreras (2005) consideran intersticial entre el estructuralismo, los estudios culturales y el materialismo, es Pierre Bourdieu. Este autor, en su obra *La Distinción* (1988) estudia las diferencias entre la alimentación burguesa y popular, es decir entre clases sociales,

¹⁰En oposición a la conocida afirmación de Levi-Strauss que el alimento antes de ser bueno para comer es bueno para pensar.

mostrando cómo los gustos se modelan culturalmente y se estructuran socialmente. En otras palabras, postula el origen social del *gusto* y la competencia entre clases sociales para afirmar la distinción social.

Las perspectivas mencionadas también han sido objeto de críticas por autores como Mennel, Murcott y van Oterloo, quienes señalan que estos enfoques, si bien permiten superar el reduccionismo biologista, se mueven hacia un relativismo excesivo que desconoce los motivos, funciones o utilidades que subyacen a las preferencias y hábitos alimentarios (*Contreras Hernández y Gracia Arnáiz, 2005*). Goody (1995), por citar uno de los más relevantes, desde una perspectiva denominada desarrollista plantea la necesidad del estudio de los sistemas alimentarios desde un análisis comparado, pues sostiene que los cambios alimentarios son producidos por efecto de la colonización y la globalización de los sistemas de producción alimentaria.

En la actualidad, un aporte fundamental desde la sociología estructuralista lo constituye Claude Fischler (1995, 2002), quien plantea una interesante distinción y convergencia que se produce a lo largo de la evolución histórica: el *comensal eterno* y el *comensal moderno*. El primero, en su condición de omnívoro, encuentra limitaciones biológicas asociadas a la escasez y la penuria, ya que pese a las épocas de abundancia transitadas conserva un organismo adaptado a la inestabilidad de recursos y a la incertidumbre. De modo paradójico, el comensal moderno posee diversos recursos comestibles, que le dan autonomía y adaptabilidad a dicha condición de omnívoro, pero que se encuentran en tensión con la limitación de la necesidad de un mínimo de variedad, y la necesaria precaución conservadora ante un alimento nuevo potencialmente peligroso. En este último comensal, el peligro ya no va a estar representado por el acceso al alimento, sino por la elección y la ansiedad que le produce dicha decisión.

Contreras Hernández y Gracia Arnáiz (2005), al sistematizar las perspectivas teóricas que desde las ciencias sociales han abordado lo alimentario, sostienen que al igual que se produjo en este campo, enfoques como *giro cultural*, *desconstrucción*, *posmodernismo* o *posestructuralismo* también se hicieron presentes allí. Partiendo de la relectura de autores clásicos, en un intento por superar las clásicas antinomias ideal/real, material/simbólico, objetivo/subjetivo y

del entendimiento de la realidad social como algo construido, se otorga mayor relevancia a las prácticas discursivas de los actores sociales, a la construcción del sentido acerca de la comida y al entendimiento de éstos como productos de relaciones de poder.

Corbeau realiza una aproximación interaccionista a la alimentación, retomando los conceptos de *socialidad* y *sociabilidad* y argumentando, que en las discrepancias entre estos dos conceptos, las prácticas sociales evolucionan y se transforman. Para este autor, las prácticas alimentarias están parcialmente determinadas por sus orígenes sociales, por las visiones de mundo, como una especie de tatuaje o marcador del que no es posible deshacerse (socialidad). A la vez, los sujetos disponen de un espacio de libertad más o menos amplio que hace posible la adaptación y transformación de las formas de las prácticas alimentarias, puesto que los seres humanos en interacción, interpretan las reglas impuestas por la socialidad (sociabilidad) (Contreras Hernández y Gracia Arnáiz, 2005).

En las últimas décadas, se han producido estudios socioculturales sobre la alimentación sustentados en el análisis de las interacciones personales, el *embodiment* y la subjetividad, influido por los estudios interpretativistas, feministas y la biopolítica. Una de las autoras más interesantes, que recupera algunos de los elementos de los enfoques mencionados, es Déborah Lupton (1996). Según ella, a través de los discursos en conjunción con la propia experiencia personal, los individuos pueden comprenderse a sí mismos, sus cuerpos y su relación con los alimentos y la comida. Este mismo enfoque es tomado por Hepworth, quien sostiene que el conocimiento médico, junto con otras formas de conocimiento científico -como construcciones dependientes de determinantes socio-históricos y de constantes renegociaciones- condicionan las diferentes maneras de percibir y representar el cuerpo, la comida y la enfermedad (Contreras Hernández y Gracia Arnáiz, 2005).

En la actualidad son varios los autores que desde la sociología y la antropología han llevado adelante trabajos que permiten entender *lo alimentario* como fenómeno complejo. Sin embargo, en general, han transitado por carriles separados de las producciones investigativas en el campo de las ciencias médicas.

En Argentina, la representante más importante desde la socioantropología alimentaria es Patricia Aguirre (2006) quien propone el concepto de *estrategias domésticas de consumo* y retoma el concepto de *seguridad alimentaria* vinculando los aspectos materiales y simbólicos de las prácticas de los diferentes sectores sociales.

En Córdoba, Remedi (2006) se refiere al acto de alimentarse, como un *hecho social total*¹¹, un objeto complejo, de gran densidad, de múltiples entradas, donde se entrecruzan e interactúan variables ecológicas, económicas, políticas, sociales, culturales, mentales, religiosas, entre otras. No obstante estos aportes, a nivel local la producción de trabajos que permitan confrontar con la realidad estos planteamientos teóricos es aún escasa.

Existen algunos trabajos que han estudiado el rol de los medios de comunicación, así como los discursos que se construyen en torno a la alimentación en Latinoamérica y España. Han sido explorados los contenidos de los mensajes publicitarios en determinados períodos de tiempo intentado indagar cómo se entrelazan los consumos, las prácticas y las representaciones con los diferentes discursos (Canesqui, 2005). También se han analizado las prácticas culinarias de sectores populares desde la perspectiva de los *estudios culturales* (Espeitx, 2002; Canesqui, 2005; Chica Gelis, 2006).

En los últimos años, la comida se ha vuelto un tema de interés para quienes trabajan en el campo de la comunicación en Argentina, dando lugar a algunos trabajos que constituyen insumos más que provechosos para el desarrollo de esta tesis, algunos de los cuales son retomados durante el desarrollo de la misma.

Desde la semiótica, Traversa (2011) ha coordinado un conjunto de trabajos en los que el universo de lo alimentario se ha constituido en objeto de análisis, ya sea para el estudio de las semiosis culinarias (Tenoch Cid Jurado, 2011), las identidades culturales en el discurso gastronómico (Marsimian, 2011), las

¹¹ Desde la antropología alimentaria, reconociendo la originalidad de la conexión bioantropológica del espacio alimentario, se ha propuesto el reemplazo de esta acepción propuesta por Mauss, por la de *fenómeno total humano*, en términos de Morin, puesto que lo alimentario es consecuencia tanto de fenómenos biológicos y ecológicos, como de factores estructurantes de la organización social. Situándose así, en igual o mayor nivel de importancia que la sexualidad y el parentesco (Contreras Hernández y Gracia Arnáiz, 2005).

costumbres alimentarias en relación a la organización nacional (*Cartoccio, 2011*) y mediante el análisis de la construcción del cuerpo en el discurso culinario (*Pérez Morán, 2011*). A su vez, los textos analizados provienen de diferentes medios y soportes: la televisión (*Centocchi, 2011*), las revistas (*Ferreira, 2011*), los libros de cocina e internet (*Apra, 2011*).

En Córdoba, Borghi (2009) revisa los modos en que es abordada la alimentación en relación al cuerpo desde la perspectiva de Giddens y Bauman en el *reality-talk show* televisivo “Cuestión de Peso” donde se plantean tanto la obesidad como la anorexia como “reacción defensiva a los efectos de la incertidumbre fabricada en la vida diaria” (p. 27).

Huergo e Ibáñez (2012) en Córdoba, han analizado escenas televisivas que publicitan determinados productos alimentarios como dispositivo modulador de sentidos, y la construcción de sentidos en relación al cuerpo-consumidor-saludable en sectores populares.

Como lo demuestra este apartado, concretar una presentación completa y exhaustiva sobre los antecedentes de investigaciones sobre alimentación y ciencias sociales de modo general resulta una tarea inacabable. Tanto la antropología como la sociología han constituido campos fecundos en este sentido. Sin embargo, al circunscribirlo al campo de la comunicación, los antecedentes se ven recortados quedando reducidos al análisis de medios de comunicación.

Si la antropología y la sociología se preguntan por qué las personas comen lo que comen, en esta tesis desde una perspectiva comunicacional/cultural me pregunto por qué las personas dicen lo que dicen sobre la alimentación.

La apuesta es doble: no sólo se trata de un intento por comprender cómo se produce la construcción del sentido acerca de lo alimentario, sino también por aportar a la reflexión sobre la práctica de los profesionales de la nutrición. Por este, entre otros motivos que espero queden claros en este trabajo, he decidido focalizarme en el discurso de la ciencia nutricional.

De cómo la ciencia moderna construyó el *régimen* alimentario

El abordaje de *lo* alimentario por parte del discurso médico científico, y del emplazamiento de este último a través de una “consciencia alimentaria”

(Barthes, 2006, p. 219), que se instala y hace parte del sentido común y de la cotidianidad de las prácticas, debe ser entendido en el marco de ciertos procesos que se dieron como parte del proyecto histórico, político y cultural denominado Modernidad. Este proyecto tuvo como uno de sus rasgos característicos el posicionamiento del cuerpo como objeto principal de las indagaciones de la ciencia.

La Modernidad constituyó un programa universalizador de disciplinamiento social, donde la vida cotidiana fue organizada racionalmente a partir de tres esferas relativamente autónomas: la ciencia, el arte y la moralidad (Habermas, 1989). Su efecto organizador de la vida social surge como resultado de que la distancia entre la cultura de los expertos y la de un público más amplio se va a ver acrecentada. Esto se debió a que lo que se incorporaba en la cultura, a través de la reflexión y la práctica especializadas, no se convertía-necesaria ni inmediatamente- en propiedad de la praxis cotidiana. Así, las estrategias de regulación y dominación que se pusieron en juego estuvieron basadas en una relación de oposición entre la naturaleza y la técnica, o bien entre la cultura popular y el mundo civilizado.

La oposición entre lo culto y lo popular en sus complejas relaciones desde el concepto gramsciano de hegemonía¹², es rastreada por Martín Barbero (2003a) desde la Edad Media en Europa. Este autor, en una primera etapa de ese período, retomando a Le Goff, identifica la creación de las ciudades, los Estados nación y los avances técnicos como instancias, que impactando en las subjetividades, hicieron posible la Revolución. El análisis de este proceso se estructura en dos movimientos: de conflicto por una parte, mediante el enfrentamiento entre las presiones culturales provenientes de las masas campesinas y el clero, como portador de la cultura escrita, que intenta destruir, obliterar y desnaturalizar objetos, prácticas y representaciones populares; y de diálogo por otra, porque en el

¹² Concepto que permite el análisis de la dominación social como un proceso en el que una clase hegemoniza porque representa intereses que también reconocen como suyos las clases subalternas. Este proceso se aparta de la idea de imposición exterior, y concibe la hegemonía como proceso en constante recreación, donde el sentido es apropiado por el poder en el marco de relaciones de seducción y complicidad. La concepción de lo popular se distancia de toda esencialidad para ser concebida como un hecho, una posición relacional que representa, desde lo sociocultural, el modo de vivir y de pensar de las clases subalternas. Se trata de una *trama* donde no todo lo que es asumido por la clase subalterna es signo de sumisión, ni todo lo que proviene de las clases dominantes responde a la lógica de la dominación (Martín Barbero, 2003a).

enfrentamiento entre culturas se produce la impregnación mutua de una con elementos de la otra, mediante una dialéctica de intercambios y resistencias.

En un segundo momento, en la Europa de los siglos XVII y XVIII, al configurarse los estados modernos, mediante la unificación del mercado y la centralización del poder, las diferencias culturales son entendidas como una amenaza a ese poder central. Dicha amenaza intentará ser neutralizada mediante la unificación del idioma y la homogeneización cultural. Sin embargo, Martín Barbero señala como más importante el proceso de laicización que tuvo lugar en esta segunda etapa, caracterizado por nuevos modos de conocer y trabajar, que profundizó el quiebre entre la cultura de las masas y la de las elites. Allí, los conocimientos ancestrales, las supersticiones y la magia dejarán de ser vistas como falsa religión para pasar a ser consideradas como prácticas irracionales.

En este proceso histórico cultural, si la medicina se constituyó como una estrategia vinculada a la normalización de la práctica y el saber para el control de las poblaciones, de acuerdo con Fischler (1995), el alimento fue el primer-y el principal, aun antes que el medicamento- medio de intervención sobre el cuerpo que se tradujo en un instrumento de dominación de éste. Sobre esto ya advierte Hipócrates cuando expresa “haz de tu alimento tu medicina”, cita que Foucault recupera al mencionar que la dietética “surge como inicio” (p. 109) a la que luego seguirá el surgimiento de la medicina como una de sus aplicaciones particulares (Foucault, 2010). La “dieta” o el régimen, es entendida como un arte de vivir que establece un conjunto de reglas para el dominio del cuerpo, a la vez que el dominio del yo.

Las bases filosóficas de la ciencia moderna, identificables principalmente en el pensamiento cartesiano, van a dar lugar a la concepción del cuerpo como máquina que encarna plenamente al cuerpo humano. Analogía sustentada en la distinción entre la *res cogitans*, la cosa pensante, y la *res extensa*, como sistema material y mecánico regulado por leyes matemáticas, despojado de toda intención y finalidad. El cuerpo humano, de donde emanan los datos de los sentidos, será concebido como la fuente de las pasiones que es necesario aquietar para alcanzar el verdadero saber (Citro, 2011).

Esta visión instrumental del cuerpo/máquina alcanzó su plenitud con el desarrollo de la producción capitalista. Según Marx, a partir de esta fase, el obrero será enajenado no sólo del producto de su trabajo, sino de la actividad del trabajo propiamente dicha. El trabajo sólo consumirá su fuerza física y sus movimientos, separado de aquellos saberes prácticos de quien lo realiza. En consecuencia, la noción predominante será la del cuerpo como una máquina/herramienta separada del ser.

Foucault (1996) demuestra cómo este proceso de conversión del cuerpo en una máquina útil, tuvo lugar no sólo en las fábricas, sino en variadas instituciones de la sociedad moderna, incluidas las instituciones de salud como formas de *saber-poder* caracterizadas por su intervención en la vida de las poblaciones. Este poder sobre la vida para sujetar los cuerpos y controlar las poblaciones, se organizó de dos modos: la concepción del cuerpo como máquina en una “anátomo-política del cuerpo humano” (p. 196), estructurada sobre su educación, el aumento de sus aptitudes, el arrancamiento de sus fuerzas, el crecimiento paralelo de su utilidad y su docilidad, y su integración en sistemas de control eficientes y económicos a través de la “disciplina” (p. 201). Y en segundo lugar, un “biopoder” (p. 203) sobre la vida de la población, que mediante controles e intervenciones reguladoras se encargará de problemas como la natalidad, la longevidad, la salud pública, la vivienda y la migración.

Con esta analogía del cuerpo con la máquina, también se mecaniza la concepción social del acto de comer, que se convierte en el resultado entre el ingreso y gasto de nutrientes y calorías, valorado en términos de excedentes y carencias. Así, concebido este acto solamente en su dimensión biológica, se ve obstaculizada la posibilidad de entenderlo en sus aspectos sociales y políticos, así como en su dimensión imaginaria y simbólica.

El proceso de normalización, en tanto operación imbricada por el discurso, constituye una formación hegemónica¹³ donde la medicina establece los

¹³Eduardo Menéndez (1988) propone como definición de Modelo Médico Hegemónico al “conjunto de prácticas, saberes y teorías generados por el desarrollo de lo que se conoce como medicina científica, el cual desde fines del siglo XVIII ha ido logrando establecer como subalternas, al conjunto de prácticas, saberes e ideologías teóricas hasta entonces dominantes en los conjuntos sociales, hasta lograr identificarse como la única forma de atender la enfermedad legitimada tanto por criterios científicos, como por el Estado” (p. 451).

parámetros de lo normal y lo anormal, lo que constituye *lo otro*, ofreciendo categorías de interpretación de lo sociocultural: sano/enfermo, saludable/perjudicial, obeso/delgado, moderación/descontrol, dando lugar a la cristalización de significaciones que permanecen altamente naturalizadas como verdades autoevidentes que orientan las actividades cotidianas.

Huergo (2001) sintetiza de manera precisa las características del modelo médico hegemónico, el cual ha sido objeto de críticas sagaces por parte de disciplinas tales como la antropología, la sociología y ciertos enfoques críticos en el campo de la salud. A partir de dicha síntesis puede caracterizarse al modelo médico como:

- *Individual y biologista*, dado que los problemas de salud y su superación, son atribuidos a la responsabilidad individual e identificados como procesos fundamentalmente biológicos.
- *Tecnocrático*, tanto por la incorporación de innovaciones tecnológicas como sinónimo de calidad en salud, como por la introducción y el sostenimiento de terminología especializada que obstaculiza la participación social de los sujetos en el mejoramiento de las condiciones de salud.
- *Mercantilista*, puesto que legitima prácticas, circulación de saberes y procesos de salud vinculados con el sistema capitalista de producción y concentración de riquezas, haciendo de la salud un bien económico.
- *Medicalizante*, en tanto problemas no-médicos pasan a ser definidos y tratados como problemas médicos, ya sea bajo la forma de enfermedades o de desórdenes. En este sentido, fenómenos vitales ven reducida su complejidad a cuestiones del orden médico, cuyo trasfondo responde de manera general a intereses comerciales y de mercado, con la conducción principal de la industria, las corporaciones de seguro médico, los medios de comunicación masiva y las corporaciones profesionales, en interacción con el colectivo social y los consumidores.
- *Concentrador y excluyente*, puesto que sólo acepta como legítimo en materia de salud lo que él mismo sostiene, excluyendo prácticas y saberes que quedan afuera de la frontera imaginaria establecida.

En este marco, entre una heterogénea y ubicua (*Traversa et al., 2011*) gama de propuestas discursivas sobre lo alimentario, el ámbito de la salud como referente autorizado para hablar de la alimentación, se centra en prescribir cuál, cuánto y cómo debe ser la ingesta de alimentos para mantener la salud y prevenir enfermedades, orientándose hacia la construcción de un tipo de sujeto biológico que debe adherir a unas determinadas recomendaciones nutricionales si lo que pretende es “vivir con salud”¹⁴.

La ciencia, como entidad que de modo prescriptivo regula y disciplina cuerpos y vidas, ve potenciada su acción -y se convierte en instrumento- del creciente proceso de mercantilización que impacta en la circulación de productos, discursos y sentidos asociados con la alimentación. Desde esta perspectiva, algunos trabajos locales dan cuenta de cómo “el mercado de lo saludable” (*Panier, 2010, p. 7*) vende la posibilidad de construir un cuerpo, que no es más que una imagen normalizada acorde a los cánones de lo aceptable, con un rol fundamental de los medios masivos de comunicación en el traspaso a la gestión privada de la salud, reducida a los comportamientos individuales y a la responsabilidad de los consumidores. De este modo, los medios de comunicación contribuyen en la construcción hegemónica de un cuerpo saludable, donde se delimita qué es saludable y qué no lo es, constituyendo una acción biopolítica en tanto define cuerpos y organismos y construye subjetividades a partir de la definición de la normalidad y de lo que se desvía de ella. También desde el concepto de *medicalización* (*Rodríguez Zoya, 2010*) se ha analizado cómo desde los medios masivos de comunicación se propone un estilo de vida saludable, que intenta regular el comportamiento del público a través de la difusión y el anclaje de prácticas disciplinarias individuales, que involucran también los modos de comer.

El proceso de medicalización avalado por un poder político y regulado por el mercado, cuya garantía es la racionalidad y objetividad de la ciencia, ha permeado el universo de lo alimentario remodelando los alimentos y sus sujetos: *los alimentados* y sus experiencias en relación con la comida.

¹⁴Tal es la premisa con la cual se inicia cada uno de los diez mensajes en los cuales se sintetizan las recomendaciones nutricionales las Guías Alimentarias para la Población Argentina (*Lema, Longo y Lopresti, 2003*).

La palabra pública acerca del comer

Las construcciones discursivas sobre la alimentación encuentran actualmente su máximo nivel de expansión y diversidad. Este fenómeno se expresa en la fuerte presencia mediática de lo alimentario en la televisión, la prensa, internet, libros, e incluso en el arte y los espacios destinados a la cultura.

Los tipos discursivos son variados: desde la transmisión de recetas de cocina a través de un formato de tipo pedagógico, pasando por la comunicación de informaciones enmarcadas en el discurso médico-nutricional vinculadas a los alimentos y su impacto sobre la salud, hasta la recomendación de productos por medio del discurso publicitario.

Esta presencia de la palabra pública acerca del comer es examinada por Traversa (2000) a partir del análisis histórico de los discursos mediáticos, fenómeno que, según el autor, presenta una tendencia a largo plazo. Tal como lo expresa él mismo:

“En lo que va del siglo se pasa de una exigua palabra pública acerca del comer a una gigantesca hipertrofia, una proliferación de signos que establecen, en el curso de cien años, una relación invertida: de un defecto de la palabra pública junto con un exceso de práctica doméstica, se pasa en nuestros días a la situación inversa”
(p. 16).

La vida cotidiana en las sociedades actuales se encuentra íntegramente imbricada de *lo mediático* o *lo masivo*, puesto que -como señala Mata (1985)- este último constituye un modo de producción de la cultura. De allí, que las relaciones interpersonales se vean afectadas y transformadas como consecuencia del papel que los medios de comunicación juegan en los modos en que se reordena lo cotidiano. Así, a partir de la conformación de una nueva matriz cultural que atraviesa los intercambios sociales interpersonales o colectivos emergen nuevas modalidades de socialización, que se hacen extensivas también a los modos de

relacionarse con la alimentación y la comida¹⁵.

Según Thompson (1998) este fenómeno hace a la *modernidad* de las sociedades modernas en el sentido de que el intercambio de formas simbólicas no se encuentra circunscripto a los intercambios cara a cara, sino que creciente y extensivamente se encuentra mediado tanto por las instituciones como por los mecanismos de la comunicación masiva. En relación a lo alimentario, de entre una multiplicidad de discursos y representaciones mediáticos que lo abordan, se expande y recrea de modo permanente un canon de lo saludable, amplificado por los medios de comunicación y nutrido por la ciencia y el proceso de medicalización antes descripto.

Una instancia que no puede obviarse al analizar la salida de lo alimentario al espacio público¹⁶ es el rol ocupado por el fenómeno de la publicidad y la introducción de la palabra escrita a través de la asociación de los alimentos con una marca comercial y unos determinados atributos. El reemplazo de la comunicación oral cara a cara por la información en letra impresa, que se hace posible en un estado avanzado de la fase capitalista, se produce tanto en la transmisión de los procedimientos –implicando una cierta ruptura con las tradiciones familiares a partir de la introducción de otras fuentes de información como libros de receta o revistas-; como en lo referente a la confiabilidad y diferenciación de los productos. Este último aspecto, vinculado al desarrollo industrial, de acuerdo con Traversa (2011) fractura la relación cara a cara, hasta

¹⁵Raj Patel (2008) afirma que las preferencias alimentarias actuales fueron configuradas a partir de la Segunda Guerra Mundial. Las técnicas modernas de suministro, conservación y preparación de los alimentos volvieron con las tropas y se instalaron en los hogares, propiciados por la inserción de la mujer en el mercado laboral. El autor recupera una de las leyendas del marketing alimentario: TV Brand Frozen Dinners (cenas congeladas para ver en la tele), impulsada justo en el momento en que eran muy pocas las familias que poseían un televisor. El envase señalaba que las mujeres podían tener unas vidas más cómodas con estos nuevos productos, que requerían también unas nuevas competencias culinarias, mostrando una mujer feliz frente a un aparato de TV. A la vez, las revistas femeninas difundieron información acerca de los alimentos y la televisión, promocionando esta última como método de persuasión a los niños en la alimentación. Allí, en la interacción TV y comida, también comienza a estructurarse una nueva forma de comer típicamente estadounidense, con la familia reunida alrededor del televisor, que luego se expandió a escala global y que tuvo a la mujer como instrumento de dicho proyecto comercial.

¹⁶Retomando los aportes de Sergio Caletti (2000), el espacio de lo público entendido como instancia de la vida social, define (y es definida por) un régimen de visibilidad y por los modos en que la sociedad se presenta ante sí misma -y se autocomprende- y ante las instituciones políticas. Por consiguiente, de lo que se está hablando es de un campo de disputas por la hegemonía, en tanto lo que está en juego es la lucha por la subjetividad de los actores sociales. Esta definición de lo público toma en cuenta los significados que se producen socialmente y que hablan de lo que la sociedad construye, dice y visibiliza acerca de sí misma.

entonces exclusiva, con el proveedor del mercado local, y la autoridad se traslada “hacia otros lejanos pero socialmente compartidos, a través de una señal específica: la marca comercial” (p. 163).

El análisis de los anuncios publicitarios en distintos medios y soportes permite visualizar el sistema de representaciones dominantes en el campo de la alimentación, pudiendo observarse a través de estos mensajes, el conjunto de valores alimentarios y las concepciones de la alimentación, la salud y el bienestar de cada momento histórico. De esta manera, el discurso publicitario se volvió cada vez más científico, sostenido en el ámbito de la salud y la nutrición e impregnando los anuncios alimentarios. Ciertos autores afirman que el discurso científico del campo de la salud se ha posicionado de tal modo en el ámbito de la alimentación, que esta última ha adquirido protagonismo en el esfuerzo del consumidor por lograr la salud perfecta y duradera, donde la preocupación por estar sano en el siglo XXI se vuelve tan relevante como la obsesión por la delgadez en el siglo anterior (*Díaz Méndez y González Álvarez, 2008*).

En los anuncios publicitarios, los argumentos son sustentados por la opinión científica y el aval de asociaciones del ámbito de la salud y la nutrición¹⁷, a la vez que intentan devolver la confianza perdida en las empresas, argumentando sobre los beneficios de los alimentos y sus componentes en relación al cuidado de la salud.

Lo alimentario, modelado por el lenguaje de la ciencia, es representado como un conjunto de categorías abstractas (características cuanti y cualitativas acerca no sólo del alimento, tales como el porcentaje de hidratos de carbono, proteínas, lípidos, fibra, etcétera, sino de los modos de comer, como número de comidas o los periodos de tiempo entre una y otra) que se posicionan en una instancia superior con la cual comparar las prácticas reales de los sujetos, que se distancia de la experiencia y del fenómeno. Los alimentos son “descorporizados” (*Centocchi, 2011, p.132*) por cuanto se convierten en un conjunto de componentes que resultan ajenos a los sentidos y cuya lógica de ordenamiento responde a unos

¹⁷Además de profesionales reconocidos públicamente, estoy a haciendo referencia entidades internacionales tales como la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Organización para la Alimentos y la Agricultura (FAO/OMS) o nacionales públicas o privadas como la Fundación Favalaro, la Sociedad Argentina de Cardiología, por citar algunos ejemplos.

criterios que requieren de las competencias propias del sistema escolar para su interpretación.

Así, por una parte se establece una asociación entre categorías nutricionales y las características propias de la cultura escrita mediante el aprendizaje de un código que no se corresponde con la experiencia inmediata, y a la vez, es también mediante este formato discursivo –aunque no de manera exclusiva u homogénea-, que lo alimentario aparece en el espacio mediático como referente autorizado para hablar sobre este tema.

El análisis que Martin Barbero (2003b) realiza acerca de las nuevas modalidades de circulación del saber en relación a las instituciones educativas, me aporta elementos que pueden ser utilizados para identificar algunos rasgos que adquiere la circulación del conocimiento bajo la forma del discurso nutricional, y que atraviesan las narrativas y lenguajes que ordenan el universo de lo alimentario.

Las transformaciones tecnológicas y su impacto en los modos de circulación del saber constituyen una de las mutaciones sociales más profundas, en función de la asociación *saber-poder*. De allí, que el saber ya no queda circunscripto a un territorio, así como tampoco permanece relegado a ciertos centros consagrados que antes lo legitimaban y contenían, sino que a partir de las nuevas modalidades comunicativas sufre una dispersión. Este proceso, para Martin Barbero supone un “descentramiento” (p. 18), donde el saber se escapa de lo que ha sido su eje letrado: el libro, y su centralidad como ordenador de saberes que atraviesa el modelo de aprendizaje en su totalidad. Las categorías científicas que propone la ciencia para entender la alimentación no provienen principalmente del aprendizaje escolar (aunque los contenidos de la ciencia nutricional hoy en día integren la currícula escolar), sino de la salida al espacio público, principalmente por vía de los medios de comunicación. No obstante, sí es el sistema educativo el que provee las competencias cognitivas necesarias para apropiarse de dichos saberes.

A ello se suma otro fenómeno propio de las transformaciones tecnológicas actuales que es la “deslocalización/destemporalización” (p. 19) de esos saberes. Se produce una diseminación del conocimiento donde los límites respecto del

saber común se vuelven difusos. Ello, según Martín Barbero (2003b), no sólo es atribuible a la divulgación del conocimiento científico a través de los medios masivos de comunicación, sino que también es preciso considerar la reducción de la frontera que separaba ciencia e información. La alimentación, puede ser vista en este aspecto, como una forma simbólica que permite observar con gran claridad la convergencia de estos saberes a la vez que la difuminación de sus límites, puesto que se trata de un conocimiento que produce la ciencia nutricional acerca de la alimentación, pero que de ningún modo es exclusivo del ámbito académico y científico, ya que con -o sin- la ayuda del conocimiento especializado se practica cotidianamente.

Ante esta expansión del conocimiento especializado en la vida cotidiana y su instalación en el sentido común, Beck (2000) afirma que la gran expansión y exhaustividad del conocimiento especializado ha implicado el paso de los peligros de la modernización industrial a los riesgos que entraña vivir en la sociedad actual. A mayor conocimiento, mayor riesgo. De allí, que la escapatoria se halle en la articulación de conocimientos especializados con aquellos provenientes de la experiencia social y la memoria colectiva.

El momento de la elección de determinados alimentos queda supeditado al cumplimiento de ciertos requisitos para garantizar la salud, pues de lo contrario se ponen de manifiesto *riesgos* a los que quedan expuestos los consumidores provocando modificaciones sustantivas en la relación con la comida (Diez García, 2005). En consecuencia, los parámetros de vida normalizada acerca de la comida que propone la ciencia, se acompañan de la percepción de que disfrutar de ésta puede resultar peligroso para la salud y donde la relación de los sujetos con la comida y la salud se torna, sin duda, compleja, pues se entrecruzan con otras prácticas y sentidos socialmente construidos.

Relatos de lo cotidiano: la construcción del sentido común

Reunirme a conversar con las personas que participaron de esta investigación sobre sus prácticas alimentarias, significó poder asomarme a los rituales, tiempos y espacios que conforman sus “territorios personales”. Buscando

la dimensión narrativa de la comida, con la mirada puesta en unas categorías científicas, me crucé con personas, con sus palabras y con sus ideas. Es allí, en aquello que los sujetos *cuentan* acerca de su vida cotidiana, mientras cuidan al hijo que llora porque demanda a su madre, toman mate y me ofrecen una porción de torta preparada especialmente para esa tarde, o me muestran cómo es el ritmo de su lugar de trabajo, donde me posiciono metodológicamente para llevar adelante esta tesis.

En su aparente falta de coherencia, la vida cotidiana debe ser entendida no como dotada de esencialidad, sino constituida por aquellas prácticas, lógicas, espacios y temporalidades que garantizan la reproducción social por vía de la reiteración, es decir aquello que una sociedad particular, un grupo, en un lugar y un momento determinados, considera lo normal o lo legítimo (*Reguillo, 2000a*).

La realidad de la vida cotidiana es percibida a través de conceptos compartidos mediante los cuales se establecen clasificaciones, jerarquías, equivalencias y oposiciones. Estas formas son representaciones mediante las cuales se ordena y hace aprehensible lo real. Distinciones que se realizan por vía del lenguaje, el cual proporciona expresiones tipificadas gracias a las cuales es posible la comprensión de la realidad. Cuando estas tipificaciones son compartidas, se materializan procesos comunicativos (*Berger y Luckmann, 2003*). De esta manera, cada acción individual se inscribe en una interpretación social, la cual involucra procesos de legitimación que operan a través del acervo cognitivo y lingüísticamente disponible en una sociedad. Dichas interpretaciones sociales, en tanto “discursos cotidianos para nombrar la vida” (*Reguillo, 2000a, p. 81*), son alimentadas por las prácticas y por la cultura depositada en las instituciones en un flujo continuo de producción de sentido.

Asimismo, Heller (*1997*) afirma que el pensamiento cotidiano tiene como fin resolver problemas cotidianos y de allí su carácter pragmático, es decir su circunscripción al problema, al contexto o la situación. La verdad cotidiana está conformada por dos componentes que operan de modo inseparable: uno cognitivo y otro moral. En este sentido, un conocimiento es verdadero si es exitoso en la acción, es decir que le sirve al sujeto para funcionar adecuadamente en su marco sociocultural y moral. El saber cotidiano tiene un carácter antropológico, en tanto

requiere la necesidad de aprender a percibir, a sentir y a pensar. Los sentimientos tienen un papel de guía para la acción y no son indisociables de la percepción y del pensamiento.

La vida cotidiana es histórica, en tanto no es posible su comprensión sin considerar las estructuras que la producen, y que a la vez son reproducidas y legitimadas allí. Giddens (2011) define la “estructura” como “conjuntos de reglas y de recursos, organizados de manera recursiva, está fuera del tiempo y del espacio, salvo en su actualización y en su coordinación como huellas mnémicas, y se caracteriza por una ausencia del sujeto” (p. 54). De forma opuesta, los sistemas sociales en los que se halla implícita una estructura recursivamente, incluyen las actividades situadas de agentes humanos, reproducidas en un tiempo y un espacio. La estructura es “a la vez constrictiva y habilitante”: por una parte las propiedades estructuradas de sistemas sociales rebasan en tiempo y espacio las posibilidades de control de los actores individuales fijándoles unos límites. A la vez, tampoco compromete la posibilidad de que las teorías que los actores tienen sobre los sistemas sociales, que ellos contribuyen a constituir y reconstituir en sus actividades, puedan reificar esos sistemas. Esto es así porque existe un espacio de indeterminación que permite hacer frente a situaciones novedosas como para la naturalización discursiva y productos históricamente contingentes de la acción humana, lo cual es una de las dimensiones principales de la ideología en la vida social. En consecuencia, el sentido común con que las personas entienden y actúan en su mundo *no es estático*, se transforma conforme a las épocas. Al cambiar las condiciones sociales, el sentido común y las prácticas que lo sustentan tienden a modificarse: las actuaciones de los individuos, sus esquemas de percepción y de apreciación de la realidad se reestructuran con un nuevo sentido acorde a nuevos escenarios sociales.

Las prácticas y representaciones alimentarias, en tanto operaciones cotidianas, no son objeto de cuestionamientos por quienes las practican, sino que se llevan adelante diariamente de manera tácita haciendo uso de un acervo de conocimiento del sentido común (Schutz, 1974). Y dentro de ellas, los modos de elegir, preparar, consumir y *narrar* los alimentos, y con ello los procesos de construcción de subjetividades y de relacionarnos con otros.

Para comprender este saber del sentido común es necesario considerar que es un conocimiento *natural* y *familiar* en tanto está hecho de presunciones que se admiten como dadas naturalmente de modo incuestionable (Schutz, 1974). De acuerdo con Bourdieu (2007), el sentido común es un *operador práctico* que implícitamente establece fronteras entre lo permitido y lo prohibido, lo importante y lo insignificante, lo correcto y lo incorrecto, lo comunicable y lo incommunicable.

La comida en el aquí y el ahora de las sociedades actuales requiere ser pensada como en la intersección entre universos simbólicos diferentes: el saber cotidiano, no formalizado, centrado en el sentido común y el saber científico construido sobre una racionalidad basada en una lógica formal, y legitimada mediante investigaciones dirigidas a demostrar su validez (Bastidas Acevedo, Pérez Becerra, Torres Ospina, Escobar Paucar, Arango Córdoba y Peñaranda Correa, 2009). Estas concepciones culturales de la alimentación han sido y son internalizadas e incorporadas como sentido común autoevidente (Jodelet, 1983; Moscovici, 1984) a partir de una constelación de códigos que son parte de la cultura y que requieren siempre de un interpretante que logre encontrar el sentido.

Los saberes científico y popular constituyen conocimientos diferenciados que se distinguen en sus objetivos, racionalidades y modos de construcción (Banchs, 2007). Debido a sus características puede decirse que pertenecen a dos universos diferentes: uno *consensual*, en el cual se construye el saber del sentido común, y otro *reificado*, donde se produce el conocimiento científico. Moscovici (1984, p. 186) explica la diferencia entre ambos del siguiente modo:

En el primer tipo de conocimiento “la sociedad se reconoce a sí misma como una creación visible y continua, teñida de significados y metas, habla con voz humana, es parte y parcela de nuestras vidas y actos, y reacciona como un ser humano. En pocas palabras, *el hombre es la medida de todas las cosas*. En el segundo, que comprende entidades sólidas, fundamentales, inmutables, donde no se toman en cuenta las identidades o particularidades individuales, la sociedad no logra reconocerse ni reconocer su trabajo [...] la autoridad científica puede imponer esta forma de pensar y experimentar sobre cada uno de nosotros, prescribiendo en cada caso qué es y qué no es verdad. En tales circunstancias *las cosas entonces se convierten en la medida del hombre*”.

En consonancia con lo expuesto anteriormente en esta tesis, algunos trabajos provenientes de la antropología alimentaria han mostrado cómo la incorporación del conocimiento científico a la vida cotidiana ha dado lugar al proceso denominado *medicalización del comportamiento alimentario* (Diez García, 2005, Gracia Arnáiz, 2007 y 2009). En dicho proceso, la alimentación pasa a ser interpretada de acuerdo a quienes sostienen los argumentos de la biomedicina privilegiando los criterios fisiológicos que ejercen los nutrientes en el organismo, por sobre aquellos sociales como el placer, la comensalidad, las prácticas colectivas. De allí, los motivos de tipo práctico o simbólico que orientaban la selección y el consumo de alimentos comienzan a ser desplazados, en parte, por otros centrados en la aplicación de normas dietéticas de acuerdo a criterios que establece la medicina. En otras palabras, las percepciones y prácticas alimentarias se transforman reorganizándose con base en una matriz de normalidad dietética.

Las personas y grupos se interesan en un determinado tema relacionado con la ciencia, ya sea porque el propio campo científico se los solicita¹⁸, porque sus prácticas se ven afectadas de alguna manera en la vida cotidiana¹⁹, o bien porque juzgan relevante estar informados (Moscovici, 1974). No obstante, las informaciones producidas por la ciencia y socialmente difundidas, son filtradas de acuerdo a las normas y símbolos colectivos socialmente vigentes, a la vez que condicionan los usos y apropiaciones que de ellas hacen los sujetos.

En esta investigación, para comprender cómo se construye el sentido común que presento principalmente en el segundo capítulo, tomaré como herramienta de análisis el concepto de representaciones sociales (RS)²⁰. Estas

¹⁸Tal es el caso del perfil epidemiológico actual y la problemática alimentaria nutricional, según el cual el sobrepeso y la obesidad son formulados como problemas de salud pública a resolver (Ministerio de la Nación, 2006). En este sentido, pueden observarse consejos y advertencias en instituciones de salud públicas y privadas, dietéticas, centros de estética, instituciones educativas y, de manera fundamental, en los medios masivos de comunicación.

¹⁹Un ejemplo sería la necesidad de compatibilizar los modos de vida actuales con los cánones que definen socialmente una *alimentación saludable*.

²⁰La noción de representación social, proveniente de la Psicología Social fue propuesta por Serge Moscovici en 1961. Este autor, a través de su obra *El psicanálisis, su imagen y su público* busca comprender el impacto de la ciencia en la cultura común. En ella indaga cómo la ciencia cambia las mentalidades y comportamientos de las personas y pasa a convertirse en un sistema de creencias. En la época en que Moscovici escribió su tesis, desde diferentes ópticas, tanto las posiciones que adherían al marxismo, como a la Ilustración coincidían en considerar dos órdenes de conocimiento: uno proveniente de la ciencia, racional y superior, y otro, el saber del sentido

constituyen formas de conocimiento socialmente elaborado y compartido, orientado hacia la práctica y que hacen a la construcción de una realidad común a un conjunto social. Las RS, en tanto modalidades del pensamiento del sentido común, se generan, permanecen y transforman mediante intercambios comunicativos personales y mediáticos orientando las interacciones y prácticas cotidianas (*Rodríguez Salazar, 2007*). Por esta razón, constituyen una categoría de potencial explicativo, especialmente cuando se trata de objetos que son tema corriente en las conversaciones, aquellas cuestiones de las que *todo el mundo habla* (*hot topics*) (*Banchs, 2007*).

En el transcurrir de la vida cotidiana, el sentido subjetivo otorgado a las prácticas es construido colectivamente, volviéndolas inteligibles. Allí, unos determinados estilos o modos de alimentación se vuelven pertinentes y relevantes porque detrás de ese conjunto de acciones rutinarias existe un colectivo que las sanciona y legitima. En esta tesis, la vida cotidiana constituye una vía de acceso para la comprensión de los intercambios sociales que puede ser abordada a través de las narrativas acerca de las prácticas y rituales alimentarios que hacen parte de ella y que la integran. Así, la comida puede ser entendida como un conjunto de símbolos que permite abordar la experiencia de los sujetos en su mundo cotidiano, cuyas narrativas constituyen un lugar estratégico para preguntarse y reflexionar sobre los procesos comunicativos que posibilitan su reproducción y continuidad.

Identificaciones

A lo largo de mi práctica profesional anterior al desempeño como docente en la Universidad, ya sea en el consultorio privado, en hospitales públicos, o participando en campañas de promoción de la salud, tuve la posibilidad de ejercer mi rol como nutricionista cumpliendo diferentes funciones: unas veces prescribiendo planes alimentarios para el tratamiento de enfermedades, la mayoría de las veces sobrepeso y obesidad; otras, por medio de actividades educativas de prevención de las mismas patologías que trataba en el espacio de la práctica

común, como irracional e inferior (*Banchs, 2007*). En la actualidad, para las ciencias sociales el saber popular, mitos, creencias, etcétera no son considerados en un estatus inferior al de la ciencia en tanto que orienta comunicaciones y prácticas cotidianas.

clínica; o bien proporcionando recomendaciones nutricionales a mujeres cuyos hijos concurrían a los controles de crecimiento y desarrollo en el ámbito pediátrico. La escucha de aquellas personas con las que interactuaba, me permitía advertir que en sus expresiones se ponía en circulación una trama mucho más compleja que el mero acto de ingerir alimentos, y que los relatos no eran en modo alguno un reflejo especular de sus prácticas alimentarias, sino que constituían una red de creencias, legitimidades, deseos y experiencias que requería ser desentrañada para poder pensar y formular las intervenciones en nutrición y salud. Desde mi trayecto como profesional con una fuerte impronta clínica, también intuía que no se trataba de sancionar terapéuticamente los desfasajes entre hechos y palabras, ni de una asociación entre ciertos rasgos de personalidad y la presencia de determinadas enfermedades, tal como lo escuchaba en algunas instancias de capacitación a las que concurría por ese tiempo²¹. Más tarde, luego de un nebuloso proceso de análisis de algunas entrevistas para esta tesis, pude comprender como idea-base que en este *hablar* sobre la comida, las personas extraían el sentido de sus experiencias sobre lo alimentario, y que al proporcionar puntos de vista subjetivos por medio del lenguaje, siempre en interacción con otros, eran producidos como sujetos.

Las narrativas sobre el *comer sano*, en tanto portadoras de sentido, dan cuenta de formas conscientes e inconscientes de entendimiento, a la vez que posibilitan el reconocimiento de formas culturales que constriñen o promueven tal entendimiento. En otras palabras, cada vez que se hace uso del lenguaje para nombrar lo alimentario, también se está poniendo de manifiesto el modo en que los procesos culturales se han inscripto en los sujetos, y cómo a la vez, éstos nombran y negocian su propia realidad.

El uso del lenguaje siempre implica un acto sociopolítico que consiste en la “defensa de realidades”(s/p), por lo cual la verdad no puede ser entendida por fuera de los procesos políticos y lingüísticos por los cuales es evocada (*Mc Laren*,

²¹Este tipo de asociaciones estaría avalado por ciertas investigaciones psicológicas que estudian los rasgos de personalidad que presentan quienes padecen determinadas enfermedades. Un ejemplo, es la relación estadística entre los pacientes obesos y características psicológicas tales como actuar pasivamente, presentar desinterés, trabajan de manera más lenta, se ofenden más rápidamente, son inseguros, entre otros rasgos igualmente descalificadores (*Bravo Del Toro, Espinosa Rodríguez, Mancilla Arroyo y Tello Recillas, 2011*).

1998). En este marco, los relatos extraídos de las entrevistas, me permitieron ver cómo el *decir* sobre la comida contribuye a la construcción de subjetividades, a partir de una multiplicidad de posicionamientos adoptados por mis interlocutores: ser *delgada*, *estar gordo*, ser *mujer*, ser *madre*, ser *latino*, *saber cuidarse*. Posicionamientos, por medio de los cuales, las personas se caracterizan a sí mismas, demuestran ante otros quiénes son y establecen diferencias -ya sea materiales o ideológicas- con quienes no pertenecen a su grupo social. Allí, se reconocen y hablan de sí mismos como *siendo parte de* múltiples y diversos grupos y colectivos.

En la adhesión a determinados discursos, prácticas y estéticas se ponen en juego procesos socioculturales mediante los cuales los sujetos adscriben presencial o simbólicamente a ciertas identidades sociales (Reguillo, 2000b). Esta afirmación permite analizar la apropiación que los sujetos hacen del discurso médico nutricional, en tanto referente socialmente legitimado para hablar de alimentación, desde la conformación de procesos de identificación. Allí, este y otros discursos encuentran en la dimensión subjetiva un lugar donde se construye, se disputa y se modifica el sentido a partir de la puesta a prueba de las normas y valores que aquellos proponen, y donde se ponen de manifiesto percepciones y representaciones diferenciadas y diferenciadoras de mundos sociales en progresiva y compleja multidimensionalidad.

Los modos de representar la pertenencia, además de encontrarse en un constante proceso de recreación y definición, se producen en el marco de conjuntos de relaciones, por lo que en los sujetos o grupos existen formas amalgamadas, donde se encarnan múltiples procesos de identificación, de los cuales unos cobrarán mayor peso, mientras otros permanecen latentes. Puede decirse entonces, que se trata de una selección de rasgos que satisface situaciones sociales particulares. A su vez, cada construcción situacional tiene una *trayectoria*, ya que ha sido construida históricamente (González, 2001). Por consiguiente, dichos procesos de identificación no constituyen una identidad, sino una complejidad de mismidades y alteridades, o de “nosotros” y “otros”.

Stuart Hall (2003) teoriza sobre la movilidad y el equilibrio más bien precario de esta construcción, sosteniendo que la identidad constituye un *punto de*

sutura entre procesos de sujeción y de subjetivación. Esta operación, que se produce en un momento concreto, implica la articulación entre unos discursos y prácticas que intentan interpelarnos, hablarnos o posicionarnos como sujetos sociales de discursos particulares, y por otro, los procesos que construyen subjetividades y que nos construyen como “sujetos susceptibles de decirse” (p. 20), los cuales conducen a aceptar, modificar o rechazar estos posicionamientos del sujeto.

Hablar de *interpelación* significa la puesta en juego de una convocatoria que se efectúa al sujeto por parte de un discurso específico, cuyo sentido está en la capacidad de producir una *sutura*. Las interpelaciones no consisten en mensajes aislados y unilaterales, sino que circulan y se distribuyen como conjuntos textuales más allá de los discursos intencionalmente interpeladores como puede ser el discurso de la ciencia nutricional, sino que el individuo es *interpelado* a transformarse en sujeto (Huerdo, 2005).

Asimismo, las *referencias* y los *referentes* de las interpelaciones deben ser pensados como abiertos, transitorios, flexibles y contingentes, en articulación con diferentes sentidos y experiencias. Por consiguiente, ciertos referentes que habían permanecido como legítimamente autorizados para hablar sobre la alimentación como era el médico, y en segundo lugar el nutricionista, hoy se yuxtaponen con otras figuras deviniendo una multiplicidad de referentes de lo más diversos como profesionales de la salud provenientes de otras disciplinas, gurúes, o especialistas en alimentación vegana, en *cocina saludable*, críticos gastronómicos u organizaciones sociales del tipo de las ambientalistas. Así, la convocatoria a constituirse en sujeto de salud se vincula a nuevos sentidos sobre *lo saludable* que se encuentran y son puestos en disputa, y a partir de los cuales se opera una cualificación como sujetos singulares y sociales.

Es necesario analizar en el marco de qué relaciones, una formación discursiva especializada como el conocimiento nutricional, es diseñada y elaborada simbólicamente de modo tal que pasa a formar parte de una narrativa esencialmente humana como el comer y el nutrirse. Existe una dimensión material, así como unos vectores institucionales, asociados a los procesos que producen interpelaciones que constituyen una compleja red de relaciones. La

comprensión de este espacio y su complejidad me fue posible a partir de la noción de *campo* bourdiana²² aplicada al “campo nutricional” (p. 95) que propone Martín Criado (2004), desde la sociología de la alimentación. Este autor alude a la constitución de un verdadero campo conformado por laboratorios e institutos de investigación, la industria alimentaria que financia y publicita investigaciones sobre las ventajas de los propios productos así como arroja sospechas sobre los productos de la competencia, el Estado por medio de los servicios nacionales de Salud, Desarrollo Social y Economía, que también financian investigaciones y campañas de salud pública, profesionales especializados, una amplia diversidad de expertos en el área, y el conjunto de los medios masivos de comunicación.

En esa compleja red de relaciones, el saber especializado sobre alimentación y nutrición constituye un bien en torno al cual se establece un *mercado*, cuya acumulación interesa en tanto se vincula con la división social del trabajo entre quienes lo producen y quienes lo consumen, lo distribuyen y lo legitiman. Objeto *-capital-* simbólico de luchas y consensos ligado al cuerpo, que se distribuye en instituciones, agentes y prácticas como formación discursiva especializada que es apropiada y negociada en procesos de interacción con las condiciones discursivas de los sujetos en la vida cotidiana. Las instituciones operan como vectores discursivos en la construcción del sentido de “nosotros” y de los “otros”.

En este marco de relaciones, donde una formación discursiva especializada a través de diferentes espacios y canales configura un conjunto textual interpelador, los individuos pueden *conocerla* pero no necesariamente *reconocerla*. Es decir que podrían permanecer indiferentes a esta *invitación* a alimentarse saludablemente que propone la ciencia nutricional. Esta posibilidad se

²²Bourdieu (Gutiérrez, 1997; p.31) define los campos sociales como “espacios de juego históricamente constituidos con sus instituciones específicas y sus leyes de funcionamiento propias”. Tratándose del campo nutricional, pueden aplicarse también las leyes de funcionamiento invariables que rigen para el concepto de *campo*. Se trata de un sistema de posiciones y relaciones, que está definido por lo que está en juego y los intereses irreductibles del mismo, de un campo de fuerzas y de luchas por transformarlo o conservarlo (estrategias de herejía o de ortodoxia). En este caso, se trata de la lucha por la apropiación del conocimiento nutricional o el saber especializado sobre alimentación y nutrición en el sentido que le vengo dando a lo largo de este trabajo. La estructura de un campo es el estado, en un momento dado del tiempo, del capital específico que allí está en juego.

debe a que una interpelación constituye algo más que un mero “atributo cognitivo” o racional. Para que la interpelación adquiera sentido debe estar relacionada a un *proceso de identificación*, donde la operación de reconocimiento consiste en la *adhesión* a un proceso textual y no a un evento aislado, donde se produce un *reconocerse/desconocerse* en la mirada del otro que desencadena el proceso y donde adquiere sentido la convocatoria del discurso, y cuya resolución no resulta de ningún modo definitiva (Huergo, 2005).

La adhesión no pertenece al orden de lo racionalidad, sino al orden del cuerpo. En este punto retomo nuevamente a Pierre Bourdieu (Gutiérrez, 1997) debido a que permite entender la adhesión como una *incorporación* que involucra procesos de identificación y pertenencia. Se trata de un *investissement* en la creación y reproducción del capital simbólico donde el sujeto se constituye como tal a partir de procesos de identificación, los cuales no son totales ni absolutos, sino que se producen identificaciones con algunos aspectos de los referentes y referencias interpeladoras.

Según Martín Barbero (*retomando a Bhabah, 2008*) para ser reconocidos es necesario *contar* nuestros propios relatos, puesto que sin narración no existe identidad, ya que esta no es sólo expresiva sino constitutiva de lo que somos. Este posicionamiento, supone reconocer que la identidad, en tanto proceso de subjetivación, está reconstruyéndose permanentemente, en un proceso que funda personas y colectivos en diferentes tiempos y espacios. Así, se vuelve necesario pensar este concepto de modo posicional y relacional, a la vez que desde una perspectiva constructivista, procesual y discursiva.

En las interacciones con otros se configuran constantemente procesos de identificación. Para Hall, hablar de identidades no significa descubrir lo que estas “son”, sino “en qué podríamos convertirnos, cómo nos han representado y cómo atañe ello al modo en que podríamos representarnos. Las identidades, en consecuencia, se constituyen dentro de la representación y no fuera de ella” (p. 18). Asimismo, se construyen a través de la diferencia y no por fuera de ésta.

Si la comunicación es una relación social donde se produce el encuentro entre subjetividades, se vuelve necesario considerar las subjetivaciones y posiciones sociales desde las cuales hablan los interlocutores, puesto que allí se

produce en encuentro entre sus mundos sociales. De otra manera: siempre que hay sentido, significado y relaciones sociales se hace presente la comunicación. Y es precisamente mediante los intercambios comunicativos, con un rol esencial de la comunicación mediada y el trabajo de elaboración simbólica que esto requiere, que un fenómeno tan profundamente humano como el hecho de comer y alimentarse puede ser narrado, clasificado y jerarquizado mediante categorías abstractas como las propuestas por la ciencia nutricional. Esto involucra procesos de interacción, que recupero a partir de las opiniones, vivencias y relatos hallados en la voz de unos sujetos activos productores de sentidos y cultura.

Ese sector llamado *clase media*

(...) La segunda característica de los miembros de las clases medias es la *autonomía*, que se manifiesta en el plano material con el deseo de independencia profesional y prescindencia del trabajo manual, y en el plano cultural con la tendencia al juicio personal en contraste a la mentalidad de masa de la clase obrera. La autonomía es, pues, la nota *psíquica* de las clases medias. (...) la *función intermediaria* que realizan en la sociedad: a veces entre productores y consumidores, a veces entre empresarios y obreros, a veces entre gobernantes y gobernados, a veces entre la sociedad y los que necesitan determinados servicios.
Valsecchi, 1948

El corpus empírico de este trabajo surge de conversaciones mantenidas con personas que se consideran a sí mismas como pertenecientes a la *clase media*. Desde la perspectiva que aborda esta investigación, considero que para comprender los intercambios simbólicos y las condiciones en que se produce la construcción social del sentido, resulta fundamental privilegiar los contextos sociales en que tienen lugar dichos procesos. Así, las formas de pertenencia, prestigio y legitimación social en que se produce la integración de los sujetos en clases sociales tienen una historia que se vincula a lo político y lo cultural²³.

²³Edward Thompson concibe a la clase como una categoría histórica más que económica argumentando que ésta surge como resultado de experiencias comunes heredadas o compartidas que los seres humanos “sienten y articulan la identidad de sus intereses entre ellos y contra otros” (Martín Barbero, 2003a; p. 82)).

Un típico país de clase media

Adamovsky (2009), al analizar los orígenes y conformación de las pautas culturales de la contradictoria clase media argentina, la considera como el sector más influyente en la sociedad. Influencia, que según él mismo, puede ser observada en el relato del apogeo y la decadencia de una ilusión.

En Argentina, la incorporación al mercado internacional como país proveedor de materias primas a mediados del siglo XIX, implicó la profundización del capitalismo con una injerencia cada vez mayor del mercado en la vida cotidiana de las personas, a la vez que la conformación de un Estado con un poder cada vez mayor para definir y regular las relaciones sociales.

En este marco de profundas transformaciones sociales, económicas y políticas, el proyecto de la clase dominante -la élite- se presentó como un plan de *civilización* que profundizó la discriminación social y racial que existía desde tiempos coloniales. Así, se puso en marcha una operación mediante la cual las personas de procedencia, modales y estilo de vida diferentes al europeo - generalmente personas de piel oscura y criollos de modales no europeos- fueron responsabilizadas de poner obstáculos al progreso con su *barbarie*, y en consecuencia, desvalorizada su cultura. Las ventajas del sistema capitalista fueron aprovechadas por personas de raza blanca, mayormente inmigrantes europeos, residentes en la región pampeana, en aquellas zonas de mayor desarrollo.

Los sectores dominantes, se esforzaron por transmitir nuevas, o reforzar las tradicionales, pautas de comportamiento. Este esfuerzo, impulsado principalmente por el sistema educativo, los intelectuales y la publicidad, se veía motivado por la necesidad de reordenar las jerarquías ante la complejidad y rapidez de los cambios donde ya no quedaba tan claro quiénes eran los ciudadanos *respectables* y quiénes no. Así se fue constituyendo el nuevo mundo urbano en Argentina, a fines del siglo XIX y principios del XX, donde los *modales civilizados*, la *buena presencia*, el lugar de residencia, la vestimenta, los accesorios y los comportamientos de hombres y mujeres se volvieron indispensables para indicar el nivel social que se poseía o al cual se aspiraba, a la vez que señalar la diferencia con los que pertenecían a un nivel social inferior. Esta conformación de la identidad de *clase media* posibilitó a muchos acceder a una condición de ciudadanos *respectables*, ya

que si no era posible pertenecer a la clase alta, al menos quedaba claro que no eran parte de la clase baja.

Con el peronismo, la idea de las clases populares como una amenaza a los sectores cultos en Argentina, que venía de los tiempos de Sarmiento y Mitre, fue recuperada. Así, la identidad de clase media, al constituirse en el imaginario de una nación blanca, educada y en las regiones modernas de Buenos Aires y el Litoral, negaba a las masas, y cobraba impulso gracias al ideal de progreso y libertad que la tiranía populista amenazaba (*Adamovsky, 2009*).

Décadas más tarde, el impacto de la última dictadura militar en todas las esferas sociales, los sucesivos planes de ajuste, el desencanto respecto de las expectativas puestas en el gobierno democrático en transición y la hiperinflación de finales de los años ochenta, fueron dando lugar a procesos de conformación de una sociedad diferente respecto de las décadas anteriores (*Wortman, 2007*).

Asimismo, el modelo económico de la convertibilidad, eje central de la política de Carlos Menem en los años noventa, hizo posible el acceso ilusorio del conjunto de la sociedad argentina a los modos de vida del primer mundo a través del consumo²⁴. De allí la transformación de las prácticas sociales en cuanto a los estilos de vida de los sectores medios y populares, como consecuencia de un proceso de desmovilidad social para la gran mayoría del sector medio, aumento de la exclusión social, desocupación y subocupación y el crecimiento del poder adquisitivo de ciertos sectores, a la luz del establecimiento de un orden social hegemónico en el orden simbólico. Situación que se vio interrumpida luego de la crisis desencadenada en diciembre de 2001, diluyéndose así “la Argentina igualitaria y relativamente diferenciada de América Latina” (*Wortman, 2003, p. 16*) con el consecuente reconocimiento por parte de la clase media de su situación y la necesidad de constreñir, recortar y transformar gran parte de sus hábitos y costumbres.

²⁴ Para Arizaga (*2004*), la clase media ascendente de la década del 90 se torna la difusora oficial del modelo cultural de la nueva burguesía, actuando como vehículo de los signos del buen vivir, evidenciados en prácticas y estilos de vida determinados. A la vez, la autora considera que un clima cultural privatista no sólo se manifestaba y fundamentaba en las privatizaciones y el fin de la idea de mutualizar riesgos sociales, sino en la percepción de que, en medio de un escenario de exclusión y de nueva pobreza, les cabía a pocos la posibilidad de la nueva riqueza.

En el año 2012, un informe del Banco Mundial “La movilidad económica y el crecimiento de la clase media en América Latina” (*Ministerio de Economía y Finanzas Públicas - INDEC, 2012*) refiere que en la Argentina el sector medio se duplicó con el aumento en más de nueve millones de personas. Este aparece como el mayor porcentaje de crecimiento de la clase media en toda la región durante las últimas décadas²⁵. Sin embargo, este sector en particular ha sufrido sucesivas transformaciones en las últimas décadas como consecuencia del ajuste económico y de la democratización política, estando también sujeto a la globalización política y las transformaciones socioculturales (*Wortman, 2003*). Es posible advertir la configuración de un nuevo imaginario social de clase media, que ha redefinido su vínculo con la cultura, extendiéndose a los distintos ámbitos de la vida cotidiana, y atravesando también las prácticas alimentarias, el estilo de vida y los modos de relacionarse de este sector.

Argentina ha sido definida como *un típico país de clase media*, posicionándola a relativa distancia de otros países de características más polarizadas, y acercándola a Europa Occidental, quizás más que nada por presentar las grandes ciudades como Buenos Aires, Córdoba o Rosario una numerosa población blanca. Es decir, que el modo en que fue socializado el sujeto argentino de clase media, se conformó con base en el sujeto europeo mítico también sujeto moderno universal (*Wortman, 2003; Visakovsky, 2008*) constituyendo un anclaje histórico cultural desde el cual los sujetos se identifican y obtienen reconocimiento, y por los cuales dan sentido a sus prácticas, experiencias e interpretaciones.

El recorrido histórico y político mediante el cual se constituyeron las clases medias en Argentina, me permitió identificar como un elemento particularmente interesante para la problemática de estudio de esta tesis, la posibilidad de acceso a niveles educativos más elevados, y en consecuencia una mayor proximidad de este sector con la cultura letrada. Según Sarlo (*1997*), el

²⁵ De acuerdo con este informe, gran parte del crecimiento de esta clase media es consecuencia del crecimiento del PBI, y de la incidencia de la redistribución del ingreso, acompañado de una tendencia a fortalecer el rol del Estado en la economía recuperando el control de empresas y recursos claves y se implementaron políticas de promoción de los mercados internos, lo que redundó en un marcado descenso de la desocupación y mejoras de los ingresos y condiciones laborales.

Estado nacional, por medio del normalismo, jugó un rol decisivo en el acceso a la cultura de los inmigrantes y su descendencia, a través de la escolarización masiva y por lo tanto en la instalación de ese valor. Por medio de este proceso, la educación ha constituido un valor y un signo de identidad de las clases medias. En consecuencia, el acceso a mayores niveles educativos, con el consecuente aumento del capital cultural y social, constituye una condición de mayor contacto con el discurso médico, y de la ciencia en general, como parte de la denominada cultura legítima.

Las categorizaciones que la ciencia propone respecto de la alimentación, la salud y la enfermedad, requieren de operaciones de codificación análogas a las requeridas por el sistema educativo, por lo que en la medida que el capital cultural sea mayor los sujetos disponen de más medios para apropiarse de aquel, así como una mayor predisposición a asimilarlo y a comportarse de acuerdo a sus normas (Martín Criado, 2005)²⁶.

Las prácticas y representaciones alimentarias de la clase media

A partir del análisis de las prácticas y representaciones alimentarias en relación al sector social, Patricia Aguirre (2006) sostiene que, habiendo superado los ingresos destinados a cubrir las necesidades llamadas básicas²⁷, la comida se rige por la saciedad simbólica. En este sentido, la autora encontró que en el sector medio la función del gusto -desde la misma concepción de Bourdieu- queda del lado del “pecado” (p. 180), puesto que entran en contradicción la tendencia a

²⁶Un estudio realizado en Córdoba indica que la alimentación /nutrición ocupa el tercer lugar de importancia entre los principales aspectos más valorados en la vida de los cordobeses, después de la salud y la familia. En el cruce por nivel socioeconómico, se vio cómo los sectores más bajos asignan mayor importancia que los altos a temas como el trabajo, la alimentación /nutrición y a la salud. En el estrato medio se presentan diferencias poco significativas con los sectores bajos (Barbero, 2012).

²⁷De acuerdo al estudio de Kantar Worldpanel, en Argentina los productos alimentarios que no pueden faltar en el hogar son los mismos en toda la pirámide social: pastas, aceites, arroz, y galletitas. Mientras hay productos que ganan adeptos entre los hogares de clase media, como los vegetales congelados, quesos, puré instantáneo. El lugar de compras elegido es el hipermercado, supermercado y *discount* (súper de cercanía). Este último, es visitado por igual por los niveles medios y bajos, aunque los de clase media son los que más lo frecuentan: casi dos veces al mes. Disponible en: <http://turrello.com.ar/habitos-de-consumo-de-la-clase-media-piramide-social-argentina-2013/>

comer en exceso con el ideal de cuerpo y de belleza propio de ese sector²⁸. En otras palabras, si bien la clase media no sufre los constreñimientos materiales propios de los sectores populares, tampoco tiene la libertad de dictar la moda culinaria del sector social alto. Las representaciones de los alimentos, las comidas y los cuerpos en tanto fundan la pertenencia a un sector social identificando a los que son, piensan y comen “como nosotros”, identidad que se sostiene diferenciándose de los otros, aquellos que “por principio, no comparten nuestra idea del mundo y por lo tanto no saben ni pensar, ni comer ni vivir”²⁹ (p. 158). De acuerdo con esto, en los sectores populares el ideal de cuerpo *fuerte* se asocia en mayor grado que en otros sectores con el de salud y belleza, lo cual coincide con la contundencia de los cuerpos que caracterizan este sector social, ligado a mejores condiciones de productividad para llevar adelante los trabajos manuales. Lo que Grignon y Passeron (1991) denominan “consumo reparador” (p. 33) aludiendo a una simbólica corporal asociada al esfuerzo y los valores masculinos. Mientras que en los sectores medios, este ideal se asocia con un cuerpo delgado, asociado intrínsecamente con la salud y la belleza. Para lograr ese cuerpo sano se lo educa, se lo trabaja con dietas y ejercicio, lo que implica invertir energía, voluntad, tiempo y dinero.

Según Grignon y Passeron (1991), tradicionalmente, las prácticas alimentarias han sido ubicadas dentro de los aspectos materiales de la cultura popular consideradas como actividades utilitarias y obligatorias que permiten el mantenimiento biológico de la sociedad, en oposición al conjunto de las actividades intelectuales y todo lo que tiene que ver con el lenguaje en particular, cobrando mayor protagonismo la dimensión simbólica de estas, a medida que se asciende en la escala social por medio de la “estilización de la vida cotidiana”. Partiendo de la idea que las prácticas alimentarias, cualquiera sea la clase social de que son objeto poseen una dimensión simbólica. En la clase media cabe esperar

²⁸ El estado nutricional objetivado en ese sector habla de esta tensión en la población cordobesa, puesto que se evidenció que a medida que desmejora la categoría del estrato social aumenta la prevalencia de sobrepeso y obesidad, presentando un 47% del estrato medio exceso de peso corporal (Aballay, 2013).

²⁹ Cabe señalar que estas representaciones se fundan en las condiciones objetivas en que desarrollan su vida los diferentes sectores de ingresos. Son construcciones históricas que una vez establecidas tienden a reproducir las condiciones en que se han desarrollado, aunque no pueda de ningún modo considerárselas inamovibles (Aguirre, 2006).

la puesta en escena de los aspectos estilísticos legítimos, donde la comida habla de determinadas marcas sociales.

La decisión de trabajar en esta tesis a partir del intercambio con personas de clase media supone de antemano el contacto con el discurso y las representaciones próximos a la cultura legítima, lo cual interroga acerca de aquello que deja por fuera: lo *otro popular* y lo sentidos asociados a ello. El análisis se complejiza, la relación entre el saber experto y del sentido común, no es una relación de exterioridad, se trata de la imbricación de unos elementos con otros en un complejo heterogéneo donde pueden pensarse la clase media, en adhesión a la cultura legítima, eurocéntrica y masculina que se distancia de lo popular, lo irracional, lo femenino. Relaciones que constituyen a los sujetos como clase media, pero también se articulan con otros sentidos de pertenencia como el género, la edad y la procedencia particularizados en las narrativas y prácticas cotidianas y por ello heterogéneas e inestables. En consecuencia, en el marco de esta investigación, *narrar* la comida, y en especial su relación con la salud, da cuenta de evaluaciones morales que apelan a valores en torno a lo bueno y lo malo, lo correcto y lo incorrecto, lo sano y lo no sano vinculadas a los modos de comer que operan como signos que pueden ser leídos como legitimidades, pertenencias y otredades. El análisis de *lo* subjetivo en esta tesis permite observar cómo son puestos a prueba esos valores y normas formulados por medio de operaciones de ajuste, transformación o clausura del sentido.

Objetivos

A partir de las consideraciones precedentes, me propuse como objetivo general aportar el entendimiento de la construcción social del sentido del *comer sano* en personas de clase media en la ciudad de Córdoba. En términos específicos, busqué explorar cuáles son las representaciones sociales que construyen los entrevistados en este sentido; comprender qué prácticas de presentación e intercambios simbólicos se desarrollan en torno al *comer sano* en sujetos que adscriben a sectores sociales medios; y analizar, a través de las

narrativas de los sujetos, cómo se relacionan el discurso nutricional y el saber cotidiano en la construcción del sentido sobre el *comer sano*.

Apreciaciones Metodológicas

La mirada cualitativa

Tomando como punto de partida mi formación en las ciencias de la salud y el predominio del paradigma positivista, decidí en etapas iniciales del proceso realizar un abordaje cualitativo, puesto que me permitiría enfocarme en la vida de las personas entrevistadas, sus historias, sus experiencias, sus interacciones, sus prácticas y sus sentidos, interpretándolos de forma situada, es decir, ubicándolos en el contexto particular en el que tienen lugar.

Realizar una investigación cualitativa supone un proceso interpretativo de indagación que examina un problema humano o social (*Vasilachis, 2006*). En este marco, el eje que orientó las preguntas a resolver surgió del corpus empírico obtenido de las entrevistas realizadas. Para analizar los relatos partí de marcos teórico-conceptuales adecuados al caso particular y a la posibilidad de iluminar la *cualidad* de los datos. He indagado las formas en que las personas seleccionan, controlan, suspenden, reagrupan y transforman significados a la luz de la situación en la que están ubicados y de la dirección de su acción. En este sentido, examiné las producciones significativas de los propios sujetos en relación a su alimentación a partir del diálogo directo con ellos, guiada por la intención de aproximarme a los modos en que aquellos construyen sus visiones de mundo. Para tal fin, he analizado sus prácticas discursivas, las cuales constituyen un insumo que permite revelar la presencia de estructuras, reglas, valores que en un lugar y un momento dados se instalan como un orden legítimo en el cual los entrevistados inscriben lo que dicen.

El discurso constituye una mediación analítica para comprender el orden social al cual se accede a partir de la penetración hermenéutica en las estructuras cognitivas y afectivas. Allí es posible develar la subjetividad de los entrevistados a con la intención de poder pensar su lugar en la constitución de lo social (*Reguillo, 2000b*).

Retomando a Alonso (1998), el diseño metodológico en este trabajo tuvo como premisa orientadora la resistencia a la *naturalización* del mundo social enfocándome en el análisis de los motivos de la acción, de las normas, de los valores y los significados sociales por sobre la búsqueda de generalizaciones y predicciones. Estas formas toman apariencias codificadas pues poseen un carácter comunicativo que opera como mediador y formador de experiencias y de necesidades sociales.

La recolección de datos: entrevistas y entrevistados

Para la recolección de datos realicé *entrevistas en profundidad*, intentando llevar adelante un análisis lo más detallado y exhaustivo posible de las conversaciones, asumiendo que a partir de los relatos, los gestos, las actitudes, sería posible develar ciertas lógicas particulares que estructuran formas de ser y perspectivas donde se articulan las propias experiencias personales, en un determinado tiempo, espacio e historia personal.

Las entrevistas consistieron en encuentros personales donde centré el interés en las palabras y expresiones de mis interlocutores, volviéndome yo misma instrumento de la investigación, y siendo la relación de investigación el medio a través del cual se concretó el trabajo.

Para realizar las entrevistas utilicé a un guión temático donde consigné previamente una lista de temas que orientaron el desarrollo de las conversaciones. Allí busqué indagar el significado del *comer sano, los aspectos que condicionan la opción por determinadas prácticas alimentarias, las fuentes de aprendizaje de las prácticas alimentarias, la opinión de la situación alimentaria en la sociedad actual*.

En las entrevistas tomé especial cuidado, en los momentos iniciales del encuentro, en hacer mención a la *comida* y no a la *alimentación*, presuponiendo que este último término se asocia más a la idea de dieta regulada, pues guarda mayor correlación con el vocabulario técnico de la ciencia nutricional³⁰. Esta

³⁰Esta apreciación metodológica es considerada a partir de la observación de estas asociaciones durante las primeras entrevistas, y ratificado más tarde, a partir de la lectura de otros trabajos con características similares (Diez García, 2005).

modificación posibilitó que los entrevistados se expresaran más desde sus percepciones y prácticas más espontáneas y cotidianas, a la vez que se sintieran menos condicionados por la situación de la entrevista en la que pudiese interferir mi condición de nutricionista e impidiese llevar adelante la conversación como quien desarrolla una investigación más allá de la disciplina de origen. Con base en los tópicos previstos en el guión, dejé que los entrevistados hablaran. Los encuentros fueron grabados con previo consentimiento de aquellos, y acordamos una instancia posterior donde pudiera hacer una devolución de los resultados de la investigación.

Aun reconociendo el carácter mediado de las informaciones circulantes sobre la alimentación y la salud, durante las entrevistas no indagué de manera directa la percepción de los entrevistados acerca del rol de los medios de comunicación en la construcción de prácticas y representaciones. Sí pregunté acerca de las fuentes de donde tomaban las informaciones para orientar sus elecciones y prácticas alimentarias y culinarias. Allí, como soportes mediáticos se hicieron presentes revistas, libros, algunos programas televisivos y por último Internet, en función de las edades y la actividad laboral y profesional de quienes decían hacer uso de ellos. Tales respuestas eran dadas en forma rápida y no me permitían demasiada profundización en el tema. Retomando a Thompson (1998), este modo de percepción del rol de los medios masivos puede comprenderse a partir de la particularidad de éstos de construir realidad, interviniendo en formas que permanecen altamente naturalizadas en la vida cotidiana. La capacidad constructora de realidad reside en el hecho de que los media “han creado lo que podríamos llamar ‘experiencia mediática’” (Thompson, 1998). En la medida en que las experiencias personales son limitadas, se acude a los medios para expandir conocimientos sobre el acontecer social cotidiano. Aquí reside la capacidad mediática “constructora de realidad”, a partir de los cuales nuestra percepción del mundo irá más allá de la experiencia personal.

Para determinar quiénes participarían en la investigación utilicé la estrategia denominada *muestreo intencional*, es decir que los criterios fueron anticipados de antemano: busqué incluir casos divergentes con diferentes edades, ocupaciones y situación familiar (estado civil y número de hijos). A su vez, definir

qué personas pertenecen a la clase media supuso una serie de decisiones metodológicas, dado que este segmento particular de la población presenta cierta complejidad al momento de definirlo teórica y operacionalmente. Las principales dificultades identificadas fueron: los numerosos segmentos de la población que abarca, la dificultad para establecer indicadores que permitan recortar este sector frente a los demás sectores, el uso que le dan los propios actores sociales a esta categoría, ya que suele ser una categoría social en la cual gran diversidad de grupos sociales dicen adscribirse. De todas maneras, trabajar con persona que se consideran de clase media no supone una intención representativa o de generalización, sino simplemente se asume que en este grupo circulan y son compartidas ciertas prácticas y representaciones en torno del tema de estudio.

En consecuencia, en un primer momento para realizar las entrevistas consideré:

-El nivel educativo, considerando a aquellas personas que hubieran completado, como mínimo, su educación en el nivel medio. Conforme fui avanzando en el trabajo de campo decidí circunscribir la muestra a personas con nivel secundario y terciario, excluyendo aquellas con estudios universitarios. Así, es de esperarse que ante un capital cultural y social de mayor envergadura las estrategias discursivas, representaciones y prácticas hubiesen variado en su configuración y los núcleos de problematización hubieran sido diferentes.

-La ocupación, los entrevistados realizan ocupaciones no manuales, y ellos mismos o el hogar cuenta con ingresos más o menos fijos que les permiten satisfacer sus necesidades básicas (vivienda, transporte, educación salud)³¹.

-Barrio de residencia, las personas entrevistadas residen en los barrios Alto Alberdi (1), Alto Verde (1), General Paz (1), Pueyrredón (3) y Villa Cabrera (1) y San Vicente (1). De acuerdo al informe de Vulnerabilidad Social y Educación correspondiente al Gran Córdoba (*s/f*) (realizado con base en el Censo de 2001), los mencionados barrios se ubican en zonas de baja vulnerabilidad en relación al capital físico, determinado por la posesión de agua potable en la vivienda, disposición de excretas y bienes elementales de bienestar como teléfono y

³¹Para el año 2013, se estima que el ingreso promedio familiar mensual de este sector social denominado medio típico fue de \$ 10.200 Fuente: Consultora W y Trial Panel - Encuesta Permanente de Hogares (EPH) de INDEC.

heladera. En el caso de barrio Pueyrredón donde residen tres de nuestros entrevistados, existen zonas que se modifican pasando de una situación de baja a mediana vulnerabilidad en relación al capital humano, basado en la razón de dependencia, cobertura social y educación.

-Autointerpretación de su condición de clase, es decir que los entrevistados se consideraran a sí mismos como pertenecientes al sector social medio.

El *acceso al campo* fue previsto inicialmente a partir del contacto con personas que habían expresado su predisposición para ser entrevistadas luego de responder una encuesta estructurada en instituciones de salud públicas y privadas de la ciudad de Córdoba³². Sin embargo, esta modalidad resultó sumamente dificultosa para establecer el *rapport* necesario en la aplicación de metodologías como las que aquí se vienen describiendo, por lo que fue necesario redefinir la estrategia. Decidí entonces, por medio de vínculos laborales o sociales, contactar personas que manifestaran disposición a ser entrevistadas con las cuales no tuviera relación de parentesco o amistad. Para ser entrevistadas, consideré además, que residieran en la ciudad de Córdoba y que fueran los encargados principales de la compra, adquisición y preparación de los alimentos para el propio consumo propio y/o familiar. Una vez concretado el encuentro y realizada la entrevista, les solicitaba que me indicaran otras personas que pudieran acceder a ser entrevistadas utilizando la técnica de *bola de nieve* (de Souza Minayo, 2009).

Los entrevistados fueron ocho personas de entre 22 y 77 años, de los cuales siete eran mujeres. La elevada relación mujeres/hombres entre los entrevistados fue un hecho inesperado, debido a que se volvió sumamente dificultoso dar con personas que reunieran los requisitos mencionados anteriormente que no fuesen mujeres. En vinculación con esto, del análisis del corpus empírico se hizo necesario dedicar un capítulo que versara sobre la relación entre la comida sana y la construcción de subjetividades femeninas, lo cual no había sido previsto de antemano en función de las características de este sector social. El mismo, no se trata de un enfoque enmarcado en las teorías

³²Parte del desarrollo de esta tesis se enmarcó en el Proyecto “Influencia de los patrones alimentarios en el desarrollo de cáncer en la ciudad de Córdoba”. SECyT - UNC- 2010-2011. Res. SECyT 214/2010 - Res. Rect. N° 2472. Directora: Dra. Alicia Navarro, Co- director: Dr. Adrián Carbonetti.

denominadas feministas, sino del análisis de ciertos posicionamientos vinculados con la construcción social de lo femenino en relación a la comida

Para realizar las entrevistas pautamos un encuentro, que en la mayoría de los casos fue en el domicilio, de entre 50 y 90 minutos de duración. El hecho de que las personas me permitieran concurrir a sus hogares posibilitó mi aproximación a su entorno más íntimo, tomando contacto durante los encuentros, con algunos miembros de su familia y el barrio, así como ser parte de algunas rutinas domésticas que llevan adelante en su vida cotidiana.

Para determinar el número de entrevistas, utilicé la estrategia de *muestreo teórico*, otorgándole especial importancia al potencial de cada *caso* (Taylor y Bodgan, 1996) para ayudar a la comprensión teórica sobre el área en estudio. Cuando el análisis de nuevos relatos no aportaba nuevos conocimientos o información relevante interrumpí la realización de entrevistas, utilizando la estrategia de *saturación por tema*, los cuales se encuentran plasmados en los capítulos y subapartados de este trabajo.

Por último, cabe señalar que el trabajo investigativo fue orientado por la *revisión documental* permanente, lo cual me posibilitó contextualizar la realidad en estudio y orientar en este sentido los resultados del mismo. Ello facilitó la adopción de un encuadre adecuado, en función de una mayor familiaridad con la realidad estudiada, permitiendo contextualizar la información y la interacción con los entrevistados. En este sentido, relevé información orientada a contextualizar las condiciones de vida del sector medio, la situación alimentaria nutricional, las estrategias estatales en la promoción de una alimentación saludable y la consulta permanente de aquellas fuentes de información sobre alimentación y nutrición citadas por los informantes durante las entrevistas.

Algunas consideraciones sobre la interacción en la situación de entrevista

Este apartado tiene como fin reflexionar acerca de la situación de entrevista, puesto que la aplicación de esta técnica implica una situación de interacción. Algunos autores definen esta interacción como un intercambio desigual entre investigador e informante, donde la actitud del entrevistador puede

minimizar, pero no anular la situación de desigualdad entre interlocutores. A su vez, el investigador, en posición institucional de poder, se atribuye la labor del cuestionamiento de los otros, la sociedad y de sí mismo (*De Souza Minayo, 2009*). Ello constituye la puesta en acción de un intercambio comunicativo, donde los informantes construyen su narración en función de otro-investigador al cual tienden a persuadir con su saber.

En la práctica profesional del nutricionista no resulta extraño escuchar frases de los interlocutores tales como: *vengo para que me retes, necesito que me controles*, lo cual da cuenta de las expectativas respecto de una actitud de control y vigilancia de mi parte. Intentando neutralizar este posicionamiento a quienes no sabían de mi formación de grado, les explicaba que se trataba de un posgrado en comunicación y cultura. Sin embargo, excepto una de las entrevistadas, finalmente consultaban sobre por mi profesión, con lo cual el conocimiento de la misma, lejos de constituir un obstáculo para la búsqueda de neutralidad se convierte en un insumo para el análisis.

Durante las interacciones con los entrevistados pude constatar que existen competencias especializadas para hablar de ciertos temas. Hablar del *comer sano* suponía en ocasiones, cierto cuidado en las expresiones, o bien la expectativa de que en mi rol de nutricionista evaluara esos saberes e incluso diera orientaciones sobre cómo comer. Ello muestra que se trata de un tema instalado en la vida cotidiana de las personas –al menos de los entrevistados para este trabajo- y ratificó mi interés por desarrollar esta investigación. Sin embargo, cuando la conversación derivaba hacia las prácticas culinarias, especialmente en las entrevistadas de más edad, las expresiones eran más libres y por momentos las posiciones jerárquicas se invertían, puesto que eran ellas quienes me daban recomendaciones y sugerencias.

A su vez, la clase social y el género compartidos con la mayoría de los entrevistados pudo constituir un factor de proximidad. En este caso, ciertas características compartidas –ser mujer, blanca, de clase media, incluso el parecido con algún amigo o familiar de los entrevistados- han podido incidir positivamente en despertar familiaridad y confianza en los entrevistados propiciando el diálogo y el intercambio.

Tal como expresa Gadamer (2004), la neutralidad es casi imposible, pues el proceso de comprensión e interpretación pone en juego nuestros prejuicios, ya sean positivos o negativos, por lo que la propuesta consiste en hacer consciente el círculo hermenéutico en que nos adentramos, donde el analista transforma la interpretación de los otros a la vez que es transformado por los otros.

CAPÍTULO II: LA COMIDA PENSADA

En este capítulo exploro cómo los saberes especializados sobre alimentación y nutrición se incorporan en la vida cotidiana redefiniendo el pensamiento del sentido común. Para ello me enfoco en los modos en que son elaborados simbólicamente los criterios nutricionales provenientes del conocimiento científico. A su vez, analizo cómo dichos lineamientos transforman las percepciones sobre la comida, mediante qué intercambios comunicativos se producen, y cómo pasan a formar parte de la realidad modificando la relación de las personas con la comida. Para ello utilizo como herramienta teórica la noción de *representación social*.

Las representaciones sociales (RS) constituyen una categoría que permite pensar articulaciones entre un concepto -la construcción socialmente legitimada del *comer sano*- y cómo este es percibido por distintos grupos sociales, mediante interacciones donde no sólo se intercambian informaciones, se establecen convenciones y se confirman hábitos en un sector social más o menos amplio, sino que, como afirma Moscovici (2002, *s/p*), “cada uno adquiere una competencia enciclopédica sobre el tema que es objeto de discusión”. Estos procesos dan lugar a un reordenamiento de normas y valores con la consecuente circulación social de nuevos preceptos y visiones.

Para aprehender las RS analizo el material discursivo obtenido en las entrevistas, pudiendo reconocer cómo los entrevistados realizan clasificaciones, tipificaciones, jerarquías y relaciones acerca de la comida, las cuales se vinculan a procesos de subjetivación, que no son nunca individuales y que son posibilitados por la comunicación, puesto que se trata de elementos que pertenecen a un mundo común.

Definiciones del *comer sano* o la comida proscripta

En las conversaciones con los entrevistados, a través de las narraciones de experiencias personales, se expresan ciertos puntos en común en las concepciones sobre el significado de *comer sano*. A continuación, algunas respuestas³³:

Comer sano... Se entiende no comer salsas muy picantes... No fritos... Eso es comer sano, diría yo. Y no comer grasas, por cierto.

(Lita, 70 años)

Primero que nada, me parece que comer mucha carne, en exceso, no es sano. Después, bueno, el tema de las bebidas, las gaseosas, y los vinos, y la cerveza, tampoco es sano. Pero más que nada es no comer tanto,

tan en exceso. (Arabela, 30 años)

Comer sano. A ver, eh... si te cuento. Hasta hace poquito, digamos como era mi vida, no comíamos muy sano que digamos (risas), lamentablemente... (...)

Comiendo sano, influye muchísimo el tema de la salud. El aceite, colesterol, triglicéridos, hay un millón de causas, que bueno, que repercuten en la salud, no comiendo debidamente como uno tiene que comer.

Tiene que comer [con énfasis]. (Daiana, 28 años)

Como rasgo común en la definición de lo que constituye *comer sano* aparecen en primer lugar los alimentos y preparaciones que quedan por fuera de los parámetros de *lo sano*. Pareciera ser que resulta más sencillo expresar aquello que se aparta de las prácticas alimentarias socialmente legitimadas como saludables, que nombrar aquellos alimentos y preparaciones que sí ingresan dentro de dicha categoría.

³³En adelante, los fragmentos que tomo prestados de los entrevistados van especificados por el nombre de pila y con letra cursiva reproduciendo las expresiones tal como fueron transcritas de la grabación original.

A partir de las definiciones de la comida sana en función de lo prohibido (*no comer...*) o de la moderación o la restricción (*el exceso de...*) puede leerse la impronta del discurso médico nutricional pues coincide con los lineamientos que este propone³⁴, al establecer como responsables de potenciales o reales daños a la salud, a determinadas conductas alimentarias. Pero también es posible arriesgar que lo proscrito se hace presente porque estos límites se encuentran, chocan, o se tensan con experiencias alimentarias más complejas construidas en función de otros elementos como el placer, el afecto, las historias familiares, la posición social, el género, tal como intento develar a lo largo de este trabajo.

Cruce intergeneracional: ¿la caída de un paradigma?

Las sociedades occidentales actuales se caracterizan por el predominio de un tipo de racionalidad nutricional, donde las prácticas alimentarias comienzan a requerir del pensamiento, no ya por parte de los especialistas o científicos, sino de la comunidad en general: “la comida es *pensada*, aunque esta actividad opere a través de representaciones míticas” (Barthes, 2006, p. 220). Estas operaciones intelectuales quedaron plasmadas en las entrevistas a través de términos asociados a la alimentación como *pensar, evaluar, saber, tomar conciencia*, que muestran claramente la instalación de lo que Barthes denominó *consciencia alimentaria*.

Como lo señalara en el primer capítulo, desde ciertos postulados de la sociología, en los sectores medios esta racionalidad dietética se encontraría más fuertemente instalada que en los sectores populares, entendiendo que a medida que asciende la posición social y la posesión del capital cultural es mayor, los criterios médicos serán mejor conocidos cuando el nivel de escolaridad aumente y el acceso a los servicios de salud sean mayores³⁵ (Boltanski, 1975; Martín Criado, 2007).

³⁴Para ello basta con consultar las Guías Alimentarias para la Población Argentina (Lema et al., 2000) o la Pirámide Alimenticia procedente de la Universidad de Harvard.

³⁵Por una parte una posición más elevada garantiza mayor contacto con profesionales de la salud, ya sea por el sistema de atención sanitaria o por las propias redes sociales. Y por otra parte, el mayor nivel de escolaridad implica una mayor propensión a apropiarse de elementos de la cultura legítima, de la cual el discurso médico forma parte. En este sentido, según Boltanski (1975) a medida que los sujetos poseen mayor nivel de escolaridad desarrollan mayores competencias cognitivas para apropiarse del discurso médico. Esto es debido a que las categorías médicas

Asimismo, cuando el valor nutritivo de la comida está cubierto, como es en general el caso de la clase media, el alimento como sustancia, da lugar casi por completo, a la comida como forma de significar un modo de vida, mucho más allá de lo que expresa a simple vista (Aguirre, 2006). Por consiguiente, los criterios nutricionales propuestos por el saber científico encuentran mayor o menor grado de adhesión según los distintos grupos sociales, y pueden ser significados y resignificados de modos diversos, así como cumplir diferentes funciones sociales al incorporarse a los saberes del sentido común.

Martín Criado (2007), con base en investigaciones realizadas con mujeres pertenecientes a sectores populares, argumenta que en la medida que aquellas son más jóvenes, su conocimiento nutricional es mayor. A su vez, durante el desarrollo de grupos de discusión, observó que las mujeres compiten por mostrar sus conocimientos nutricionales. Y por último, señala que las autoridades mencionadas como legítimas son los profesionales de la salud, y no las propias madres, por lo cual podría decirse que “la *tradición* (cursiva del autor) ha perdido su autoridad en favor de la medicina” (p. 520). En este sentido, si bien actualmente la divulgación científica en sus variadas formas es un insumo fundamental en la construcción del conocimiento del sentido común, también lo son los acontecimientos, experiencias concretas, transformaciones e informaciones alternativas puestas en circulación en el marco de interacciones y procesos comunicativos que configuran las RS del *comer sano*. Es decir, que si bien las prescripciones promovidas por los saberes especializados de la ciencia nutricional constituyen contenidos representacionales hegemónicos, estos adoptan diversos grados de flexibilidad según una multiplicidad de factores que intervienen en estos procesos, pues los significados son particularizados a pesar de su carácter intersubjetivo.

Para dar cuenta de ello, retomo los relatos de dos mujeres: tía y sobrina. Ellas pertenecen al mismo barrio (Pueyrredón), se encuentran periódicamente y comparten eventos familiares. A su vez, difieren en su estado civil y situación de maternidad y pertenecen a generaciones diferentes.

presentan todos los rasgos de la cultura escrita y escolar, en el sentido que se trata de aprender códigos (sano/no sano) que no se corresponden con la experiencia inmediata.

Ambas entrevistas fueron hechas en casa de Daiana (de veintiocho años de edad) con quien conversé primero, y luego con su tía Lita, quien se hizo presente en el domicilio un tiempo más tarde. En momentos de nuestro intercambio fue posible captar en simultáneo, mediante comentarios y expresiones gestuales, las valoraciones que realizan ambas, a la vez que una en relación a los modos de alimentación de la otra.

1. El deber de comer bien

Daiana vive con su esposo y su hijo Gabriel de dos años, quien permaneció con nosotras durante la entrevista. Es técnica psicopedagoga, trabaja en un centro educativo terapéutico y su esposo tiene un local de venta de ropa, por lo que viaja asiduamente a Buenos Aires para adquirir mercadería. Es la encargada exclusiva de la compra y preparación de los alimentos en el hogar.

Durante la conversación, hará alusión varias veces al cambio que se ha dado en las prácticas alimentarias en la familia desde hace seis meses. Ella identifica como principal motivación para esta modificación, el tratamiento para bajar de peso que viene haciendo su hermano -y los resultados obtenidos- con los productos de la línea Herbalife³⁶. En segundo lugar, habla de la detección de triglicéridos elevados en sangre de su esposo, con lo que ratifica la opción y la obligación de *tomar conciencia* de la importancia de *comer bien*.

El bienestar de su hermano al modificar sus prácticas alimentarias e iniciarse en el consumo y venta del complemento nutricional, muestra cómo ciertos acontecimientos en el entorno de las personas pueden poner en crisis los esquemas de percepción y valoración resignificando, y en consecuencia reorganizando, ciertas prácticas. A partir de allí se produce una valoración de

³⁶Se trata una empresa multinacional de nutrición y venta directa de suplementos alimenticios y cuidado personal. La compañía se presenta a sí misma como una ayuda a las personas en la consecución y el mantenimiento de vidas activas y saludables y en la oportunidad de negocios que permite a la gente obtener “libertad financiera y la recompensa de ayudar a los demás”. Convoca a todos aquellos que quieran sumarse como Distribuidores Independientes para vender productos, lo cual requiere una capacitación previa para dictar charlas informativas y de capacitación a nuevos clientes. Disponible en: <http://herbalifeworking.com/herbalife.html>

modos de alimentación considerados como *saludables*, sujetos a ciertas regulaciones que han estado siempre disponibles en su entorno (*médicos, informaciones que llegan por mail, etcétera*) pero que no han sido incorporadas en las propias prácticas: *como conocerlas, uno las conoce siempre, pero no les lleva el apunte* –argumenta Daiana.

En el bagaje de saberes y operaciones alimentarios que llevaba adelante en su vida cotidiana se ha producido una redefinición de lo que se enmarca dentro de los parámetros de la normalidad. Esta modificación se pone de manifiesto de manera conflictiva, pues sus prácticas anteriores aparecen como dotadas de cierta irracionalidad y adquieren una connotación moral:

Cocinaba como venía y le ponía aceite a todo. Eh... Bastante. Para mí estaba bien, o sea, era normal la cantidad que le ponía y ahora me doy cuenta y digo: ¡Ay, dios mío! Le ponía, o sea, un montón, siendo que no es necesario poner taaaaanta cantidad.

El aceite se convierte en una especie de enemigo protagónico (insiste repetidas veces en el carácter perjudicial de este alimento) y los alimentos adquieren de por sí unos efectos específicos: hacen bien/hacen mal, convirtiendo a quien hace uso irracional de ellos en una especie de “villano irresponsable”³⁷:

¡Pobre gordo! Lo estaba matando... [Daiana vincula el exceso de aceite en sus comidas con la detección de triglicéridos altos de su esposo]

Asimismo, asume como responsabilidad el cuidado de la salud de su esposo por medio de la alimentación, que luego pareciera derivar en culpa. Sentimiento que requiere ser aliviado, pues inmediatamente agrega:

³⁷Fischler (1995) relata cómo en los años setenta la mala reputación del colesterol comenzó a superar las esferas exclusivas de la medicina con la ayuda de los *mass media*, siendo reconocido hoy como uno de los principales factores de riesgo de las enfermedades cardiovasculares. Para mayor información sobre Argentina puede consultarse la Segunda Encuesta Nacional de Factores de Riesgo para Enfermedades No Transmisibles (*Ministerio de Salud de la Nación, 2011*). Este autor, presenta además, las diversas posturas en relación a la prevención y tratamiento de esta patología y sus cambios a lo largo del tiempo, dando cuenta con ello de cómo la medicina y la ciencia no se han logrado proteger de las fluctuaciones históricas que la sociedad, la cultura, las fuerzas económicas y el cambio social determinan en la ideologías, los fantasmas y los mitos.

Le estábamos haciendo mal. No, él come mucho... viaja mucho y come en otros lados. No es que tampoco tengo toda la culpa yo.

Este descargo que Daiana necesita expresar encuentra su correlato en la observación que Castiel y Alvarez Dardet (2007) realizan sobre la noción de *responsabilidad* que predomina en muchos discursos sobre la salud. Según estos autores, la asociación entre esta categoría y la culpa es inevitable, especialmente cuando las obligaciones (*comer debidamente, como se tiene que comer*) no se cumplen. En este sentido, la retórica de la responsabilidad personal y de los cambios de comportamiento predominantes en el discurso de la prevención de la salud, sería contemporánea del ambiente individualista y moralista de las sociedades post-modernas.

Ahora bien, la ruptura en el modo de concebir la alimentación y las prácticas alimentarias no se ha producido por acción de un evento negativo (como sería la aparición de una enfermedad), sino por el contrario, la comida ha pasado a constituir una vía de acceso no sólo a la salud, sino al *bienestar* y la *felicidad*, lo cual constituye un argumento de peso para la *toma de conciencia*:

Sí, a tomar conciencia [en relación a la adopción de algunas prácticas alimentarias tomando como referente a su hermano]. A tomar conciencia porque, bueno, se lo veía a él que estaba muy bien. Se lo ve bien de salud, de ánimo, está... está contento, feliz (...) No porque esté probando, o sea, no por estos productos, ¿no? [aclara] Si no que... Uno puede hacer de comer, de comer bien.

Pensar la comida implica también considerar qué significados³⁸ son construidos acerca de la salud. Daiana asocia este término con la ausencia de enfermedad o malestar evidenciados por parámetros objetivos (*triglicéridos*,

³⁸Al utilizar la teoría de las RS, en este capítulo utilizaré el término *significado* aludiendo indistintamente a sentidos y significaciones, a la manera que lo han apropiado los autores de la Psicología Social.

colesterol)³⁹ y subjetivos (*problemas de articulaciones, dolores, sentirse fatigada, no te sentís con buena energía*), lo cual constituye una razón para alimentarse sanamente, pero a la vez la distingue del *sentirse mejor* que viene también con una alimentación más sana, pero responde al orden de lo emocional o espiritual:

Mi hermano siendo una persona gordita [lleva bajados diecisiete kilos desde que comenzó el tratamiento con Herbalife] no tiene problemas. No tiene problemas, digamos eh... en la salud.

Luego reflexiona acerca del significado de la comida sana:

(...) El aceite, colesterol, triglicéridos, hay un millón de causas que, bueno, que repercuten en la salud. No comiendo debidamente, como uno tiene que comer, tiene que comer [agrega con énfasis]. (...) Si vos te ponés a pensar, hoy en día tenemos los pollos que les inyectan... A las carnes les están inyectando hormonas para que... todo, las frutas las maduran en cámaras. Todo. Hay un millón de cosas que uno en realidad está consumiendo que son, digamos, porquerías. Que nos hacen mal. Eh... No por eso uno no... uno consume cosas, consume carnes, consume pollo... Consume. Sigue consumiendo. Pero bueno, teniendo en cuenta, a ver, sacando un poquito el aceite, el tema de la sal, eh, en las comidas.

La comida sana es representada en función de dos tipos de efectos perjudiciales: unos más imprecisos que *sabemos* que nos hacen mal y que parecen estar relacionados con la manipulación tecnológica (*hormonas, cámaras de maduración*) cuyos efectos sobre la salud no es posible precisar aunque se les supone algún tipo de daño -Daiana manifiesta que son *porquerías*, pero hace silencio al intentar expresar las consecuencias de su consumo-. Y otros, que se conocen con mayor minuciosidad, pues es posible establecer relaciones causales

³⁹ La obesidad, aunque también podría definirse en función de indicadores objetivos como el peso y la altura, no es considerada por Daiana como un problema de salud. Quizás esto se vincule con los significados socialmente construidos sobre la gordura que trataré en el capítulo siguiente.

entre su consumo y la aparición de determinadas enfermedades (*aceites, grasa, sal* vinculados directamente con el *colesterol* y *triglicéridos* elevados, *obesidad*).

En el primer caso, cualquier acción transformadora queda impedida, no hay una propuesta de acción. Cabe señalar que no es la intención de este apartado hacer una revisión sobre los contenidos difundidos en programas y proyectos educativos, contactos con profesionales de la salud, publicidades y otras informaciones disponibles en los medios de comunicación sobre alimentación y salud, pues se trata de explorar sentidos sobre la alimentación desde la perspectiva de quienes consumen y se apropian de esas informaciones. No obstante, desde la propia experiencia profesional, académica y doméstica se vuelve dificultoso recuperar fuentes que provean de análisis, pautas o lineamientos para la superación de estas condiciones⁴⁰ que se aparten de los cuidados individuales de la salud por medio de la alimentación. Por el contrario, sí son mejor conocidas ciertas medidas que pueden ser tomadas en cuenta y efectuar modificaciones en las prácticas alimentarias propias y familiares, que se relacionan con los recaudos necesarios para prevenir o tratar las llamadas enfermedades crónicas: disminuir el consumo de ciertos alimentos críticos como la grasa, reducir la sal, desayunar, hacer *todas las comidas*. La asociación entre hábitos alimentarios individuales y enfermedades crónicas, muy por el contrario, sí han sido ampliamente investigadas y difundidas en numerosas y diversas instancias, tal como se ha venido mencionando anteriormente respecto de la retórica de la Salud Pública en relación al cuidado individual de la salud.

El principal referente para la adhesión a los preceptos del conocimiento experto, tal como lo venimos presentando, es el hermano de Daiana. No obstante quede un espacio para la duda en relación a la fuente primaria responsable del cambio, la empresa Herbalife, la cual no resulta del todo legítima (*esos productos*)

⁴⁰Existen comercios y organizaciones de venta de alimentos orgánicos o libres de agroquímicos pero estos circulan por ciertos circuitos selectos o alternativos, y en general suelen tener alto costo o poca frecuencia en la provisión. Ninguno de los entrevistados hizo mención a este tipo de alimentos, así como tampoco alusión a ciertos análisis sobre estos temas realizados por algunos sectores, principalmente organizaciones sociales (ambientalistas, soberanía alimentaria, etc.). Quizás si las entrevistas se realizaran en el presente esto se modificaría, en función del mayor grado de visibilidad que han adquirido estos tópicos en determinados medios de comunicación.

–o al menos en parte cuestionable–, pero que parece resolverse en función de resultados evidentemente satisfactorios (*a él le sirve*):

Él está mucho con esto, incluso vende los productos [Herbalife], y está con el tema de que, bueno, todos nos tenemos que cuidar. Y cuando él habla, la verdad que uno dice: mirá... Vos sabés que decís: pucha, qué está pasando que... (...) Y él dice que los batidos, que tienen 114 nutrientes y ese tipo de cosas. Que... que en realidad, bueno, a él le sirve para bajar de peso (...) Eh, pero de todos modos cuando él come (...) bueno lo ves que mide todo: con cucharita el aceite, la sal, poca sal. (...) Va viendo ese tipo de cosas.

Daiana hace mención a un elemento más que sostiene el cambio en sus prácticas de alimentación:

(...) sino que, yo sí empecé por mi hermano, y ya uno se siente como mal. Se siente mal, es como que... Eh... No, yo digo empezando ahora, comiendo mejor, comiendo un poquito más sano. Eh... antes es como que uno se sentía mal, no sé. El sobrepeso, un millón de cosas que llevan a... (...) Sí, es algo físico, emocional. Hay varias cosas en juego. [Ya sobre el final de la entrevista agrega, luego de mencionar la necesidad de hacer seis comidas diarias] Y bueno, todo, todo tiene que ver también... En el caso mío también el tema del peso. Ya me sentía mal. Yo después de tener... Quedé embarazada de Gabi. O sea, siempre fui, digamos... No, siempre fui flaquita. Después quedé emb... Después del embarazo que subí quince kilos, me quedaron como un montón... No, me quedaron... quedé como gordita... que yo me sentía mal. Yo me sentía mal y digo, bueno, con dos años que Gabriel tiene, digo: ¡Cómo puede ser que no pueda bajar de peso! ¡Cómo puede ser que me quede con varios kilos demás! Digo no... No, esto ya es grave porque estaba comiendo mal.

Aquí se hace presente otra *normalidad* que se vio alterada: la del peso y la de la relación con su propio cuerpo. En este sentido, numerosos autores (Bourdieu, 1986; Fischler, 1995; Aguirre, 2006; Vigarello, 2011), desde diversos enfoques, analizan cómo son construidas legitimidades en función de los cánones

estéticos que rigen los modelos de cuerpo ideal y también de las prácticas en relación con la lucha frente al aumento de peso. Así, un tanto desdibujado y cobrando forma definitiva sobre el final de la conversación, luego de referirse a la alimentación como forma de cuidar la salud y de cuidar a los otros, se pone de manifiesto la adscripción a unas normas que legitiman la delgadez como parámetro de belleza y a ciertos estereotipos, ante los cuales se vuelve sumamente dificultoso (*grave*) aceptar la propia imagen en su imperfección.

Patricia Aguirre (2006), al estudiar las representaciones de la alimentación y del cuerpo en los sectores medios postula que para este sector la representación dominante “es el cuerpo lindo, designado así sólo si es flaco, lo que se identifica a la vez con la belleza y la salud” (p. 178). Si bien su investigación difiere del propósito de este trabajo⁴¹, permite identificar ciertas coincidencias en la construcción de representaciones hegemónicas sobre la comida y la salud en función de un ideal de belleza esbelta, sostenido particularmente por este sector. Esto se da particularmente en cierta franja del sector medio, que la autora categoriza como “innovadores”⁴², donde la noción de dieta se encuentra más próxima a transformarse en un estilo de vida, guiado por la concepción del cuerpo flaco, bello y sano, concebido como “premio” a un trabajo individual (p. 182).

Entendida a partir de su rol en la configuración de las RS, la comunicación hace posible que los actores lleguen a acuerdos, transformen y negocien definiciones de la realidad y los socialicen en la cultura (Rodríguez Salazar, 2007). Para ello es necesario considerar que se está aludiendo a la construcción, circulación y transformación e intercambio de significados en un marco cultural y un lenguaje que han sido constituidos históricamente. Desde este posicionamiento, la tradición no *desaparece* para dejar paso a la imposición de unas nuevas prácticas alimentarias reguladas en función de unas normas establecidas como legítimas, sino que los saberes tradicionales y las experiencias

⁴¹Patricia Aguirre retoma los aportes de Pierre Bourdieu recurriendo a la construcción social del gusto. Por consiguiente, en los sectores de ingresos medios, habiendo sido superada la necesidad, la comida se siente como goce. Para ello analiza las representaciones alimentarias, en relación a los ingresos y la canasta de consumo de alimentos de las familias.

⁴²Esta categoría se plantea como modo de diferenciación de los “conservadores”, quienes se mantienen fieles a la fusión de las tradiciones culinarias española-italiana, caracterizada por las carnes rojas, las salsas y los postres. El goce de la comida aparece asociado al sabor y a la abundancia.

personales son resignificados y negociados conformando nuevos esquemas simbólicos de modo que se garantice la continuidad del orden social.

Daiana se relaciona con las prácticas alimentarias familiares (de su madre y su tía), principalmente a partir de un doble movimiento: toma distancia al valorarlas críticamente como formas de preparación un tanto anacrónicas, que no han logrado adaptarse a la racionalidad que el mundo actual demandaría; y a la vez recupera el saber materno para decidir cotidianamente frente a las innumerables opciones que se presentan en la sociedad actual.

En el primer caso, el saber especializado (que cobra valor en la figura de su hermano) adopta una función de crítica *iluminadora* ante un conjunto de preferencias y *usos irracionales*, poco susceptibles de evolución:

No, pero es que ellos [su madre, su padre y su tía] no entienden. Porque no puede ser que tengan que... Claro, ellos le ponen qué se yo... No sé, siguen cocinando como... (...) Él [su hermano] pide por ejemplo: ayuden (...) No saben lo que hacen [en alusión a las prácticas de la tía y la madre]. Y mi tía es fanática de la mayonesa (...) Claro que él tiene que estar diciendo todo de sus nutrientes y que esto, que las calorías. No, él es impresionante... O bueno, él está tan bien que bueno...

Según Giard y De Certeau (2006), las elecciones y preparaciones alimentarias en el pasado demandaban una constante actualización de competencias para discernir y evaluar al proveedor de alimentos y al producto, donde verificar la calidad del alimento demandaba mucho tiempo y destreza. Estas prácticas requerían del examen de texturas, olores, colores y sabores de los alimentos, es decir de procedimientos empíricos hábilmente desplegados y no siempre seguros. En la actualidad, esas competencias han debido ser reemplazadas por otras de tipo intelectual, necesarias para descifrar e interpretar etiquetas que informan sobre la calidad del producto, y que a la vez permiten al comprador evaluar –si posee los conocimientos y destrezas requeridos– posibles efectos sobre el cuerpo y la salud. Sin embargo, la valoración de las características sensoriales

de los alimentos aún continúa sustentándose en conocimientos empíricos y transmitiéndose familiarmente de generación en generación.

Por otra parte, a partir de los avances de la publicidad es sabido que al adquirir un producto no se compra el producto real sino percepciones y valores altamente naturalizados construidos acerca de él, que justifican y mantienen la adhesión al mismo (*Barthes, 2006*). El relato de Daiana permite comprender cómo mediante el consumo y la preferencia por determinadas marcas comerciales, emerge como válido el mismo referente de sentido antes cuestionado y donde las clasificaciones que propone el conocimiento experto ceden para dejar lugar a la *confianza en aquello se ha usado toda la vida*.

Bien, la marca [al preguntarle sobre qué tiene en cuenta al elegir los alimentos y por qué] (...) De, por ejemplo, veía cocinar a mi mamá, y bueno yo decía, esta marca me gustaba como, o sea... Me gusta el producto y me fijo, sí, en la marca. Sí, en la marca, no tanto en el precio que por ahí eso se fija más mi esposo que... (...) Mi hermana le pasa igual, dice: esta marca sí porque es la que usaba la mami. Sí. (...) No, porque como la ha usado toda la vida, digamos, y uno la ve confiable y ha visto cosas, a lo mejor en otro producto, que la verdad que no, no, no servía.

En un segundo movimiento, la comida funciona como forma de acercamiento a los saberes tradicionales considerándolos como fuentes legítimas de aprendizaje:

Viendo, mirando mucho. Mi mamá cocina bien, mi abuela, mi abuela... Claro, viene todo de generación en generación (...) es... eh... digamos, no sé, sentido común. Uno va aprendiendo, va...

El pensamiento del sentido común se construye en diálogo permanente en la vida cotidiana. Por ello, analizar los sentidos construidos sobre la comida no significa sólo el reconocimiento de significados comunes compartidos, sino también de oposiciones y tensiones. En otras palabras, podría decirse que se trata

de la adopción de tomas de posición y de la construcción de argumentos mediante los cuales no sólo se está hablando de unas competencias prácticas sino también de una finalidad reflexiva de las RS, en tanto permiten hacer justificaciones, categorizar y particularizar los sentidos que circulan socialmente.

2. No hay comensales como antes

Casi finalizada la entrevista con Daiana, llega Lita, hermana de su padre. Tiene setenta años, es soltera y no ha tenido hijos. Ha vivido desde hace mucho tiempo en la parte trasera del terreno en el cual también tiene su casa la madre de Daiana. Trabajó de empleada administrativa y ahora está jubilada. En la familia goza de prestigio por sus habilidades culinarias, y dando muestra de ello, llega a lo de su sobrina con masitas de ricota recién horneadas.

Lita no problematiza sus propias prácticas alimentarias a la luz del saber especializado, tal como lo hace Daiana, aunque sí establece distinciones entre alimentos que *hacen bien* y *hacen mal*. Hay un reconocimiento de esta no adherencia-que podría entenderse como una disculpa- a lo que el discurso médico nutricional propone. A la vez, las categorizaciones que establece aparecen dotadas de flexibilidad e imprecisión:

Ahora, por ejemplo, lo que te traje no es sano porque ahí tiene manteca, ricota y por lógica que son dos cosas que son... (...) Comer mucha fruta, verdura, pero no aconsejan comer la verdura cruda (...) Igual que los huevos, los huevos dicen que también hace mal. Mentira, no hacen tan mal. Si es un huevo duro o un huevo frito, pero frito en agua, no frito... ¿Cómo se llama?

Si bien recupera algunos preceptos del saber médico nutricional lo hace de manera fragmentada y ambigua dando cuenta de otros modos de apropiación y de un plegamiento a este discurso a partir de motivaciones diversas. Así, cuando conversamos sobre lo que significa comer sano responde:

Comer sano eh... hace bien al organismo, hace bien eh... Bueno, a todo, a todo el organismo. No directamente a determinadas partes, sino... Por supuesto

sabemos que al hígado le hace bien ¿no es cierto? [no aclara en qué consiste el beneficio] Pero al estómago también y bueno... Y eso, comer sano es salud

Lita me cuenta que le gusta leer sobre nutrición, a veces compra alguna revista sobre el tema (*Saber Vivir*), tiene algunos libros (*Comer sano*) a los cuales *por ahí les da una ojeada* y los domingos *escucha* por televisión algún programa de cocina del canal *Utilísima*, aunque reconoce no tomar casi nunca recetas o consejos de allí:

Sí, sí, por supuesto que sí [a la pregunta por los medios o personas que escucha sobre comer sano] Inclusive las amigas, amiguitas así como de mi edad [risas]. Entonces, sí, escuchamos y decimos: yo hago tal cosa porque eso hace bien [no especifica a quién escuchan] No programas... bueno lo que te dije. O a veces eh... por radio algún... Comentan algo. En una revista se comenta. No sé directamente volcarme en algo en especial. No. Pero sí me gusta comentarlo.

Frente a diferentes medios de información, otorga importancia al *escuchar* y *conversar*. no le da demasiado valor al contenido, sino al gusto por insertarlo en los intercambios habituales con sus amistades.

Los diálogos cotidianos, a pesar de su carácter altamente naturalizado, constituyen un espacio esencial de la comunicación, pues si bien la cultura escrita reviste una importancia fundamental en nuestra sociedad, no es sino en estos intercambios, mediante la escucha y la palabra pronunciada, donde es posible transmitir la tradición y poner en circulación el conocimiento (*De Certeau y Giard, 2006*). *Saber* sobre alimentación y nutrición, aunque esos conocimientos sean discontinuos e imprecisos, constituye un elemento que facilita la participación en los intercambios y las prácticas de sociabilidad que se producen diariamente.

La entrevista con la tía y la sobrina me permite explorar cómo fluyen, de una generación a otra, determinados sentidos sobre el *comer sano* en un espacio compartido, donde hay una fuente trasmisora de conocimientos técnicos sobre nutrición representada por el sobrino/hermano legitimada en el ámbito familiar. Si para Daiana la experiencia de éste resulta iluminadora -y también culpabilizadora,

Lita ha debido renegociar sentidos, pues los alimentos, el ritual de la preparación, ciertas comidas especiales para sus sobrinos, representan ante todo una inversión afectiva.

La relación entre alimentación y salud a partir de los preceptos del conocimiento médico nutricional funciona de manera explícita como un modo de vincularse con otros, ya sea como tema de conversación, o a través de prácticas que garanticen la comensalidad⁴³ familiar:

[A la pregunta si todavía hace los tallarines caseros responde negativamente y explica] *Por falta de tiempo y porque no hay los comensales como antes. Claro, mi sobrino, el hermano de Daniela, está haciendo régimen así que ahora hay que hacerle todas las cosas light.*

Frente a estas circunstancias, el significado de la comida es claramente un campo de disputa, y dado que la balanza parece inclinarse hacia el predominio de las categorías del discurso de la salud, Lita se ha visto en la necesidad de redefinir estrategias:

Le decía a Lis [le comenta a Daiana] que cambiamos bastante también por Guille. Sí, el Guille ya... Si cuando yo hago la salsa, para colmo tiene una novia.... que es vegetariana. Eso, ahí es que empecé a comer más verduras y más cosas (...) Una vez me pescó que no tenía la salsa, pero ahora yo tengo tupper para la Vane. La verdura con todo ese mejunje que dije para la Dai. Esteee... las milanesas de berenjena para la Vane. Bueno, para mí también pero para la Vane. Eh... las berenjenas rellenas con queso también para la Vane (...) Alimentos sanos, supuestamente [aclara con desconfianza].

⁴³La comensalidad es un término que designa los modos en que los alimentos se comparten. La mesa familiar o la comida institucional en un comedor pueden estar compuestas por el mismo menú, pero la situación social (en este caso privada o pública) y su significación para la vida de las personas cambia radicalmente el evento alimentario. El momento de compartir la comida es un momento privilegiado de la reproducción física y social de los individuos y los grupos (Aguirre, 2006).

Recurso a lo que Rodríguez Salazar (2001) denomina “citas sociales” (p. 183) como indicadores discursivos que permiten observar de qué modo se vinculan las personas con las fuentes de autoridad que mencionan para respaldar sus creencias o sus acciones. Aquí los lineamientos del saber especializado no tienen el grado de autoridad, ni son tomados como verdades absolutas -como ocurrió en la mayoría de las entrevistas restantes-. Lita cita explícitamente a las fuentes de los enunciados que retoma, relativiza y hasta cuestiona (*aconsejan, por lógica, la doctora dice que, supuestamente sano*). Esto ocurre tanto con las recomendaciones de su médico, con los lineamientos que despliega su sobrino, como al aludir a las prácticas vegetarianas de la novia de éste. Al respecto ironiza:

Los cartelitos que digan ‘sin tal’, ‘sin...’. Para que ella vea, no pero ya... como no le miento, ella me cree. Algún día le hago una macana [con picardía].

Esta actitud hacia las categorías médicas se comprende mejor al explorar los significados que Lita le da a la salud: *comer sano es salud, y a la vez la salud es un don muy divino donde el nerviosismo es el principio de todas las enfermedades*. Si uno no tiene salud, *ya está más nervioso* y esto funciona como una *cadena*, donde una cosa *desencadena* a la otra. El discurso de lo saludable se debilita porque la experiencia personal ha dotado al alimento de otros significados que permanecen vigentes en el tiempo, pues se asocian al dolor y la pérdida de un ser querido. Estas RS míticas acerca de la comida, si bien son reconocidas por ella misma como irracionales, no han perdido su fuerza simbólica:

Yo ahora no los hago más [hablando del origen y preparación de los garbanzos] desde que murió mi hermano no cocino más garbanzos. ¿Por qué? Porque mi hermano murió un viernes santo y justo habíamos hechos garbanzos. Es una locura... No puedo... Entonces no lo como más.

Puesto que las RS son “socialmente construidas, culturalmente correctas en su propio sentido y funcionales en la vida social diaria” (Rodríguez Salazar, 2007, p. 163), ante unas preferencias y usos del alimento calificados socialmente como poco racionales, unos referentes más legítimos y otros no tanto, se ve

confrontada una diversidad de sentidos que deben ser organizados y transformados para volver inteligibles las prácticas que integran la vida cotidiana. Frente a un orden social normativo que atraviesa la concepción de la alimentación y la salud, Lita incorpora ciertas categorías, las modifica, negocia e ironiza con ellas a fin de garantizar el sentido de la alimentación como tarea dedicada a otros. En consecuencia, podría decirse que al recibir e interpretar los mensajes culturales, estos son transformados produciéndose unas ciertas operaciones de acuerdo y renegociación de significados destinadas a fortalecer el intercambio con otros.

La salud preventiva

Los discursos cotidianos constituyen formas particulares de los discursos sociales que se integran en una red de representaciones o creencias sobre la realidad, el yo y los otros (*Rodríguez Salazar, 2001*). Operan así en la producción de sentidos compartidos, articulan subjetividades y a la vez orientan acciones.

El discurso sobre la *comida sana* constituye un constructo sociocultural heterogéneo, ante el cual los sujetos adoptan posicionamientos que justifican y argumentan por medio de determinadas formas retóricas (*Potter y Billig, 1992*). Estas formas retóricas son empleadas para sostener y argumentar creencias, y a su vez permiten interpretar cómo las personas apelan a fuentes de autoridad con las que sostienen sus posiciones.

Recordemos con Jodelet (*1983*) que las representaciones sociales, en tanto conocimiento práctico, se nutren de conocimientos previos, de creencias, de tradiciones, de contextos ideológicos, políticos o religiosos, que permiten a los sujetos actuar sobre el mundo y el otro, asegurando, al mismo tiempo, su función y su eficacia sociales. La entrevista con Ana que desarrollo en este subapartado, me ha permitido ver algunos de los modos en que los mencionados discursos se estructuran sobre presuposiciones que otorgan estabilidad al mundo, donde es posible identificar algunos elementos más permanentes y otros con un mayor grado de movilidad, a la vez que establecen modos de pertenencia a partir de legitimidades y sanciones.

Ana, de treinta y seis años, es analista en sistemas, trabaja en una empresa y vive en el Barrio Alto Verde, con su hijo de diez meses al momento de la entrevista. Nuestro encuentro se llevó a cabo en su casa, en presencia de su hijo y del padre del niño. Este no convive con ellos, pero asiste regularmente a la vivienda participando de las actividades cotidianas de la casa.

El *interés por la medicina*, según relata mientras conversamos en su casa y ofrece una exquisita torta que ella misma ha preparado, está desde *siempre*, desde la etapa en que iba a la escuela secundaria en su ciudad de origen, Villa del Rosario, pero optó por la Informática por considerarla una carrera más corta y con mayores posibilidades de inserción laboral.

Hace un par de años, Ana contribuyó en la tesis doctoral de una amiga nutricionista diseñando un software para contabilizar nutrientes de los alimentos. Esta colaboración posibilitó, sumado a otros factores como la aparición de una úlcera gástrica, *aprender* qué prácticas son las más adecuadas para el *cuidado* de la salud por medio de la alimentación. Relata haber aprendido de sus compañeras nutricionistas y muestra, durante toda la entrevista, una alta valoración por estar informada acerca de qué comer, cómo hacerlo, por qué motivos, y por hacer de estas prácticas un *estilo de vida*.

Cuando le pregunto por el significado de *comer sano* responde:

Lo instalo por el lado de un cuidado personal para una salud preventiva. No trabajar en el hecho de comer sano para evitar enfermedades... Por ahí no decir: 'hago dieta', después que me sale algo en un análisis, ¿no? No llegar a ese momento. Y después una cuestión de sentirme bien, liviana. Bah...Se complementa con el ejercicio físico ¿no? (...) Lo que pasa es que no lo planifico como algo que tengo que hacer obligadamente, sino que es un estilo de vida, para mí conocerme...

Durante la conversación con Ana emergen contenidos representacionales sobre el *comer sano* que dan cuenta de cómo un conjunto de significados hegemónicos sobre la alimentación y la salud que propone la ciencia nutricional y la medicina son articulados y materializados en la vida cotidiana. En otras palabras, se trata de elementos provenientes de discursos que no constituyen

premisas aisladas sino que son producto de condiciones históricas, sociales e ideológicas.

La comida es representada mediante la idea de *prevención* como una forma específica de relacionarse con potenciales peligros para la salud a partir del *cuidado de sí*. Esta categoría involucra un conjunto de operaciones que permiten entender cómo la racionalidad médica se instala en la vida cotidiana, esta vez por medio de la comida. El *cuidado personal* como *forma de conocerse* es una manera de mirarse a sí misma, que involucra una ocupación regulada, una tarea que tiene sus procedimientos y sus objetivos (Foucault, 1981). Este cuidado como forma de vida, no es considerado algo innato o que se dé espontáneamente, sino que se trata de un aprendizaje:

Y fui aprendiendo, o sea, entre charlas, a ver, a la hora -las chicas también me enseñaron-. A la hora de ir al supermercado, de decir: che, me fijo en la información adicional del producto... Qué significa una grasa trans, qué implican, en qué son malas, en qué son buenas... (...) Hice úlceras que me permitieron decir, bueno, qué alimentos para cuidarme, cuándo consumir hojas, cuándo consumir verduras hervidas, cuándo consumir frutas crudas, cuándo consumir frutas hervidas (...) Entonces, bueno, fue todo un aprendizaje en la vida, no es que de un día para otro dije: quiero comer sano, y empecé a comer sano. No, fue un aprendizaje.

La alimentación como un componente fundamental del cuidado de sí anticipándose a la aparición de *un índice malo* se relaciona con la adopción de ciertas prácticas cotidianas como *tomar agua en lugar de gaseosa, comer sucralosa⁴⁴ en lugar de azúcar; usar aceites de una sola cepa, variar con verduras, con frutas, usar carnes con poca grasa ya que salen con los mismos gustos, con el mismo sabor pero con un contenido que no sea tan grasoso*. Estas medidas son expresadas como un saber y un saber-hacer que, incorporados a las rutinas cotidianas, están en plena coincidencia con los lineamientos del discurso

⁴⁴La sucralosa es un edulcorante que no aporta calorías fabricado a partir del azúcar y que se utiliza para endulzar bebidas de bajas calorías y alimentos procesados.

nutricional. Así, la alimentación como componente del *autocuidado*⁴⁵ es una evidencia de la influencia del discurso instituido en el campo de la salud sobre las creencias, actitudes y prácticas que circulan socialmente.

Ana describe cómo aprendió e incorporó determinadas prácticas para cuidar su salud, fundamentando con precisión la conveniencia de éstas desde los argumentos del discurso médico-nutricional, dando cuenta de la fuerza simbólica con que son apropiados estos contenidos culturales. Si bien atribuye principalmente el cambio en sus prácticas de alimentación a la tarea compartida con sus amigas nutricionistas y a la ocurrencia de una enfermedad en particular (úlceras y gastritis), en el contexto de la entrevista en su totalidad aparecen otras explicaciones:

Por ejemplo, hoy uno de los límites, la causa de muerte principal, por ejemplo, en Argentina, es el producto de los ACV⁴⁶. Y eso va, también por el colesterol alto, por un montón de factores. Fumadores, por ejemplo el hecho de fumar, tomar alcohol. Todo eso me parece que se puede prevenir. También más allá que cualquiera ¿no? Podemos no escapar a la situación, o sea, pero creo que pasa mucho también por un estilo de vida.

Si bien *siempre* se interesó por el *tema* de la medicina, por conocer las causas de las enfermedades, por *saber cuidarse*, cuando se le pregunta por los motivos de ese interés responde:

Y el hecho por ahí, también de diagnósticos médicos familiares, cercanos o no cercanos, que te dicen: -¡Pucha! Porque... ¿cómo tuvo un ACV?, -Bueno, ¿por qué tuvo un ACV?, -Porque le dieron estos índices por esto y por esto...

⁴⁵La progresiva institucionalización de la atención primaria de la salud (APS) en general, y el autocuidado en particular, se originan en el marco de la producción del Informe Lalonde (1974), la Declaración de Alma-Ata (OMS, 1978), y la Carta de Ottawa (OMS, 1986) constituyéndose en referencias fundamentales para la práctica de la protección de la salud a nivel global, definiéndola como el proceso de capacitar individualmente a las personas para ampliar el control sobre la propia salud con la finalidad de mejorarla. El autocuidado fue definido como el proceso por el cual una persona *lega* actúa en términos de Protección de la Salud, prevención y detección y tratamiento en los niveles de atención primaria dentro del sistema de atención de la salud (Castiel y Álvarez Dardet, 2007; Carvalho, 2008). Ana evoca de manera muy precisa extractos de esta concepción de la salud vinculados específicamente al cuidado individual, reflejando la apropiación selectiva de estos informes que se realizaron desde las políticas de salud en los países de la periferia capitalista.

⁴⁶Accidente cerebro vascular.

Entonces son muchas, digamos, las cositas que se van juntando, y te hace un click ahí en la cabeza, ¿no? Yo tengo antecedentes de familiares con ACV, por ejemplo, tengo antecedentes de cáncer, pero sobre todo de ACV. Y vos decís: ¿por qué tuvo un ACV? Bueno, por esta alimentación, porque ya venía mal en su tiempo. Entonces son cosas que yo creo que se pueden prevenir. No nos libera de nada, cualquiera puede padecerlo, yo creo. Tengo antecedentes de familiares que fuman, entonces, ¿viste?, son muchas cosas que suman y que sentís, ¿no?

El discurso médico parece funcionar como dispositivo que otorga cierta estabilidad frente a la posibilidad de enfermar. A la luz de experiencias familiares de enfermedad y del conocimiento de determinados *factores de riesgo*⁴⁷ se vuelve necesario gestionar determinadas variables (alimentación, actividad física, tabaquismo, consumo de alcohol) que encuentran su expresión en indicadores (*índices, análisis*) para disminuir (porque *nada nos libera*) las probabilidades de que ocurra un daño a la salud. En otras palabras, se vuelve necesario instruirse y analizar las propias prácticas -y las de otros- a fin de tomar acciones preventivas ante determinados eventos que puedan acontecer, aunque la certeza absoluta no se tenga nunca. Los sujetos internalizan y socializan estos significados -el de la *prevención* en este caso- y deben adquirir ciertas competencias para desenvolverse en él y reducir incertezas. Así, el discurso hegemónico sobre la *buena* alimentación encuentra su correlato en las representaciones sobre la salud que se construyen y circulan socialmente.

Para Ana la salud es:

Un bienestar para sentirse mejor (...) Mantener un peso adecuado, que puedas dormir acostado, que te puedas agachar, que puedas hacer actividad física... Que no te duelan las articulaciones o que sepas cómo... A ver, que el cuerpo te impida hacer cualquier cosa, desde respirar hasta para moverte o algo. Y para eso hay una alimentación, para eso hay controles médicos, para eso hay actividad física. Ahora estoy media frenada con las actividades físicas porque tengo un hijo [en relación a que ha interrumpido la práctica de natación y ciclismo

⁴⁷Según la OMS, un *factor de riesgo* es cualquier rasgo, característica o exposición de un individuo que aumente su probabilidad de sufrir una enfermedad o lesión.

desde el embarazo] *Te sentís distinta, distinta en el sentido de como que tiene oxígeno el cuerpo. Aparte por un tema de despeje de la cabeza también, ¿no? Hoy todos trabajamos muchas horas, muchas horas en las empresas, muchas exigencias laborales, sociales. Que tenés que ir para acá, que los horarios, exigencias de la casa, en todos los niveles. Entonces es como que te permite... también es salud mental. Es parte de la salud estar bien de la cabeza, tranquilo, poder tomar decisiones en tu vida, consciente, qué se yo...*

La salud es representada como la puesta en marcha de una serie de competencias corporales mínimas -en el relato, vinculadas al mantenimiento del peso corporal-, logradas a partir de mecanismos de control y monitoreo para poder ajustarse a unas demandas externas que aparecen vinculadas principalmente a la productividad. La salud como la posibilidad de mantener individual, racional y armónicamente el equilibrio entre el yo, la naturaleza y las obligaciones sociales que demanda el mundo actual.

Castiel y Alvarez Dardet (2007), desde la filosofía social, analizan la producción de conocimientos y tecnologías en la promoción de la salud con una visión crítica entendiendo que ésta, pese a su reconocida potencia y efectividad, también es generadora de dilemas e insatisfacciones actuando mediante lo que califican como “moralmente coercitivos” (p. 464). En este marco, los promotores de la salud actuarían como “sacerdotes de la salud anticipatoria” (p. 464), los cuales mediante diversos test y variados screenings, examinan las condiciones de salud y prescriben comportamientos para controlar riesgos.

Frente a este postulado, es posible apreciar en la voz de Ana, cómo el discurso predominante de la Salud Pública⁴⁸ invade la vida cotidiana y genera RS, que junto con la experiencia, inducen a los sujetos a considerar e implementar determinadas prácticas para el cuidado de la salud. Estas pautas son asumidas como decisiones individuales, responsabilidad del propio sujeto, a fin de tomar

⁴⁸Los discursos sociales sobre la salud significan modos de pensar, escribir y hablar acerca de ésta y de sus prácticas. Por ello es importante poder historizarlos y comprender por qué son legitimados. En este sentido, los discursos sobre la salud y los riesgos son construcciones contingentes, de carácter normativo que es vinculan a intereses corporativos y económicos. Es decir que logran ajustarse al orden económico, político y social donde son generados (Castiel y Álvarez-Dardet, 2007).

medidas precautorias para prevenir los numerosos factores causales que pueden afectar la salud.

Muñoz Franco (2006) analiza las prácticas de autocuidado y su relación con la salud a partir de los aportes de Giddens (1995). Para ello retoma la noción de “sistemas abstractos” (p. 295), los cuales sirven para otorgar seguridad al vivir cotidiano pero también lo invaden mediando la experiencia y generando representaciones, que en este caso, orientan las prácticas alimentarias en tanto conductas preventivas frente a la salud. La perspectiva de Giddens se sostiene en la idea de que en la modernidad el cuerpo se ha convertido en el punto focal del poder, el cual lo somete a procesos de disciplinamiento internos de autocontrol, a diferencia de los tiempos premodernos donde el cuerpo era marcado externamente⁴⁹. Autocontrol, que requiere a la vez de la supervisión regular de los representantes de la ciencia:

Pero sí, tengo antecedentes de ACV y que las causas, por ahí, muchas han sido que no ha habido... de ir una vez al año, cada seis meses, a un chequeo médico. Eso ahora, un poco más se está viendo, más medicina, pero ojo, vos hablás con gente de clase media, de clase alta, no se hacen los chequeos médicos todos los años. Yo sí me lo hago, por ejemplo, a mí mi médico me dice: ‘Tenés que venir una vez al año a control’, y al año estoy como soldadito.

Resulta llamativa la metáfora del soldado, por cuanto permite pensar cómo se produce su inserción como sujeto al objetivar su pertenencia a un ejército al cual debe obediencia, pues bajo su sistema de control y vigilancia parece otorgar garantías de salud a la ciudadanía. Ana, desde su posición de profesional de la tecnología, madre, mujer y responsable por el cuidado de sí misma y de su familia elabora su relato sobre la alimentación y la salud, donde puede verse su relación afirmativa con el campo discursivo del modelo médico hegemónico trascendiendo

⁴⁹Giddens (1995) explica que el cuerpo ha pasado a ser parte de la modernidad argumentando que los regímenes corporales constituyen el punto donde se integran la planificación de la vida y la adopción de estilos de vida donde somos responsables del diseño de nuestros propios cuerpos, y nos vemos forzados a serlo cuanto más postradicionales sean los ámbitos sociales donde nos movemos.

la pertenencia a una clase social, y trasladando el acento a los comportamientos irreflexivos de las tradiciones locales.

Las valoraciones realizadas acerca de la alimentación dan lugar a la construcción de un *otro*, que encarna la cultura del interior, lo local (*latino, argentino, cordobés*) y que se expresa al opinar acerca de las prácticas de sus familiares en Villa del Rosario:

Con mis hermanas y mis cuñados, después de tantas charlas. Después de decirles 'che, pero fijate, mirá...' Por ejemplo, en el interior hay mucho 'después del asado, el fernet'. Se puede tomar un asado sin fernet. Bueno, pero es costumbre argentina, cordobesa sobre todo. Y parece que si no tienen fernet se desesperan. Y eso de alguna manera, yo el otro día charlando bien con mis hermanas les digo: 'no se dan cuenta que están generando un tipo de dependencia, porque si no tienen fernet parece que no pueden hacer asado.

En este marco, la propuesta discursiva de la medicina preventiva instala un límite entre quienes reconocen y acatan un saber experto universal, y quienes no, pasando ser una cuestión de *idiosincrasia latina* de la que Ana toma distancia:

Pero bueno el otro tema es que no me gusta automedicarme, aunque me duela un dedo, voy al médico, le pregunto 'Me duele el dedo'. No me gusta tomarme una medicación cuando me duele la cabeza, tomo paracetamol cuando estoy reventada del dolor de cabeza y porque sé que es por ahí un poco menos invasivo a nivel... (...) Pero de hecho no tomo nada y de medicarme llamo al médico o voy al médico, o sea, no me gusta tomar nada que no sea... en eso soy muy de pedir la indicación al médico. Otra idiosincrasia latina, argentina, es que la gente tiene una farmacia en su casa y no precisamente porque le haya recetado el médico... 'Estoy embarazada y me duele la cabeza, ¿qué puedo tomar? Compró esto porque la vecina me dijo que con esto se le pasó'. Por eso te digo mitos hay millones.

A la construcción de un *estilo de vida* asociado al *cuidado personal*, todo un *aprendizaje en la vida* de prácticas enmarcadas en la propuesta de la *medicina*

preventiva, Ana opone la *idiosincrasia* local compuesta de conocimientos míticos, transmitidos oralmente por las mujeres del pueblo (*la vecina*). Así, traza una analogía entre lo local, el ámbito familiar y las costumbres de los sectores populares que expresa en ciertas apreciaciones efectuadas en relación con la comida de estos últimos (*la gente, así, de clase baja*), semejanza ante la cual Ana toma distancia efectuando la siguiente comparación:

Me da risa porque son recetas que hubiera hecho mi mamá en su momento.

El referente de significado constituido por la familia y lo local se traslada a la autoridad del saber médico *universal*. En consecuencia, la alimentación no es entendida como manifestación de la cultura cordobesa y nacional, sino como *estilos de vida*, de aquellos que no tienen la capacidad de advertir los peligros de la salud y que permanecen en el anacronismo de las tradiciones locales:

(...) Porque es un tema de idiosincrasia, cultura, de la forma de vida que tienen. Es una forma de vida yo creo, ¿no? Porque no les falta información, es una forma de vida...

Norbert Elías (1993), desde una perspectiva histórica analiza la orgullosa autoconciencia de los occidentales respecto de su civilización, para mostrar los cambios sociales, económicos y políticos que han configurado la cultura de dichas sociedades. Elías muestra la tensión entre el compromiso y el distanciamiento exigidos, uno por la participación emocional en la realidad, tradicionalmente considerada como una conducta irracional, y el otro, por el control de la afectividad y los valores en la pretensión del conocimiento racional. El sujeto individual o colectivo que pretende conocer la realidad debe tener el menor compromiso y la mayor distancia con respecto a ella para evitar caer en el mito la ideología, lo cual implica el proceso de civilización en el proceso de conocimiento⁵⁰.

⁵⁰Elías explica el *proceso civilizador* a partir de tres tipos de control básico como indicadores de desarrollo y complejidad de la sociedad: el control de la naturaleza por los hombres por medio de la ciencia y la técnica, el control de las relaciones de los hombres entre sí mediante la organización nacional o internacional (control social), y el control que el individuo ejerce sobre sí mismo. Este proceso de civilización consistiría en la psicogénesis y la sociogénesis, dos desarrollos

Para Ana, adquirir unos conocimientos especializados sobre nutrición le ha significado modificar las propias prácticas, logrando implementar en su vida cotidiana los alimentos considerados saludables, diferenciándose en sus gustos y elecciones de aquellos cuyo gusto por las preparaciones grasosas aún permanece inmutable:

[Haciendo referencia a las costumbres alimentarias familiares en el interior] *Y sí, por ejemplo, el asado dos o tres veces a la semana, más frituras, más guisos, más salsas. Que el contenido de la salsa a lo mejor era un trozo de carne con grasa, qué se yo... La falda, por decirte, 'no, pero la falda queda rico con pedacitos...'. Sí, no digo que no quede más sabrosa, pero el contenido graso es... Entonces, bueno, de pronto puedo hacer una salsa perfectamente, como te decía antes, con un trozo de nalga.*

La *perfección* queda del lado de lo magro, aunque no necesariamente coincida con lo *sabroso*⁵¹. Patricia Aguirre (2006) realiza un aporte interesante en este sentido afirmando que, el principio de incorporación de los alimentos que caracteriza al sector de ingresos medios, es la representación de la “comida rica” (p. 178). A su vez, al interior de este mismo sector establece segmentos con diferentes tendencias: los “empobrecidos”, los “conservadores” y los “innovadores” (p. 180). Los denominados conservadores son aquellos cuya incorporación de alimentos es producto de la fusión de la comida española e italiana, y para quienes comer significa comer mucho y rico. En este segmento, las elecciones alimentarias muestran cierta continuidad con las de los sectores populares aunque al aumentar el dinero mejore la calidad de lo que se consume. La ruptura con esta continuidad la introduce el ideal de cuerpo sano/delgado/bello legitimado socialmente y convertido en aspiración de este sector, como los he venido desarrollando en este capítulo.

interdependientes de las formas ideológicas de orientar la acción, de las formas de autocontrol subjetivo, de los medios de controlar la violencia intersubjetiva y el proceso de la economía producción.

⁵¹Los alimentos con los que Ana caracteriza la alimentación familiar en el pueblo de donde proviene, coinciden con los que Aguirre (2006) identifica como *rendidores* -debido a su capacidad de llenar-propios de los sectores de bajos ingresos, y que constituyen la llamada “comida de olla”. Incluido el asado utilizando cortes de carne más grasos. De aquí también que pueda ser considerada como la comida de *otros*, en relación al sector social de pertenencia.

Ana relata aquello que resulta valioso para ella y para la sociedad. A diferencia de Lita, al citar las fuentes de donde toma las informaciones no las relativiza, sino que les otorga una naturalidad estratégica, es decir que al naturalizar la autoridad de la fuente, legitima el conocimiento científico y a la vez legitima sus propias creencias y prácticas pues se encuentran en consonancia con él.

Ante el carácter disciplinador de las medidas alimentarias de prevención se vuelve necesario construir espacios de relativa *libertad* a fin de atender a preferencias personales que no estén en concordancia con *lo saludable*. Ana plantea la oposición entre la obligación de cumplir con ciertas pautas restrictivas, frente a la libertad de optar por ellas como un estilo de vida. Para ello requiere de la flexibilización de sus prácticas a fin de lograr *cuidarse para prevenir cosas y no después de las consecuencias*:

Lo que pasa que no es que lo planifico como algo que tengo que hacer obligadamente (...) Va, digamos, variando en función, digamos, al estilo libre (...) Sí, me gusta y no me resulta difícil porque es mi estilo de vida. Y para nada lo veo como algo... No quita que por ahí no me coma un asado o coma una torta de chocolate. No quita que estoy privada de la libertad de decir: quiero comer un chocolate. Y de hecho, lo hago.

Las RS del *comer sano* como un estilo de vida o como práctica cotidiana elegida aparecen como forma que adoptan estos mandatos, que al asumirse como obligación social, podrían constituir una especie de prisión. Así, en función de un contexto y unas instituciones sociales que legitiman un modo correcto de alimentarse para mantener la salud, hay un espacio para la construcción subjetiva de la realidad que se expresa como experiencia personal. En otras palabras, hay una obligación reconocida pero su aceptación no es incondicional.

Fischler (1995) afirma que la alimentación comporta casi siempre una postura moral, donde los comportamientos alimentarios están siempre sujetos a normas y sancionados por juicios. Así, se ponen en juego cánones estéticos, de estatus social y económico que se asientan –a veces como si fuera una excusa– sobre normas médicas y hasta se disfrazan de ellas. Esto significa asumir que la

realidad social impone condiciones para su interpretación y relectura. No obstante, las personas poseen maneras específicas de comprender, comunicar y actuar esta realidad construyéndola y reconstruyéndola permanentemente a partir de sus posiciones de clase, género, etnia, edades, entre otras.

En la teoría sí, en la práctica, no

Estudiar las RS permite explorar aquellos valores culturales que coexisten, así como también aproximarnos a ciertos contenidos culturales en proceso de transformación. En este subapartado presento algunos segmentos de significación en relación al *comer sano* que se apartan de la concepción hegemónica de *lo saludable* que hasta aquí he venido exponiendo, pero que sin embargo, pese a su estatuto de alternativos, se encuentran sujetos a ciertas lógicas que también atraviesan la implementación de medidas que propone el discurso de la medicina occidental.

Arabela tiene 30 años, vive en Barrio General Paz con su compañera desde hace siete años. Juntas tienen una pizzería donde cocina ella misma. El local está a la venta dado que están construyendo su propia casa en la localidad de Anisacate. Allí tienen planificado mudarse en poco tiempo.

Arabela es la encargada principal de preparar los alimentos en el hogar, aunque su compañera ocasionalmente también participa. Aprendió a cocinar cuando vino a vivir a Córdoba a los 18 años. Allí tomó los consejos de sus hermanos.

La concepción del *comer sano* de Arabela proviene principalmente de la perspectiva naturista de su padre cuando vivía en La Cumbre, y si bien la respuesta inmediata se vincula con *no comer en exceso*, asocia *lo sano* con las condiciones naturales en la producción de los alimentos y en la escucha del propio cuerpo, cuestiones que *de pendejo no le das bola pero ahora se reacciona*:

¿Y qué sería comer sano?... Lo ideal sería comer cosas todas de estación. Las verduras más que nada de estación. Y, porque una dieta, por decirte... Ahora la papa está... No, la papa no [piensa] Sí, bueno, la papa está re cara ponele, y viene verde. Estamos comiendo papas verdes, ponele. Me parece que es así como... No sé si será la época o no será la época, pero es como que exigís al

cuerpo comer algo que no está listo para comerlo. (...) Y qué sé yo. Por ahí con mis hermanos decíamos: bueno, comamos. Hoy hace calor, comamos algo livianito. ¿Por qué? Porque el cuerpo te lo pide. El cuerpo te pide, no te vas a comer un guiso cuando hace calor. Y bueno, eso no es saludable para mí.

El cuerpo como entidad en armonía con las estaciones del año, con las temperaturas donde las características del alimento pasan a integrarlo, que toma cierta distancia de la concepción hombre/máquina típica de la medicina hegemónica:

Y, si te comés un guiso, con mucho calor, después quedás tirada por tres horas, unas ganas de dormir una siesta terrible. Y si te comés una ensalada, sino estás acostumbrado a mucha ensaladita, quedás liviano como una lechuguita.

Para Arabela resulta dificultoso categorizar *lo sano y lo no sano* y en este sentido afirma adscribir a la postura de su padre entendiendo que los alimentos *te caen de diferente forma según cada uno cómo come, con quien come, en el estado en que come*. Así, una comida compartida con gente querida *no te va a caer mal*, aunque no se enmarque en los parámetros de una alimentación saludable. En concordancia con su postura, muestra su escepticismo en relación a los medios de comunicación, afirmando que son *toda una falsedad*. Reflexiona acerca de las publicidades:

Lo que sí me parece, todas las propagandas que, como que ahora es... Todo el mundo piensa en decir: ¡Uy! Qué bueno es el... entonces todos los productos dan vuelta la cara, se dan vuelta y ponen otro tipo de propaganda, es la misma cagada, nada más que con otro papel arriba, ¿no? (...) Claro, que te dice que es saludable, qué se yo... como las gaseosas light. Me parecen una cagada, puede ser que te engorden menos, pero engordar, no salud.

Si para Ana la adhesión al discurso médico nutricional pasa por adoptar una forma de vida, motivada por controlar la aparición de enfermedades, para Arabela representa una fuerte motivación demostrar que hay otras opciones. Así,

relata cómo una de sus mejores amigas, de profesión médica, se sorprende cuando ve algunas medidas que no responden al paradigma en el cual se ha formado y sin embargo pueden observarse resultados satisfactorios.

Las RS como modalidad del conocimiento presentan particularidades, las cuales surgen de su génesis y su funcionamiento, y son tributarias de los procesos que afectan a la organización y la comunicación sociales en los mecanismos que concurren a la definición de identidad de los grupos y de las relaciones sociales (Jodelet, 2003). Con base en este postulado, las RS de la comida y la salud, conformadas por saberes socialmente construidos y compartidos, involucran códigos, modelos y prescripciones que constituyen una versión de la realidad. En este marco, las RS de las personas entrevistadas me han permitido explorar los marcos y las categorías que orientan las lógicas y prácticas alimentarias. Pero también pueden operar como baremo en las modificaciones del pensamiento social. Así, esta especie de vuelta a lo natural -a través de los alimentos y del uso de medicinas tradicionales- que presenta esta entrevistada, aparece en consonancia con otras prácticas que lleva adelante en su vida cotidiana, el reciclaje de objetos, la construcción de su vivienda con materiales ecológicos, la vida en la naturaleza, dan cuenta de la opción por un determinado estilo de vida.

Para Arabela las enfermedades son producidas por el propio cuerpo, y por lo tanto la curación depende de la capacidad de cada uno de identificar las causas, las cuales pasan por estados emocionales o de las sustancias que ingresen al cuerpo:

Para mí está buenísimo, porque los médicos, propiamente se re cagan estudiando para saber cosas que están estudiadas hace millones de años, pero tratá de saber que existen otras cosas. Y que sabés que si vas a tomar algo para la cabeza o para un dolor muscular... Bueno yo creo mucho que todas las enfermedades, nosotros las producimos. Entonces, si nosotros las producimos no pretendamos curarnos mágicamente (...) Fui a un médico y me dijo: te tenés que operar, pero tomá valium. Me hizo tomar valium. No te tomes un valium, relajate vos. Aparte al estómago, te hace recagar. Y después, todo lo que vos comés.

Desde un enfoque macrosociológico, Camargo (1997) afirma que esta tendencia hacia las medicinas alternativas se produce en el marco de una crisis de la biomedicina donde una de las motivaciones está constituida por la búsqueda de medios terapéuticos más simples, despojados de tecnologías, más accesibles económicamente y con igual o mayor eficacia en términos curativos frente a las enfermedades más comunes. Esta ruptura con la biomedicina se explica por el surgimiento de nuevas representaciones sobre el cuerpo, el individuo, la persona y la salud que, apoyadas en la divulgación por parte de los medios de comunicación de patrones naturales de consumo, de belleza y salud, llevan a valorizar un neonaturismo ecológico como fuente de salud, y a buscar la superación de la representación hombre/máquina en la cultura contemporánea. Por otro lado, se pone de manifiesto una inquietud social asociada a la “pérdida de la naturaleza”. Tal como podría calificarse a la preocupación del movimiento ecológico que no se limita a tematizar la cuestión del medio ambiente, sino también la cuestión de la vida como un todo, que estaría ligada a la conciencia ecológica característica de las grandes ciudades del mundo actual. En este contexto, la medicina tecnológica tiende a ser representada como antinatural o antiecológica y la búsqueda de medicinas naturales gana adhesión por parte de sectores importantes de las poblaciones urbanas.

La concepción de la alimentación y la salud de Arabela permiten trascender el carácter reificado de las categorías científicas para poner en consideración los alimentos disponibles a nivel local en las diferentes épocas del año y recuperar los saberes de la medicina tradicional que usaban los antepasados, donde incluso los propios médicos recomendaban ir a *la curandera*. Las informaciones que orientan la concepción de la comida sana provienen del saber paterno y del *librito que le prestó su viejo*. Su madre, en contraposición, también adoptó algunas pautas del naturismo (como incluir frutas y verduras en abundancia) pero *más por lo que ve en la tele*, por lo cual no constituye un referente, a diferencia de su padre que *tenía más idea, de haber leído, de algo que le sale de adentro, naturalmente*.

Internet también es un posible recurso de consulta, pero suele resultar poco útil dado que las recetas que allí aparecen no se relacionan con las posibilidades

reales de adquirir los ingredientes recomendados: *que me resulte amigable, si tenés que ir a buscar el yuyo a San Clemente del Tuyú, que está debajo de la piedra rojita...*

El discurso que orienta la concepción de alimentación es el de lo natural, cuestionando explícitamente cualquier postura dogmática:

Hay un montón de cosas, pero está bueno también no encajonarse en una sola cosa. Porque los orientales porque viven allá y tienen esa cultura, pero vos acá podés tomar un poquito de acá, un poquito de allá y un poco de medicina tradicional y un poco de lo que te dicen en la tele. Y está todo bien. Como que encajonarse, vendría a ser lo mismo que como las religiones: yo soy católico y está todo mal con los judíos, ponele, por decirte algo así.

Arabela cuestiona y reflexiona críticamente acerca de las categorías de lo saludable y relativiza su utilidad, no obstante su postura ecléctica al respecto, se hacen presentes en su relato ciertos imperativos socioculturales. La utilización de la palabra *dieta* y la definición de lo sano a partir de alimentos prohibidos que menciono al inicio del capítulo, es una muestra de la impronta regulatoria propia del modelo médico hegemónico.

Asimismo, la opción por determinados modos de vida, y de los preceptos que describe acerca de lo que constituye una alimentación sana, tampoco están en concordancia con las posibilidades de materializarla en las prácticas: *en la teoría sí, en la práctica, no*. Se plantea una situación ideal de producción para el autoconsumo, lo cual además de salud representaría una disminución de la proporción de los ingresos destinada a alimentos, sin embargo los horarios y el trabajo impiden incluso la adquisición de éstos en los comercios cercanos.

En síntesis, *comer sano* es una concepción construida socialmente, cuyo significado está dado por el entorno sociocultural en que los sujetos desarrollan su vida cotidiana, inmersos en un amplio abanico de posibilidades, las cuales están conformadas por complejas relaciones e interrelaciones. A su vez, se vuelve necesario reafirmar la importancia de la experiencia como elemento fundamental en la orientación de la alimentación, dado que la vida cotidiana se despliega en un universo de vivencias que dotan de sentido las prácticas sociales. Allí, estos

sentidos creados y recreados intersubjetivamente, van más allá de la imposición de unos modos legítimos de alimentarse donde no solo hay reproducción, sino también creatividad e inventiva.

CAPITULO III: PRESENTAR Y RE-PRESENTAR EL CUERPO.

En el capítulo anterior presenté las formas en que se usan y son apropiados saberes especializados provenientes del discurso médico nutricional, y cómo estos se entrelazan con prácticas y relaciones sociales que los entrevistados construyen en torno al *comer sano*, así como con otros discursos circulantes sobre lo alimentario. Fui mostrando cómo es que se configura, a partir de las narrativas sobre las prácticas alimentarias, esa región particular del sentido que es la experiencia común del mundo intersubjetivo de la vida cotidiana. La noción de RS me ayudó a comprender cómo se organiza el sentido común que circula en las interacciones cotidianas, pues como expresa Jodelet (1986), éstas constituyen entidades operativas para el entendimiento, la comunicación y la actuación cotidiana.

Los discursos, representaciones y prácticas alimentarias constituyen medios a través de los cuales las personas adoptan posicionamientos sociales y culturales en relación a otros, a la vez que ellas mismas se construyen y reconocen a través de la comida. Estas operaciones han sido incorporadas a través de procesos de aprendizaje y socialización que en la interacción son aceptadas y naturalizadas como sentido común. Los modos en que los sujetos hablan y se expresan sobre el comer y la alimentación, mediante los cuales le atribuyen a estas prácticas rasgos típicos que las definen, corresponden a significados convenidos que posibilitan la comunicación en el marco de interacciones tanto personales como mediáticas.

Los intercambios que mantuve durante el trabajo de campo me llevaron a reflexionar sobre lo que significaba para mis interlocutores hablar de la alimentación y la salud, ya que allí daban cuenta de la recreación de un *yo*, un *nosotros* y unos *otros* que no opera por sí misma, sino que se encuentra y se pone en tensión con otras vías de identificación como la clase social, la cultura, el género, así como con los propios deseos y expectativas.

En las expresiones y sentires que emergieron durante las entrevistas, el *comer sano* en su dimensión narrativa se presenta como un elemento que posibilita distinguirse individualmente a través de ciertos atributos

particularizantes, delimitar un afuera y un adentro, o bien constituir un bien simbólico que aglutina y diferencia un conjunto, por lo que deviene en un discurso identitario a diferentes niveles. Las diferentes fuentes de identificación comprenden la propia experiencia de los sujetos, que tiene lugar en la vida social y que da lugar a la construcción de representaciones sobre nosotros mismos y sobre los otros, y a las versiones sobre la sociedad propuestas y reconocidas por las instituciones y el Estado como legítimas.

Con base en un proyecto discursivo en vigencia, como es el de la alimentación saludable, expandido notable y persistentemente por los medios de comunicación masiva, se sustenta una cierta ideología alimentaria cimentada en un determinado “saber vivir”, impuesto por un modelo de sociedad específica (Centocchi, 2011). A la luz de estos modos de alimentarse reconocidos como legítimos, las prácticas alimentarias tradicionales son resignificadas, a la vez que nuevos modos de alimentación son dotados de sentido a partir de imaginarios anteriores, dando lugar al ordenamiento de sentidos sobre *lo* alimentario, y dando lugar a la emergencia de nuevas subjetividades.

El hilo conductor de este capítulo es el modo en que mis interlocutores construyen y recrean el cuerpo de los otros y el propio a través de sus relatos, ya sea como forma de presentación de sí mismos, de distinción simbólica, o como proyecto de vida que remite a anhelos, frustraciones, ideales y deseos donde puede verse la potencia operativa de cierto producto mediático y el estigma de los que no encajan en la norma.

Ante el supuesto del discurso de la ciencia nutricional como elemento que posibilita procesos de identificación, aquí recurriré a diferentes perspectivas para su análisis. En primer lugar, me centraré en la utilización de la dramaturgia –en este caso de una *actriz* individual- para visualizar el despliegue, comunicación y demostración de estos procesos. En otras palabras, los mecanismos que se ponen en juego para hacerlos efectivos y reales. El control de las tentaciones, el manejo de los impulsos, la valoración simbólica de la expresividad, la puesta en consideración de normas, reglas y modelos dan cuenta de la articulación de la relación yo/otro, individuo/sociedad a partir del análisis de *lo subjetivo*, de la *piel*, trama mediante la cual el mundo es percibido y sentido. Recurriré a los aportes de

Erving Goffman, para comprender la utilización de determinados elementos y atributos en la demostración de rasgos identitarios que necesitan ser desplegados, demostrados y comunicados para que toda identidad se realice.

En un segundo momento, analizaré cómo la *naturalidad* con que son presentados ciertos atributos como modo de alineación entre el mundo subjetivo y objetivo no pueden ser explicados sólo en términos de la interacción. En consecuencia, la adhesión a determinadas categorías sociales de percepción y valoración corporal, responde a una representación legítima del cuerpo, ante la cual los sujetos cuentan con diferentes recursos para apropiarla y cuyo trasfondo es la división social y sexual del trabajo. Retomo los conceptos de *habitus lingüístico* y *eficacia simbólica*, reconociendo a la vez que en este marco también se dan procesos de renegociación donde los sujetos despliegan su creatividad cotidiana.

Por último, a través de los intercambios acerca de un producto mediático y los sentidos construidos sobre la obesidad, más precisamente *los gordos*, puede verse cómo se dan procesos de construcción de un otro, salido de la norma y por ello desacreditado, que revela la imagen social de un espejo en el que ninguno quiere verse reflejado. A la vez, muestro cómo las experiencias familiares y personales median la apropiación de la representación del cuerpo ideal, establecida como legítima.

El teatro de la vida cotidiana: “Comer para vivir y no vivir para comer”.

Abordar la vida cotidiana significa comprender el conjunto de las relaciones interpersonales, las percepciones y prácticas de la gente que son pragmáticamente reproducidas o modificadas allí. Allí se pone en juego el reconocimiento de un *yo* y un *otro*, que se relacionan, y constituyen el punto de partida para la construcción social de la realidad. Esto significa que las propias experiencias se entrecruzan con las de otros, es decir que el *descubrimiento del otro* es “inseparable de la subjetividad y de la intersubjetividad, las que se unen al retrotraer mis experiencias pasadas a mis experiencias presentes, la experiencia del otro a mi vida” (Merleau-Ponty, 1975; p. 17). Se trata de interacciones en las que los sujetos ejercen influencias recíprocas sobre sus respectivos

comportamientos, donde cada interlocutor intenta adaptarse al comportamiento y expectativas del otro, puesto que involucra el establecimiento de reglas, normas y dinámicas compartidas.

Nelly, de 77 años al momento de la entrevista a fines de 2011, es jubilada y vive con su esposo, también jubilado, en Villa Cabrera desde hace muchos años. Han tenido tres hijos que ya no viven con ellos. Compra ella misma los alimentos y es quien los prepara diariamente para ambos. En las reuniones familiares es la encargada de cocinar, actividad que realiza con gusto y de cuyos resultados se siente orgullosa, pues relata, con gestos que sugieren una falsa modestia, cómo sus nietos le solicitan su comida comparándola con la de sus madres. A lo largo de nuestra conversación, retoma aquellas prácticas relacionadas con la alimentación que considera más apropiadas, mostrando además una alta valoración por la moderación, el autocontrol y por no engordar o *cuidar el físico*. Luego de conversar sobre temas generales, y al preguntarle por su opinión sobre la alimentación en la actualidad enuncia:

Mirá, mi opinión al respecto no es sólo en estos tiempos. Toda la vida fui de muy poco comer. De muy poco comer, de muy poco comer [repite] (...) Era delgadísima.

Esta forma de iniciar la conversación, respondiendo de modo autorreferencial a una pregunta general, presentándose a sí misma como *Nelly naturalmente inapetente y delgada* atravesará toda la entrevista, a la vez que opera como modo de posicionarse en un estatus individual, familiar y social diferente y sancionador en relación a quienes no pueden, y no saben, ejercer el control sobre sí mismos, intentando tomar distancia de las prácticas relacionadas con la glotonería y el consumo irreflexivo de alimentos.

Nelly sufrió un infarto hace más de veinticinco años, permaneciendo en terapia intensiva por un mes. Ese episodio le produjo una parálisis en la mitad del cuerpo, de la cual logró recuperarse. Cuando le pregunto acerca de los cuidados que toma al momento de cocinar, expresa:

(...) *Ya tengo dos sten puestos, por ahí se me tapa de nuevo la arteria. Ya la pasé y no tengo ganas, entonces me cuido para las cosas grasas y no tanto para no engordar, si no para que no se me vayan a tapar de nuevo las arterias, sí.*

Se expresa en relación a sus prácticas alimentarias transmitiendo como prioridad principal, al reducir las grasas de su alimentación, la prevención de un daño a la salud cuya gravedad ya ha experimentado. Sin embargo a lo largo del relato, las estrategias alimentarias que irá describiendo estarán enfocadas principalmente a no aumentar de peso, apartándola de su condición de mujer naturalmente delgada y *de poco comer*, e introduciendo la preocupación por controlar el peso corporal y regular la ingesta, que en principio colocó como motivación secundaria al *cuidarse* en las comidas:

Un vinito me gusta. Sobre una mesa, un vinit... [se interrumpe] ¡Y la cerveza en verano! ¡Ah, sí! Yo le pongo soda o cubitos de hielo. Porque la rebajo, ¿viste?
(...) [es] *una estrategia para no engordar tanto [levanta la voz y agrega] y para no marearme.*

Añade, cuando le pregunto sobre los motivos para informarse sobre alimentación y nutrición:

Siempre me interesó cómo cuidar un poco la salud. Cómo podemos medir esa ansia de comer todo. Hay temporadas que tenés muchas ganas de comer... Cómo no tentarte tanto con las cosas ricas que a todo el mundo las tienta, ¿viste?

Para analizar los esquemas interpretativos que se ponen en marcha durante la entrevista con Nelly, recupero la metáfora teatral de Goffman (1989) a fin de comprender procesos de interacción⁵² donde los sujetos actúan y representan imágenes ante sí mismos y ante los otros. Según este autor, durante la interacción, los sujetos se esfuerzan por construir una imagen social que se corresponde con la

⁵²Las interacciones sociales se producen en un proceso que va desde las interacciones cotidianas que no poseen una cualidad dramática, hasta eventos sociales que son conscientemente representados ante una audiencia, de allí su potencial explicativo en relación a los intercambios simbólicos que operan a través de los relatos sobre la comida, dado el alto grado de rutinización y normalidad de esta última.

lógica de la representación teatral. Los sujetos son actores que desarrollan una serie de estrategias para producir la mejor impresión posible ante otros.

Dada la complejidad de la naturaleza expresiva de las acciones humanas, en el texto teatral que representa, Nelly aprovecha las oportunidades para mostrar su condición de persona *delgada y de poco comer*, así como su adhesión a un modelo que propone la esbeltez de las siluetas femeninas⁵³: *como se usa las chicas ahora*. En este esfuerzo permanente por mostrar una imagen creíble para sí misma y para otros, puede verse la tarea cotidiana de construcción de situaciones sociales que deben ser constituidas y mantenidas y donde interactúa desde su lugar de construcción de sentido.

Los motivos que subyacen a la actuación, no pueden ser reducidos simplemente a la representación del actor (*performance*), sino que se trata de un conjunto de principios que le permiten interpretar una acción social, del mismo modo que la conformación de una imagen satisfactoria se encuentra delimitada en su construcción por modos socialmente establecidos y aceptados. En el análisis que realizo de la entrevista con Nelly en su dimensión narrativa y gestual, también considero posibles contribuciones de otros a su representación (observadores, coparticipantes). En este sentido, refiere adoptar este mismo rol con su familia y amigas, y no olvida mi formación de grado en Nutrición, tal como lo deja ver en algunos comentarios donde destaca que se *guía por las comidas del hogar* (centro de jubilados) *que son todas hechas a base de* (orientadas por) *nutricionistas*, o bien mediante expresiones como *no sé si será aconsejable o no aconsejable, yo no entiendo de eso, ustedes saben más, para eso estudiaron*.

Nelly se muestra segura sobre lo acertado de sus elecciones alimentarias y se expresa de modo sancionador cuando se refiere a comportamientos de familiares y amigos que se apartan de la moderación, y de aquellos cuidados con los alimentos y la alimentación en relación a la salud que le resultan dudosos. Cuando la tentación se cierne sobre su persona, renegocia el peso de la sanción

⁵³Vigarello (2011) analiza desde una perspectiva histórica cómo, a comienzos del siglo XX la delgadez se constituye en un nuevo modelo donde prevalece la linealidad en las formas corporales –aunque Nelly parece valorar los contornos corporales más acentuados–, y cómo esto se vio favorecido por la explosiva difusión de los sistemas de información (revistas, cine, publicidad), llegando a nuevos públicos. Por consiguiente, el estándar de los cuerpos delgados se unifica, se transforma, se vuelve familiar y convierte en mercado, a la vez que aborda a la clase media en acelerado crecimiento.

extendiendo el fenómeno a la generalidad: *las cosas ricas que a todo el mundo las tienta.*

Al avanzar en la conversación revela sus esfuerzos por apartarse ella misma de esos comportamientos que sanciona, y neutraliza la propia falta de control en relación a la comida (*no tentarse, medir esa ansia de comer todo*). Para compensar dichos desfasajes, y proteger la validez de su rol, utiliza estrategias que Goffman denomina “prácticas defensivas” (p. 25), las cuales tienen como fin la protección de las propias proyecciones y le sirven para salvaguardar la impresión que intenta promover. Así, más adelante en el relato, aprovechará la conversación sobre las personas con obesidad para introducir su posicionamiento:

Mi suegra me sabía decir ‘no come nada usted, no come nada’. Se ve que he sido delgada y no me llamó nunca la atención pero para mí no es... Yo tengo que comer, no eh... no vivir para comer, sino comer para vivir. Poder tomar mi medicación porque si no yo ni comería... ¡Ni comería! Pero tengo que... sí... Me gusta mucho la fruta...

Las oposiciones *inapetente/voraz, delgado/gordo* que aparecen asociadas a la comida, constituyen símbolos sociales que orientan hacia donde debe dirigirse Nelly, dónde están los espacios legitimados socialmente que debe respetar, dónde se encuentran los que son como ella, y a su vez la separan de aquellos que degradan simbólicamente a su propio grupo debido, es decir a los que *saben comer, se cuidan y no comen a lo loco.*

La conversación entablada con Nelly permite entender los modos de narrar y relacionarse con la comida como actos rituales constitutivos de la vida diaria que son parte de una cultura encarnada, interiorizada, cuya expresión es el dominio del gesto, de la manifestación de las emociones y la capacidad de presentar actuaciones convincentes para otros⁵⁴. Las personas muestran sus posiciones en la escala del prestigio a través de una máscara expresiva, una *máscara social*, la cual ha sido atribuida socialmente y podría ser retirada si no se

⁵⁴Goffman retoma a Durkheim, para quien lo más importante de los rituales es su rol en el mantenimiento del orden moral de las sociedades primitivas. Ese orden moral sería un universo simbólico en el cual se hallan codificados los signos de lo sagrado y lo profano. Para Goffman, el orden moral de una sociedad también se expresa en las interacciones cotidianas.

conduce acorde a ella. En consecuencia, los sujetos interesados en mantener esta apariencia deben cuidar que se conserve un cierto orden expresivo. En la cita anterior aparece la comida representada desde su función fisiológica, dotada de la mera función de supervivencia, convirtiendo la dimensión biológica del alimento en recurso al que apela Nelly para tomar distancia de quienes hacen de ella el depósito de actitudes de voracidad o glotonería⁵⁵:

Nosotros somos los dos cardíacos [ella y su esposo], entonces tratamos de cuidarnos del colesterol, de las cosas que tengan demasiada grasa. Por ejemplo, hoy me pasé cuando nos tomamos un heladón (...) Pero bueno, le digo a la Amparo, hoy... Y más que todo para que coma ella [lo dice en voz baja aunque estamos solas]. Más que todo para que coma ella. Y comimos una ensalada de rúcula, con una aceitunita, un chochlito desgranado y unos tomatitos cherry. ¡Estaba exquisita! ¡Y hay gente que eso no la llena!...Y nosotras quedamos repletas. Una entre las dos. ¡Una ensalada entre las dos!

La reconstrucción que Nelly realiza del almuerzo compartido con su nieta le otorga centralidad a la moderación en la comida, como forma de cuidado de la salud, pero fundamentalmente como atributo altamente valorado -al cual alude explícitamente- que le permite posicionarse en un estatus diferente de *esa gente que no se llena*. El uso de diminutivos, la mención de su nieta como motivo *del pasarse*, operan como estrategias discursivas a las que recurre para justificar el exceso y contrarrestar las ambigüedades que presenta su relato.

Las personas apprehenden por medio de intercambios simbólicos las perspectivas (marcos simbólicos/culturales) de los mundos sociales con los cuales se identifican y las usan para definir o interpretar diversas situaciones. En este sentido, durante nuestra conversación, Nelly proyecta una definición de la situación explicitando ser una persona con determinados atributos, orientando

⁵⁵Fischler (1995) describe cómo, en las sociedades modernas, el sentido otorgado al glotón se asocia a la valoración negativa del obeso en tanto este absorbe la comida en grandes cantidades y de manera indiscriminada. Establece así, una diferencia con el goloso que se vincula con apetitos más de tipo cualitativo. La connotación del glotón que amenaza trasgrediendo la norma misma del reparto, que es la sustancia misma del vínculo social. Esto significaría, retroceder de la socialidad hasta la animalidad. El glotón acapara y devora de manera destructiva. Si bien en la cita, la entrevistada no hace mención a ello, sí es posible entrever esta acepción moral cuando hace referencia a los obesos.

sobre lo que los otros deberían ver en ella y también tomando distancia de aquello de lo que pretende apartarse. Se esfuerza por presentarse a sí misma como dotada de ciertas características en concordancia con lo propuesto por los estereotipos corporales y recomendaciones nutricionales vigentes, que aunque en la actualidad ya no puede exhibir, expone como inherentes a su constitución física natural:

Yo me casé con cuarenta y ocho kilos a los diecinueve años. Era muy delgadita, cintura chiquita... El cuerpo formadito: busto y cadera [dibuja curvas en el aire] pero muy delgadita... Como se usa las chicas ahora. Era muy delgada.

A su vez, intenta mantener la coherencia con cierto discurso nutricional - del cual me asume como representante-, exponiendo el gusto por determinados alimentos que consume y considera *alimenticios*. Así, en algunas pausas durante la conversación retoma el diálogo introduciendo expresiones como:

Como la fruta. Leche no. Me hace mal. Tomo deslactosada. También me cae mal. La leche no me cae bien, nunca me cayó bien. Pero sí me gustan los yogures, me gustan... Bah, ¡qué sé yo! Otra cosa que te puedo decir... ¿Algo que sea muy alimenticio? [el tema es reintroducido por ella misma de manera espontánea] El huevo, por ejemplo... El huevo, ¡el huevo duro me encanta!

Cuando las personas desempeñan un papel, solicitan a sus observadores que tomen en serio la impresión promovida ante ellos. Es decir, que crean que el sujeto ante el cual se encuentran posee verdaderamente los atributos que aparenta poseer y que, en general, las cosas son como aparentan ser. Durante esta actuación se pone en funcionamiento una “fachada” (Goffman, 1989; p. 33) que constituye la dotación expresiva de tipo corriente empleada intencional o inconscientemente por el individuo durante su actuación. Nelly, a través de los alimentos que resultan de su agrado, de las estrategias que dice implementar para su selección y de las prácticas de preparación de alimentos, sumado a gestos y expresiones que denotan un absoluto convencimiento moviliza aquello que quiere transmitir durante la interacción en relación a los saberes y prácticas que resultan socialmente deseables.

El valor del discurso: *naturalmente* inapetente y delgada.

En la situación de interacción analizada, Nelly adscribe a un ideal corporal de delgadez vinculado a la moderación y al control de los impulsos puestos de manifiesto al hablar sobre el *comer sano*. Estas operaciones de disciplinamiento no son reivindicadas por ella como resultado de un trabajo de autovigilancia, sino que son presentadas y valoradas como un atributo natural, incluyéndose entre quienes hacen de la comida un mero instrumento para la supervivencia. Para sostener este posicionamiento, recurre a relatos de su biografía personal donde era incitada a comer por su madre o su suegra, así como a la utilización de expresiones del tipo de *toda la vida, siempre*. Estas últimas le aportan naturalidad a su condición de mujer delgada y moderada en la comida, aun cuando reconoce la insuficiencia del propio cuerpo para poder exhibirlas.

Nelly se reafirma a sí misma sin perder de vista un registro de pertinencia establecido por el marco de referencia que determina los modos de entender lo que ocurre. En esta operación, se pone en marcha un modo de alineación de los sentimientos subjetivos con los lugares objetivos ocupados dentro del mundo social y cultural. La gramática de la interacción me permite visualizar cómo operan procesos de identificación como modos de estabilización entre Nelly como sujeto, y los mundos culturales que habita, o en otras palabras, entre el mundo personal y el *comer sano* como constructo simbólico tematizado en el espacio público y los sentidos asociados a él.

La *presentación* que Nelly realiza de sí misma, analizada mediante el modelo dramático de la vida cotidiana, demuestra la interacción y la interpretación de estos procesos de comunicación en las situaciones inmediatas. No obstante, la adhesión a unas determinadas categorías sociales de percepción y valoración corporal, puestas de manifiesto en el encuentro interpersonal, no se estructura sobre la base de la interacción, sino que esos rasgos que aparecen en defensa de una construcción corporal legítima trascienden la identidad individual. En los intercambios simbólicos que presentan una realidad como legítima también se oculta la historia de la distribución desigual del capital cultural y simbólico. Allí, el individuo es portador o no de ciertos rasgos o características al interior de

un grupo o sociedad y de un determinado estilo de vida. Es en ese marco, donde esas categorías cobran sentido, y cuyo trasfondo –en términos bourdieanos- es la división social y sexual del trabajo. Ante el *reconocimiento*⁵⁶ de la misma representación en la conformación y mantenimiento del cuerpo legítimo, los agentes portan desiguales recursos para adecuarse a esa representación (*Bourdieu, 1986*).

La perspectiva de Bourdieu permite comprender que el discurso de la ciencia nutricional extendido y amplificado, y sus usos en la construcción del cuerpo legítimo, más allá de generar o profundizar un desnivel entre el cuerpo real y el cuerpo ideal -sano y bello-, se sustenta en la *dominación simbólica*, es decir en el sentimiento de legitimidad, de sentirse plenamente justificado de quienes sirven de ejemplo. Esta afirmación parte de la concepción del cuerpo como producto social, que es modelado a partir de las relaciones sociales que lo condicionan. A través del cuerpo se expresa la historia de las relaciones sociales de producción y dominación⁵⁷. La definición del cuerpo legítimo, y de los recursos necesarios para acceder a él, ejercen su efecto a partir de la percepción social del propio cuerpo.

El *físico*, al que hace alusión anteriormente Nelly, considerado por Bourdieu (*1986*) como el modo en que en el lenguaje ordinario se nombra al cuerpo, incluye la conformación propiamente física del cuerpo y la manera de presentarlo. Constituye, de todas las manifestaciones de la persona, la que menos y más difícilmente se deja modificar, tanto de modo provisional como de forma definitiva. Es precisamente por esto, considerada socialmente como la que expresa del modo más adecuado la naturaleza de la persona al margen de toda intención.

Nelly parece interpretar la significatividad de esto y de allí sus justificaciones respecto de su imagen corporal actual a través del relato acerca de las características de su silueta en la juventud, de sus prácticas alimentarias, la condición de naturalidad que les asigna, y el nexo que establece con los atributos deseables en la actualidad como un modo de darle continuidad a una estética que

⁵⁶Cursiva en el original.

⁵⁷ Esto es mostrado por el autor en sus trabajos a partir de la constatación de la vergüenza corporal o cultural de aquellos que se alejan de la definición de cuerpo legítimo. Allí, plantea la amenaza a la autonomía de la clase dominada, puesto que no se percibe como clase sino es a través de la mirada de los dominantes en relación a la definición legítima del cuerpo y sus usos.

no encaja por fuera de la juventud. La forma en que se muestra a sí misma a través de sus narrativas sobre la comida, tal como lo he venido exponiendo, de modo consciente o no, enuncia un modo de vida legítimo que puede enmarcarse en lo que Bourdieu (1988) denomina “una ética de la sobriedad en favor de la esbeltez” (p. 179), la cual se expresa en mayor grado mientras más se asciende en la jerarquía social.

Este análisis de los modos de expresarse acerca del cuerpo y la comida como prácticas de distinción, puede extenderse también a la producción de discursos durante la interacción, donde se hacen valer capitales lingüísticos y simbólicos. Así, la interpretación de las expresiones y gestos que utiliza Nelly, la convicción que muestra en sus argumentos, su seguridad al momento de valorar prácticas propias y ajenas, constituyen comportamientos lingüísticos individuales que se orientan hacia la búsqueda de la *eficacia simbólica*⁵⁸, en cuanto son valorados al producir distinción, reconocimiento y diferenciación social.

Los actos de habla no pueden considerarse como racionalizados, individualizados y calculadores, así como tampoco quedar reducidos a la interacción, sino que son la expresión práctica de un *habitus*⁵⁹ lingüístico⁶⁰ inculcado en un contexto social y una situación histórica determinada (Alonso, 2004). Los *habitus* lingüísticos son elementos de anclaje de la reproducción sociocultural; y los discursos, las estrategias de los actores para moverse en el campo sacando el mayor beneficio simbólico posible (Bourdieu, 1981).

⁵⁸Todos los esfuerzos para hallar el principio de la eficacia simbólica de las diferentes formas de argumentación, retórica y estilística en su lógica propiamente lingüística, están siempre condenadas al fracaso mientras no establezcan la relación entre las propiedades del discurso, las propiedades de quien las pronuncia y las propiedades de la institución que autoriza a pronunciarlos.

⁵⁹ El *habitus* es la historia hecha cuerpo, y en este sentido, Bourdieu (2007, p. 88-89) lo define como “sistemas de disposiciones durables y transferibles, estructuras estructuradas predispuesta a funcionar como estructuras estructurantes, es decir como principios generadores y organizadores de prácticas y de representaciones que pueden estar objetivamente adaptadas a fin sin suponer la búsqueda consciente de fines ni el dominio expreso de las operaciones necesarias para alcanzarlos, objetivamente ‘regladas’ y ‘regulares’ sin ser en nada el producto de obediencia a reglas, siendo todo esto, colectivamente orquestadas sin ser el producto de la acción organizadora de un director de orquesta”.

⁶⁰Según Bourdieu, el valor real del discurso sólo depende de la relación de fuerzas que se establece efectivamente entre las competencias lingüísticas de los locutores entendidos no sólo como capacidad de producción, sino también como capacidad de apropiación de los capitales simbólicos que circunscriben el campo en el que se realiza la interacción comunicativa.

Mediante este concepto, es posible visualizar cómo se articula y ejerce el poder simbólico a través de la producción y circulación de discursos. Operaciones que se producen dentro de un mercado en el que el valor y prestigio que puede traducir una formación discursiva se construyen en las interacciones que crean las acciones y decisiones de los grupos de poder establecido en un campo social (Alonso, 2004). La actitud de Nelly, dotada de una cierta campechanía, pone de manifiesto la naturalidad y seguridad de quien tiene un *conocimiento natural*, por lo cual puede prescindir de las fuentes reconocidas como legítimas por ella misma: *a mí, te digo sinceramente, el médico nunca me dijo: mire, cuídese en las comidas. Nunca me lo dijo*. Más adelante agrega respecto de revistas que lee para informarse sobre el tema, relativizando a quienes cita como fuente de autoridad:

Y, un poco les llevás el apunte, porque los que escriben esas cosas me imagino que saben más que uno.

Tornar las recomendaciones médicas prescindibles y relativizar la autoridad de las informaciones especializadas en el medio de comunicación que Nelly reconoce consultar, configuran estrategias discursivas que contribuyen a construir su posición desde la seguridad de quien *sabe comer*, y posee la calificación necesaria para ello, cuando las condiciones en que se desarrollan las prácticas alimentarias no se ajustan a lo que las recomendaciones nutricionales respecto de la inocuidad de la comida, aconsejarían.

Mientras me cuenta que si no fuera porque habíamos acordado la entrevista hubieran ido con su nieta a comer a *los chinos*⁶¹, invitación que esta

⁶¹ En esta expresión Nelly da cuenta de la construcción de *un otro cultural* desde el cual se piensa a sí misma. Al agregar más adelante: *A ver si todavía dice cabrito y es un gato o un perro. Estos chinos son medio raros*, despliega una forma discursiva que señala el establecimiento de la diferencia y la desmarcación respecto de una cultura diferente a través de prácticas socioculturales. La alusión a la comida y restaurantes chinos que Nelly introduce, constituye una muestra de cómo las prácticas alimentarias asociadas a otros aspectos de la cultura pueden ser pensadas, según afirma Douglas, como expresiones de las relaciones que los individuos mantienen con la sociedad o las que establecen diferentes grupos entre sí. El sentido de lo *raro* pone de manifiesto relaciones simbólicas expresadas en unas narrativas, donde unos alimentos como la carne de perro o gato, excluidos del ámbito alimentario para nosotros, operan como un rasgo de distanciamiento, puesto que implica llevar a cabo una práctica fundamentalmente rechazada. Es el caso de la proliferación de discursos circulantes acerca de restaurantes típicos (no sólo de origen chino o asiático) a los que se les adscribe la falta de higiene, elaboración de platos exóticos con animales tabuados para nuestra cultura, y muchas veces el engaño a través del ofrecimiento de determinada comida, tratándose en verdad de otra de menor calidad (Bialogorski, 1998).

última cuestiona por considerarla poco confiable, Nelly expresa con actitud de quien sabe lo que está diciendo:

Mirá, le digo [a su nieta en relación a comer en restaurantes de tipo tenedor libre], yo he ido con mis amigas. Nosotras a veces vamos, festejamos cumpleaños con las chicas y... No hay que tentarse con todo lo que estás viendo. Andate a lo seguro (...) Entonces, ¡vos te tenés que fijar! Tomate unos recaudos, no tentarte con... Buscate una bochita de helado, alguna frutita... No comas todas esas cosas con crema. ¡Hay que saber comer también! Nosotras vamos y vos las vieras a mis amigas... ¡Ah! Se van, se sirven, se levantan y vuelven y ‘¿vos no comés nada?’.
¡Y yo me muero de verlas que van y comen todo!

Los lugares donde concurría en el pasado, y que relata con nostalgia, han debido ser reemplazados por otros de menor confiabilidad respecto de la calidad, pero más accesibles económicamente. En consecuencia, para poder sostener ciertas prácticas, se ve obligada a discernir entre los alimentos más seguros y otros menos seguros, lo que requiere de cierta calificación: *saber comer*, a fin de poder distinguir aquello que ofrece potencialmente menos peligros. Para ello no recurre al conocimiento del saber experto, sino al control de la voracidad y a la habilidad para racionalizar sus actos frente a la abundancia de alimentos.

Nelly construye su posición a partir del reconocimiento de unas destrezas que puede validar y valorar en la praxis, cuyo sentido es compatibilizar apreciaciones morales con otras de pertinencia sociocultural y económica (Heller, 1997; Bastidas Acevedo et al., 2009). La lógica discursiva del relato está orientada por una actitud de censura hacia la voracidad y de alta valoración de la capacidad de medida para poder distinguir *lo seguro*.

La autoadscripción narrativa a unas determinadas prácticas constituye un acto de distinción. Éstas no funcionan como signos aislados, sino que constituyen uno de “los subespacios simbólicos que integran el conjunto de preferencias distintivas denominado estilo de vida” (Bourdieu, 1988, p. 173). Así, cada dimensión del estilo de vida simboliza la visión de mundo de los sujetos, y lo hace siempre con los otros.

En su presentación, apela a la narración de prácticas e interpretaciones que permiten aprehender los modos en los que adscribe y comunica su modo de pertenencia a un determinado estilo de vida y, por consiguiente, a un cierto estatus social⁶²:

Íbamos a cenar a lugares lindos... [en] ¡Carlos Paz no quedó títere con cabeza! Hasta en el casino hemos cenado, pero en el restaurant. En el restaurant del casino, que era carísimo ahí, comí pato a la naranja, que era exquisito, que me encantó... Esas comidas raras, sofisticadas, de chef, las hacían ahí [cuenta recordando salidas que realizaban de jóvenes con su esposo]

No obstante lo anterior, el principio de eficacia simbólica desde la retórica y la argumentación acerca del *saber comer* puede ser renegociado en pos del sostenimiento de ciertas prácticas que incluyen a ese otro poco confiable en su universo cotidiano:

Me imagino lo que serán los restaurants. Ahora me he vuelto más esquifa yo... Pero digo: bueno, hay que cerrar los ojos y bue, de vez en cuando llenarte de bichitos (risas). ¡Llenarte de bichitos!

En esta observación Nelly ironiza respecto de los potenciales riesgos microbiológicos del consumo de alimentos en determinados lugares. Así, renuncia a la asepsia en pos del encuentro con los afectos y el mantenimiento de ciertas costumbres a fin de apropiarse de situaciones nuevas, y de su ambigüedad.

Más tarde me cuenta:

No porque ahora viste que quieren... Están exigiendo que en los restaurants diga las calorías que tienen al lado de cada comida. Pero escuchame: ¡van a poner lo que a ellos se les antoja! Porque para poder saber las calorías que tiene el plato que te están presentando tiene que ir una nutricionista a estar metida en la

⁶²Aguirre (2006) ha estudiado las tendencias alimentarias del sector medio empobrecido encontrando que pese a haber sufrido un descenso en los ingresos, conservan sus ideales de pertenencia al sector, que se manifiesta mediante el apego al tipo de comida y las representaciones que lo sustentan. Las comidas exóticas, tales como las que menciona Nelly, constituyen un ejemplo de adhesión a ese ideal.

cocina. Este tiene tantas calorías, este tiene tantas otras... Si no, no lo pueden hacer... Pienso... Y si tienen que poner una nutricionista para que diga las calorías que son y aparte tienen que poner una carta con los detalles y todo, ¡eso va a encarecer! Sobre que no se puede.... Que lo que sale hoy en día para ir a comer afuera... [risas en tono de confesión]. Está muy caro...

Nelly ostenta el *saber comer* como modo de distinción, a la vez que se filtra su capacidad de recrear y negociar sentidos vinculados a lo cotidiano. El saber experto pierde autoridad ante circunstancias cuyo sentido requiere de la reconstrucción del orden social y económico establecido. En el relato de Nelly, sus apreciaciones y opiniones no aparecen como resignación, sino como la posibilidad de mofarse del saber legítimo que advierte acerca de las propiedades y seguridad de los alimentos. En este sentido De Certeau (2006)⁶³ me ayuda a comprender cómo lo cotidiano consiste en unas “artes” que posibilitan apropiarse de los enunciados poniendo en juego dinámicas concretas e instantáneas, recreando e inventando los modos en que se lleva a cabo reproducción social.

Cabe recordar una vez más que el acto de comer -y de *hablar* y representar la comida- no se trata de un mero hecho instrumental, sino de un acto humano expresivo constituido por un complejo de símbolos que trasmite información significativa para otros y que es parte de procesos de producción de sentido. El relato de Nelly resulta sumamente rico porque permite observar cómo en la producción de apariencias e impresiones de verosimilitud se construyen sentidos y valores tanto desde la propia experiencia de vida como a partir de la mirada dirigida a otros.

El discurso sobre *lo alimentario* como cuestión de Estado, legitimado por los representantes del conocimiento experto en salud y nutrición, la industria alimentaria y la publicidad posee un valor general establecido en función de la capacidad de intervenir socialmente de manera efectiva en el mercado lingüístico. No obstante, la performatividad de los actos de habla puede comprenderse si se

⁶³Este autor se pronuncia contra el concepto de *práctica* en Bourdieu, en tanto lo considera como dotado de pasividad, en el marco de la rigidez del *habitus*. Así, éstos resultan siempre reproductivos, calculadores y estratégicos. En contraposición, recupera la producción activa, creatividad y manipulación de significados de los sujetos sociales, tal como lo vengo utilizando en esta investigación.

toma en cuenta el valor particular de los enunciados, esto es la habilidad de los sujetos para convencer a los potenciales receptores de la legitimidad y autoridad de tal discurso. El *comer sano* que motiva el diálogo con Nelly, no la interpela de manera directa desde la cultura letrada, o el conocimiento culto, sino como mujer *naturalmente delgada e inapetente* -o bien como no-voraz y no-gorda- como expresiones de un *estilo de vida*. Se apropia así, de la apropiación colectiva, imponiendo las normas de percepción del propio cuerpo y del legítimo.

Nelly reelabora simbólicamente la propuesta de la ciencia nutricional, no mediante el esfuerzo por adherir a sus tecnicismos y especificaciones, sino que recrea su máscara social y se legitima a sí misma a través de la indiferencia a la mirada objetivante de los otros, demostrando por momentos un poder concreto y cotidiano para redefinir desde la experiencia los límites que le impone el orden instituido.

La imperfección social de los gordos

Las prácticas alimentarias que promueve el saber nutricional especializado, junto a otras prácticas destinadas a producir transformaciones corporales como la actividad física y las cirugías estéticas típicas de la cultura occidental actual, juegan un papel fundamental como estrategias en que el cuerpo se vuelve “presentable o representable” (*Bourdieu, 1986, p. 183*). El cuerpo como producto social que varía de acuerdo a factores tales como las condiciones laborales y los hábitos de consumo de los sujetos constituye un lenguaje “más hablado que hablante”, que delata los aspectos “más ocultos y a la vez lo más verdaderos” revelando aquello menos conscientemente controlado y controlable (*Bourdieu, 1986, p. 185*). De allí, que los sujetos que más se alejan del cuerpo legítimamente establecido como representación dominante se sientan incómodos con su estructura corporal, y sean a la vez considerados imperfectos socialmente (*Fischler, 1995*).

En las conversaciones entabladas durante el trabajo de campo, hablar sobre *comer sano* trajo a colación de modo insoslayable la temática de la gordura, el sobrepeso y los *gordos*. Estas denominaciones, que aluden a unas determinadas

formas en que se presenta el cuerpo, constituyen formas clasificatorias significativas que permiten establecer ciertos paralelismos entre unas características que definen la condición de *ser* o *estar* gordo y unas propiedades morales que subyacen a la práctica racional de la alimentación. La gordura como atributo sobre el cual se construyen pertenencias y legitimidades, donde las narrativas sobre el cuerpo se constituyen en un lugar donde pueden ser leídas tensiones sociales, y donde la moderación y el autocontrol se vuelven referencias fundamentales como forma de la mirada sobre sí mismos y sobre los otros.

Juan, Cecilia y Nelly viven diferentes situaciones familiares, poseen diferencias etarias y de género, sin embargo sus relatos presentan un elemento común: la alusión al programa Cuestión de Peso ya sea porque son ellos mismos televidentes o, como en el caso de Cecilia, a través de un familiar cercano. El programa televisivo los provee de material simbólico, al cual interpretan y dan sentido al hablar de la alimentación y la salud. Dicha actividad interpretativa aparece como elemento significativo que me permite identificar los supuestos y expectativas personales de los entrevistados, a la vez que da cuenta del carácter social e histórico más amplio que los atraviesa como miembros de un determinado grupo que posee ciertas características en común.

La alusión a un producto mediático como el que se presenta aquí, vuelve necesaria la puesta en consideración de su interpretación como un proceso que requiere de la contribución activa por parte del intérprete, es decir que las maneras en que se comprende un mensaje pueden variar entre individuos, grupos y contextos. Y en segundo lugar, el sentido de un mensaje como algo que no es estático, sino que se verá transformado en el proceso mismo de recepción, interpretación y reinterpretación (*Thompson, 1998*). Las opiniones y percepciones expresadas a través el diálogo sobre Cuestión de Peso me permiten visualizar cómo los sujetos actualizan matrices culturales, expresándose desde un cuerpo socialmente construido a través de acuerdos y renegociaciones cotidianos de sentidos sobre la comida, el cuerpo y la salud.

Cuestión de Peso es un ciclo televisivo que se viene emitiendo desde el año 2007, por canal 13, que responde al formato de *reality show*. En el mismo, se presenta la vida *real* actual de un determinado número de participantes del

público, que se prestan a fin de lograr el descenso de peso corporal, tratamiento que es costado por la producción del programa. Dicho programa se denomina a sí mismo como “un ciclo de ayuda a las personas con sobrepeso para mejorar su calidad de vida”. La conductora del programa se encuentra acompañada por un panel de especialistas encabezado por Alberto Cormillot, reconocido y mediático médico especialista en nutrición. En el transcurso de las emisiones televisivas, los participantes toman parte en diferentes instancias conformadas por medidas terapéuticas, principalmente educativas, destinadas a promover la adopción de comportamientos alimentarios y de actividad física para el descenso de peso⁶⁴. El formato se estructura sobre la competencia semanal entre los participantes, quienes tienen el desafío de llegar al peso saludable mediante el cumplimiento de un plan alimentario y actividad física -algunos además serán intervenidos quirúrgicamente para lograr tal objetivo-. Serán eliminados del juego quienes el día lunes no hayan logrado mantener el mismo peso del viernes anterior.

Durante las emisiones del programa, los participantes son pesados frente a la cámara, junto a la presentación de videos que muestran el seguimiento de las actividades diarias que realizan, sumado a investigaciones periodísticas sobre la obesidad o comentarios en el piso del estudio con la intervención de los participantes y los especialistas. A modo de síntesis, podría decirse que el relato del programa se organiza alrededor de la comunidad terapéutica de sujetos que están por fuera del cuerpo legitimado socialmente (*Giordanengo, 2007*).

Asimismo, el discurso de Cuestión de Peso, según Centocchi (2011) retomando el concepto de Carlón⁶⁵, constituye un “discurso intermediario” (*p. 130*), puesto que se encarga de difundir los saberes de la ciencia sobre

⁶⁴ Para mayor información puede consultarse: <http://www.eltrecetv.com.ar/cuestion-de-peso-2011>

⁶⁵ Mario Carlón (1994) establece cuáles constituyen diferencias entre el discurso científico y el discurso informativo, por cuanto: “El conocimiento científico sería entonces conocimiento **marcado**, verificado, demostrado como de un alto valor de verdad respecto de sus referentes, en tanto la información (en su plano pre-científico y también en su circulación llana) se presenta como **no marcada**, no científica y con un valor de verdad más débil o menor. Así, puede entenderse que la información constituya un paso previo a la producción de conocimiento científico. Y, que entre el discurso científico y el conocimiento social existan, prácticamente en todos los campos del saber, discursos intermediarios: la crítica artística (para el discurso artístico propiamente dicho y el de la investigación académica); la divulgación científica (para las ciencias “duras” o exactas), etc.” (*p. 22*). En esta intersección de discursos, la producción científica constituye una instancia superior de referencia y de allí el carácter conflictivo atribuido a este cruce discursivo.

alimentación al resto de la sociedad. Operación que se lleva a cabo mediante el procesamiento de las novedades técnicas, a través del discurso informativo, para que puedan ser entendidas por un enunciatario poseedor de una instrucción común (Verón, 1992). Este tipo de discursos, cobran hoy una presencia importante debida al rol protagónico estructurante de los medios de comunicación en las sociedades actuales.

El consumo de un determinado producto mediático, en este caso televisivo, implica la activación de competencias simbólicas y comunicativas ligadas a competencias culturales derivadas de otras prácticas, de la propia biografía personal, de la pertenencia a un sector social determinado, y de la posición ocupada en el sistema productivo. Las conversaciones con los entrevistados me permitieron apreciar cómo este producto mediático interviene en la construcción de sentidos acerca de la comida y el cuerpo, a partir de los cuales se ponen de manifiesto modos de distinción simbólica, formas de pertenencia y se construyen con otros, subjetividades.

1. La obesidad latente: Y cuando me quiero cuidar es cuando me pongo más ansioso

Juan Manuel tiene veintidós años, vive con su esposo investigador y docente universitario en el Barrio de San Vicente, y está terminando los estudios en un secundario para adultos. Se encarga él mismo de comprar y preparar los alimentos para ambos. Le gusta aprender nuevas recetas y para ello utiliza principalmente Internet, donde consulta en el buscador Google las preparaciones que le interesan, relatando que la *inteligencia colectiva* de Taringa⁶⁶ es de gran valor para estas cuestiones. Mientras conversamos sobre su opinión en relación al tema de la salud en los medios de comunicación expresa:

A ver, programas de salud, no hay. Hay, simplemente, Cuestión de Peso. Me parece que es una forma de reírse de los gordos. Porque es muy burlesco eso... (...) Me gusta mirarlo, a veces me gusta mirarlo... Sí. Esteee... Me parece bien

⁶⁶Taringa! es una comunidad virtual donde los usuarios comparten todo tipo de información a través de un sistema colaborativo de interacción. www.taringa.net

las dietas y ese tipo de cosas, pero las cosas que les hacen a ellos es lo que les hacen. Les hacen... cosas... No sé, cosas que... no sé, me molestan.

Juan, además de reconocerse como televidente e internauta, ha trabajado en radio durante algún tiempo. No obstante su contacto frecuente con diferentes medios de comunicación, reconoce a Cuestión de Peso como único *programa de salud*. La apropiación selectiva que expresa parece sostenerse en la *ayuda* que presta a quienes no adoptan las prácticas alimentarias consideradas como saludables, a la vez que en el disgusto manifiesto en relación al tratamiento que se les da a los participantes del programa en su condición de *gordos*. Agrega luego:

Pero el tema de las dietas que muestran, las comidas con tantas calorías está bueno porque eso te ayuda un poco a... a tener en cuenta algunas cosas. La verdura que... Yo estoy con la verdur... ¿Cómo era? Comer un kilo, un kilo de verdura por día... Era un año más de vida, creo que era... (...) Este... Pero cosas que... que dan están buenas. Está bueno que tenga gente que mire y eso, para... por que no se incorpora

Para Thompson (1998), la recepción de productos mediáticos es un *proceso hermenéutico*. Para explicar este proceso, retoma a Gadamer⁶⁷(2004) expresando que los individuos, al recibir los productos mediáticos, ponen en marcha un proceso de interpretación por medio del cual dan sentido a esos productos que se vincula a la construcción de un proyecto simbólico mediante el cual el individuo construye su yo. En otras palabras, se trata del modo en que los individuos se cuentan quienes son y proyectan su futuro. Al tal fin, y de acuerdo a sus condiciones materiales y sociales, se apropian de los recursos simbólicos disponibles.

La imagen del *gordo* que Juan percibe a través de Cuestión de Peso encuentra puntos de ambigüedad, dando lugar a la coexistencia y superposición de sentidos: por una parte el hecho de *reírse de los gordos*, de hacer algo *burlesco*

⁶⁷Para Gadamer (2004), el lenguaje introduce a los seres socio-históricos en una determinada relación con el mundo que se expresa a través de él. El mundo no es el entorno o la realidad física, sino la apropiación que de él hace el lenguaje. Por ello el sentido de un texto siempre supera al autor individual, porque en él se expresa un mundo determinado, un acontecer histórico que se resume en el lenguaje, una lógica de pensamiento y una formación cultural.

como un modo de ridiculización a partir de las intervenciones terapéuticas que implementan en el programa⁶⁸, y por otra, la aceptación de los lineamientos y premisas en relación a la alimentación propuestos, para evitar caer en tal situación de descrédito. Las recomendaciones y máximas que el programa proclama son valoradas positivamente, y expresa la intención de incorporarlas a sus prácticas cotidianas como recurso para no acceder a la condición de *gordo*. Juan dimensiona, además, la importancia de que éstas estén disponibles para un amplio número de personas (*que haya gente que lo mire*).

En el caso de Juan Manuel, su relato posibilita visualizar cómo la exhibición del sufrimiento más íntimo de *los gordos*, y los modos en que éstos aparecen sometidos a ciertas prácticas correctivas por parte de quienes poseen el conocimiento experto, no siempre es aceptada como un hecho natural, pues también puede ser puesta en cuestión en tanto motivan sentimientos de incomodidad. No obstante, aunque la modalidad adoptada le resuene a burla debido a la exhibición de la intimidad de las personas y la reprobación hacia sus comportamientos, también le devuelve la imagen de las formas y pesos que rechaza y a los que teme. Las *dietas* se vuelven un recurso valorado que permite transformar los cuerpos de los *gordos* para salir de tal posición, o bien para evitar ser parte de dicho grupo.

Los mensajes mediáticos no son recibidos en forma aislada, sino que muchas de las asunciones y expectativas empleadas en el proceso de interpretación poseen un amplio carácter social e histórico, que responden a un grupo que comparte orígenes sociales y similares trayectorias. Es decir que los mensajes son interpretados y asimilados a la luz de ciertas estructuras que los individuos han adquirido por medio a de un proceso gradual de inculcación (*Thompson, 1998*). Así, el discurso médico nutricional a favor de los alimentos y cuerpos sanos y el anhelo de la delgadez se relacionan de manera compleja, pues pareciera que este ha sido notablemente interiorizado permeando comportamientos individuales y colectivos. Según Fischler (*1995*) las sociedades

⁶⁸ Juan en su relato hace referencia, en su valoración, a ciertas estrategias correctivas que tienen que ver con expresiones de reprobación de los profesionales a cargo hacia quienes no logran cumplir con las pautas establecidas, así como de escenas donde se muestran los cuerpos de los participantes exhibiendo las consecuencias de la obesidad.

modernas se han vuelto “lipófobas” (p. 148) dado que es posible advertir un rechazo manifiesto hacia la acumulación de grasa corporal. En este sentido, si bien el programa se expresa en favor de la reivindicación de ciertos derechos de las personas con obesidad⁶⁹, la representación que construye del *gordo* a través de las escenas en su intimidad y de la exhibición de la gordura dan cuenta de tales ambigüedades, tal como es posible leerlo en las entrevistas.

Juan cuenta acerca de su relación con la comida:

Eh... Sí, cuando estoy ansioso como. Sí, sí, como y me siento tan mal cuando hago eso. Porque no... no es que me sienta lleno de suficiente, sino quizás de que no me entra más nada. No me entra más nada pero yo sigo teniendo hambre, sigo teniendo hambre. Con el tema de la ansiedad ya sea por... bueno, por las cosas (...) Eh, bueno y esto [haciendo alusión a que está por inscribirse en una carrera universitaria] me tiene muy nervioso también, ansioso también, este... También eh.... Y todo afecta en la comida, todo afecta en la comida (...) Pero este... Y cuando me quiero cuidar, es cuando me pongo más ansioso. Entonces es al vicio porque termino comiendo igual (...)

Cuando los sujetos interpretan las formas simbólicas, las incorporan en el marco de la comprensión de sí mismos y de los otros (Thompson, 1998). Dichas formas se vuelven vectores para reflejarse a sí mismos y a otros, dando lugar a procesos de reflexión sobre sí, sobre otros y sobre el mundo en que viven. Al conversar sobre Cuestión de Peso, la comida y los gordos, puede verse la angustia de Juan frente a un problema de regulación donde libra una batalla con el impulso incontrolable⁷⁰ de seguir comiendo hasta completarse, hasta que *no entre más nada*. El sentido que Juan da a la comida es el de corolario de otras angustias e incertidumbres, las cuales son en última instancia, las que reprimen o desatan acciones que conducen a cuidar o desoír su cuerpo y que se convierte en obstáculo

⁶⁹Un ejemplo es el impulso que se le ha dado desde el programa a la promulgación de la ley 26.396/08, a la vez que reivindica constantemente la necesidad de educación nutricional, regulación de la publicidad de alimentos, generar políticas de precios para que la gente consuma alimentos saludables.

⁷⁰Puede entenderse esta angustia como miedo a la transgresión cuando los pensamientos y actividades de las personas no están a la altura de las expectativas de carácter normativo que Giddens (1987) denomina “culpa” (p. 87).

para cuidar de sí. Se siente gordo (*El problema es que estoy gordo, porque ahora me doy muchísimos gustos que antes no me daba*) y cómo ha tenido dificultades para organizar sus rutinas diarias y también para salir a la calle y cumplir con demandas cotidianas como ir al odontólogo o hacer las compras. A estos desórdenes se refiere cuando expresa su situación de *ansiedad*, a lo que se suma la aparición de síntomas propios de las fobias, como el no poder salir a la calle si no es acompañado de su esposo.

La experiencia alimentaria de Juan nos habla del cuerpo como vehículo para el acercamiento a otros que da cuenta de formas de ser y estar en el mundo donde la construcción de un cuerpo legitimado socialmente se constituye en proyecto. En este proyecto incluye nuevas elecciones alimentarias, a partir de su matrimonio, determinadas por una mayor libertad económica (*me doy muchísimos gustos*), paralelamente al alejamiento de las prácticas alimentarias familiares⁷¹ y la necesidad de manejar la incertidumbre frente a nuevas iniciativas laborales y profesionales. Para enfrentar estas transformaciones Juan da a la comida el significado de una lucha que debe decidirse a iniciar. Batalla que planea librar bravamente en el campo de la *dieta*, en un escenario social compartido en el cual aún no logra afirmarse.

No este... Pero es cuestión de que me ponga las pilas. Eso. Soy muy bravo para ponerme las pilas en algo. Y en la dieta, si quiero bajar de peso yo...

Querer bajar de peso, ponerse las pilas habla de comportamientos del orden de lo individual, donde nuevamente la responsabilidad por convertirse en alguien “incapaz” o carente de voluntad recae en el sujeto.

Entre los autores que analizan la complejidad de las sociedades actuales, hay quienes postulan que el individuo ya no tiene que representar a un grupo o medio, sino que su singularidad surge solamente de él⁷². En tal sentido, Vigarello

⁷¹Juan relata cómo aunque su madre es muy buena cocinera él no logra entender sus recetas cuando ella las trasmite oralmente. Y a la vez expresa cómo algunas preparaciones no eran accesibles cuando él vivía con su familia: *También puede ser por un tema económico. En mi cuando yo vivía allá éramos siete, así que no estaba para hacer unas empanadas.*

⁷²Lipovestsky analiza al individuo contemporáneo en el marco de la sociedad de consumo donde se produce una diversificación incomparable de los modos de vida. Las sociedades democráticas avanzadas encuentran su inteligibilidad a la luz de una nueva lógica que podría denominarse proceso de personalización (Wortman, 2003; p. 85).

(2011) plantea que el aspecto, las siluetas y el cuidado de sí señalan cada vez menos las pertenencias y orígenes sociales, sino que por el contrario, traducen cada vez más la personalidad y la particularidad⁷³. El relato de Juan revela la sensación de anomia, desenfreno y frustración como vivenciadas individualmente, no obstante los significados que regulan la vida de los grupos son seleccionados y fijados gracias a acuerdos colectivos⁷⁴ (García Canclini, 1995). Las informaciones que circulan sobre la alimentación y la salud están dotadas de funciones en la comunicación con los otros, constituyen recursos para pensar el propio cuerpo, el orden social y la incertidumbre en las interacciones con los demás. En tal sentido, en los intercambios simbólicos los sujetos proyectan sus subjetividades y visiones del mundo, construyen un otro, con el cual interactúan a partir de códigos compartidos, no exentos sin embargo, de fracturas y heterogeneidades.

2. *Veo el sufrimiento de esos pobres gordos*

En cada sujeto se materializa la propia biografía familiar, la organización social y el saber acumulado del grupo en que se inscribe, es decir de los modos en que ocurre la reproducción social en el ámbito de la vida cotidiana. En este sentido, si bien intento leer en los relatos, cómo la realidad es construida conjuntamente con otros por medio de intercambios simbólicos, también resulta relevante reconocer que existe un macrocontexto que permea, a través de diferentes medios, dicha cotidianidad. Los discursos sobre la alimentación y la salud, en este caso vehiculizados a partir de la apropiación⁷⁵ que los entrevistados hacen de determinados contenidos del programa televisivo Cuestión de Peso,

⁷³Fischler (1995) sostiene que “advenimiento triunfal del individualismo” donde el testimonio del cuerpo no representa tanto el poder social, como el control narcisista de las pulsiones, apetitos y debilidades en la búsqueda –casi siempre inalcanzable– de la delgadez. El autor denomina esta condición como forma moderna de la santidad, en tanto objeto a alcanzar especialmente por las capas sociales superiores, donde el comilón y el gordo se convierten en la imagen lamentable de quien es incapaz de transformar su situación.

⁷⁴ Esta afirmación se apoya en la definición de *ritual* que proponen Douglas y Isherwood (1990), por cuanto estos sirven para “contener el curso de los significados” y hacer explícitas las definiciones públicas de los que el consenso general juzga valioso (p.80).

⁷⁵En el sentido que le da Thompson como proceso de comprensión y autocomprensión. Apropiarse consiste en asimilar el mensaje e incorporarlo a la propia vida, un proceso que algunas veces tiene lugar sin esfuerzo, y otras supone un esfuerzo consciente.

operan como dispositivos para el encausamiento de conductas, mediante mecanismos dualistas de control: lo normal y lo otro (*Foucault, 1996*), los cuales se sustentan en una visión funcionalista de la vida y de los cuerpos. Este control del propio cuerpo, apropiado como autocontrol, a partir de la producción y penetración de discursos sobre la salud predominantes en nuestra sociedad, irrumpe en los modos en que es construida socialmente la realidad, dando lugar a posicionamientos y juicios legitimadores de prácticas y representaciones en relación al cuerpo, la comida y la salud.

Este marco sirve para comprender el relato de Nelly, cuyo discurso se enfoca en distanciarse y construir a aquellos cuya avidez por la comida los convierte en incapaces de control de sí mismos. Ella misma es televidente de cuestión de Peso, y en sus apreciaciones sobre el programa puede encontrarse el correlato de esta preocupación a partir del significado que otorga al ser gordo:

Ahora estoy enganchada con Cormillot. Me dice [su nieta]: ‘¿Cómo ves esa de los gordos!’ ... (...) Pienso que tiene [Cormillot] una conducta... muy, muy para seguir... Y que está beneficiando a la gente en ese sentido. Yo por supuesto que lo de los gordos, todo eso... [como si hubiera alguna objeción en ello] Pero realmente ves cómo los aconseja, qué es lo que tienen que comer, qué es lo que se tienen que privar o que gustos se pueden permitir (...) Veo el sufrimiento de esos pobres gordos. Chicos gordos, jóvenes, llenos de vida, que se les achica la vida una barbaridad. Tienen tanto peso así... Cómo los tratan de encaminar, de aconsejar. El Cormillot es muy... muy... Me encanta porque dice las cosas de tan buen modo eh... Cuál es la comida que no conviene ¿si no te vas a morir de hambre! Es todo tener un poquito de conducta, manejar un poquito de acá también [señala la cabeza].

Nuevamente las orientaciones de los expertos, en este caso acompañados de una actitud condescendiente, aparecen en el orden de lo moral, con la responsabilidad que su saber les confiere, de contribuir en la salida del obeso de esa situación que la falta de autocontrol y autodominio no han logrado resolver. La construcción del sentido acerca de la gordura y su relación con la voracidad

colocan las prácticas alimentarias como baremo de la capacidad de los sujetos de cumplir con eficacia los roles sociales a partir del manejo del propio cuerpo⁷⁶.

Hay un elemento común que aparece en los diálogos con Juan y Nelly, que es la distinción establecida entre la condición permanente de *ser* gordo de los otros, aquellos que son objeto del descontrol y del descrédito, y el *estar* gordo como condición modificable y transitoria. Me dice Nelly:

Seguí pesando 48 kilos hasta tener cerca de 40 años más o menos, y después ya empecé a engordar... ya engordé y tomé le cuerpo de una persona mayor ¡y ahora no lo puedo bajar ni a palos! (risas)

Si bien reconoce una gran dificultad para recuperar su silueta de la juventud, tal como he venido presentando su relato, continúa desplegando estrategias que le permitan enmarcar su cuerpo en los cánones estéticos vigentes en el contexto general de su relato.

De igual manera, Juan narra su lucha para modificar su cuerpo. Estas narrativas acerca del propio cuerpo dan cuenta de modos en que van configurándose a sí mismos, y que pueden ser comprendidos en el marco de lo que Giddens denomina el proyecto reflexivo de la modernidad:

“El yo se convierte en un proyecto reflexivo y, gradualmente, el cuerpo también. Los individuos no pueden conformarse con una identidad que se les entrega... En gran parte, una persona tiene que descubrir, construir y mantener activamente su identidad. Igual que ocurre con el yo, el cuerpo ya no se acepta como “destino”, como ocurre con el equipaje físico que acompaña a la identidad. [...] Decidir qué se come es también decidir “cómo se es” respecto al cuerpo... Y si la obesidad es el desborde incontrolado de esta imposición de decidir, la anorexia es su inflexible disciplina de hierro. En definitiva, una reacción defensiva a los efectos de la incertidumbre fabricada en la vida diaria (Giddens, 2000; p. 88- 89).

⁷⁶Cabe resaltar que nuevamente puede leerse aquí la noción de responsabilidad personal (Castiel y Álvarez Dardet, 2007; Vigarelo, 2011) mencionada en el capítulo anterior, predominante en numerosos discursos sobre la salud, de claro acento individualista y moralista característico de las sociedades post-modernas. En el caso de Cuestión de Peso, el discurso de la salud no sólo se expresa a través del panel estable de profesionales de la salud del programa (médicos, nutricionista, psicóloga y entrenador físico) sino que también eventualmente son invitados representantes de la comunidad académica, con lo que su legitimidad se ve acrecentada.

Juan y Nelly, al hacer referencia a los gordos, se posicionan -si no del lado de los flacos- al menos de los *engordados* como condición que los aparta del destino *manchado* de los que no tienen el control de sus vidas y son la burla de la sociedad, puesto que aquella es en cierto sentido modificable. Allí, puede leerse cómo las categorías que se ponen en juego para tal valoración son construidas a partir de vivencias personales, de trayectorias familiares, de sentidos de pertenencia en el grupo en que se inscriben, los cuales abarcan las relaciones con otros, el conjunto de normas y procesos de intercambio a nivel cultural, político y económico.

3. Transformar el cuerpo: *La única solución que tuvo fue la operación.*

Cecilia vive con su hijo de ocho meses en Barrio Pueyrredón, tiene 32 años y trabaja en un equipo de atención a niños con discapacidad que ella coordina como técnica psicopedagoga. Se encarga de la preparación de la comida para ella y su hijo. Nunca ha tenido problemas con su peso corporal y demuestra poco interés por las cuestiones de alimentación y nutrición, excepto cuando se trata de su hijo que es el principal determinante al momento de decidir la comida. Durante toda la conversación circunscribirá el interés por la nutrición a las recomendaciones de la pediatra del niño, y tomará cierta distancia de las prescripciones dietéticas para sí misma, aclarando que adhiere a ellas si no interfieren con sus propias preferencias. Es en este marco donde introduce el tema de la gordura, relatando que su hermana *era obesa* y fue operada hace unos meses cuando le hicieron una manga gástrica⁷⁷, con la cual le ha ido *muy bien*.

El sentido que Cecilia da a la obesidad aparece mediado por la experiencia de su hermana, pues es a través de ella que lo hace presente. La gordura adquiere una connotación moral en tanto se vincula a la incapacidad de cuidar de sí, de preocuparse por sí misma y los que la rodean. La vida de su hermana en función de su obesidad aparece asociada a la postración y a la imposibilidad de la acción, incluso a la indolencia⁷⁸.

⁷⁷La *manga gástrica*, como su nombre mismo lo indica, consiste en darle al estómago la forma de una manga o tubo, y al mismo tiempo disminuir su tamaño en aproximadamente un 85 a 70%.

⁷⁸Vigarello (2011) describe e historiza cómo es construida socialmente esta imagen del “gordo” en la Francia de la Europa moderna pasando a convertirse en un modelo de abandono y grosería.

Cecilia reconstruye la historia de la obesidad de su hermana, explicando y explicándose el inicio de esta condición. Durante su reflexión atribuye la obesidad a una experiencia temprana ocurrida durante la infancia. No obstante, la idea socialmente compartida que entre la comida y las emociones existe un nexo también extensible a quienes no son obesos -homologable a ella misma-, parece operar como un modo de aceptación del comportamiento voraz de su hermana:

Era salir y no comprar un sándwich de miga, era comprar cuatro. Dos para cada una, cuando ella se terminaba comiendo tres (...) Su problema comenzó en la primaria, que había una chica amiga de ella, grande, que a un primo nuestro le gustaba. Entonces mi primo para que le haga gancho con esa chica, iba y le abrió una cuenta libre en el quiosco. Entonces fue ahí cuando ella comenzó a comer demás. De ahí viene el hábito de ella. De comer a escondidas. Y bueno, lo que le pasó a ella y después... creo que a muchas personas es el tema de lo emocional. Yo también te digo, cuando estoy mal por algo es ir a Mc Donald's.

Desviarse del camino de la moderación que propugnaba el ámbito familiar, vehiculizado en el ejemplo materno, aparece como agravante en el avance hacia la obesidad de la hermana. Para Cecilia, apartarse de este referente de significado que constituye la madre⁷⁹ ha sido uno de los modos en que la avidez por la comida se impuso en la vida de su hermana, profundizándose con la llegada del matrimonio, a riesgo de arrastrar con ella, incluso a los propios hijos:

Bueno, ella en mi casa... Sí, no, no se alimentaba bien. Era cantidad, todo en cantidad. Cuando cocinaba ella era cuando más se comía. A lo mejor mi mamá era más de... servir el plato y ya está. Y mi hermana era de ir, hacer las compras... Y después ella, se empeoró cuando se casó, con el marido... y hacerle para el marido... y comida. Ya ahora recién ella ha tomado conciencia de eso y los está cuidando a los chicos. El más grande... tiene tres nenes... el más grande iba camino a lo mismo.

⁷⁹Durante la entrevista, Cecilia establece como referente de alimentación balanceada y sabrosa, aquella que les proporcionaba –y en cierta medida aun lo hace– su madre.

El grupo familiar es un lugar de resguardo, que se distingue de otros espacios donde estos valores no son ejercidos con idoneidad. Para Cecilia, las posibilidades de rehabilitación de su hermana no dependieron de unos ciertos conocimientos especializados y recomendaciones dietéticas que la ayudaran a mejorar sus prácticas alimentarias. Cuando se produjo la sustracción a la norma de la anterior mirada materna y la vinculación y convivencia más íntima -la contención del propio hogar- se vio impedida la sujeción de los excesos alimentarios, se volvió necesaria la corrección mecánica del cuerpo, cuya maleabilidad es aceptada naturalmente como vía para la transformación:

*(...) Que los vayan ayudando. Mi hermana, de la familia... de nuestra familia sí
 (...) Pero después mi hermana cuando se casó, el marido comía el triple de ella.
 Así que no había como un apoyo. La única solución que tuvo ella fue la
 operación.*

Cuestión de Peso, como lo entiende Cecilia, es percibido como dispositivo capaz de mostrar la falla y la debilidad con la que su hermana se identifica⁸⁰ operando quizás como contribución en la transformación corporal de ésta, apartándola del abandono y el aislamiento:

[en relación al programa Cuestión de Peso] *Y, si les sirve a las personas que van y participan está bien. Mi hermana lo veía y se la pasaba llorando. Y ahora, actualmente, lo ve y sigue llorando. A lo mejor a ella eso la ayudó... a preocuparse por ella, porque más allá de la imagen era su salud. Todo el tiempo en la cama, no podía atender los chicos, no podía salir si no salía en taxi... No, no hacía otra actividad. Ahora ella va a tango, folclore, está dando catequesis, está haciendo un curso en el Montserrat, toma colectivos, sube al trole. ¡Siente frío! Porque antes no sentía frío, era invierno y ella no sentía frío... Claro, también a ella la ayudó el programa ese...*

⁸⁰Tabachnik (1995) explicita cómo a través de este formato, sujetos sufrientes acceden al orden de lo visible y se desarrollan rituales de testimonio donde “se ilumina la zona oscura de lo cotidiano para que sea narrada en primera persona la leyenda de los desolados, los tristes, los que están de duelo, los exiliados de la euforia, los que buscan consuelo, los extraviados” (p. 95).

A partir de las expresiones de los entrevistados acerca mencionado programa es posible visualizar que una interpretación significativa acerca de lo que allí se muestra es que es posible dejar de ser gordo y empezar a ser feliz. Entre el cuerpo legítimo, que expresa las características sociales dominantes, y el cuerpo *desviado* del gordo es donde Cuestión de Peso y toda su potencia operarían promoviendo la *toma de conciencia* y el deseo de transformarlo. La enfermedad del gordo ya no es una enfermedad privada, pues se ha convertido en un problema de salud pública. Pero además, la incomodidad y el sufrimiento del obeso también pasan a ser parte del espacio público ante instancias como Cuestión de Peso, dando lugar a procesos identificatorios entre aquellos cuyo cuerpo real se aleja del cuerpo ideal legitimado socialmente como representación dominante.

Sin duda la estigmatización ha sido el fenómeno predominante en la historia de la obesidad. De ello dan cuenta los análisis históricos que han estudiado sus transformaciones, desde al glotón histórico hasta el obeso en la actualidad considerado “incapaz” de adelgazar (*Vigarello, 2011*). La condición de descrédito social del obeso, que puede leerse en los relatos de Cecilia y Juan, ya sea como condición de sufrimiento e inacción, o como motivo de burla, se vuelve un peligro latente y en consecuencia constituye una preocupación de aquellos cuyo cuerpo les presenta unas formas no bien aceptadas (aunque no se encuentren en la clasificación de obesos y se encuentren lejos de ésta).

En los relatos sobre la obesidad y los obesos puede leerse la postura moral que comporta la alimentación en la construcción de cuerpos acordes a ciertos estereotipos de lo saludable según formas de pertenencia y legitimación social⁸¹. Estos sentidos no son construidos individualmente, sino que los sujetos nacen en una estructura social objetiva donde se encuentran con otros significantes que se vinculan con su socialización y les son impuestos (*Berger y Luckmann, 2003*), y que a su vez son producto de relaciones de poder. Sin embargo, aunque la realidad les imponga formas para su interpretación, las personas seleccionan, pactan y

⁸¹Fischler (1995) retoma a Goffman y el concepto de *estigma social* para explicar cómo las significaciones construidas socialmente acerca de las apariencias no surgen de atributos aislados de los individuos, sino de la relación entre varios de ellos. Así, no es lo mismo el significado de la obesidad según el género, la edad, los ingresos, la profesión de los sujetos, la clase social, etc.

renegocian sentidos cotidianamente que les permiten continuar con el estatuto de normalidad.

Estos subapartados me han permitido mostrar que existen numerosas formas de interacción social que constituyen medios de *autoactualización* en el mundo moderno. Los procesos de socialización de la familia, la etapa de la escolaridad son decisivos para el desarrollo de las personas y su autorrepresentación, a la vez que otras relaciones cotidianas, como las de pareja, los amigos. No obstante, frente a una vida cotidiana cada vez más impregnada por la industria mediática, los mensajes procedentes de los medios de comunicación y la apropiación que los sujetos hacen de ellos juegan un rol fundamental en estos procesos.

CAPÍTULO IV: MUJERES

A partir de numerosos trabajos etnográficos, sociológicos e históricos es posible afirmar que las mujeres han sido -y son- las principales responsables de la alimentación cotidiana (*Gracia Arnáiz, 1996, 2002 y 2009; Mennell, 1985; Martín Criado, 2004; De Certeau y Giard, 2006*). En concordancia con esta afirmación, durante el acceso al campo y la recolección de información, las mujeres emergieron como principales responsables de la alimentación familiar, bajo la forma de un recurso fundamental para el cumplimiento de roles que hacen a la construcción de las entrevistadas como mujeres, principalmente por vía del rol materno. Dichos roles han sido construidos socialmente⁸², y es a partir de ellos que las entrevistadas devienen madres, hijas y/o esposas, desempeñando sus tareas cotidianas inmersas en un entramado cultural e ideológico, donde estas funciones han sido históricamente configuradas.

La responsabilidad de las mujeres en el cuidado de los hijos a través de la alimentación aparece como un elemento significativo en los relatos analizados en esta tesis, dando muestra del alto grado de naturalización con que es asumida esta tarea. Esta y otras actividades concebidas como inherentes al rol femenino, se sustentan en bases biológicas y psicológicas diferenciales que se relacionan siempre con la capacidad reproductiva femenina y a las cuales subyace una división social del trabajo vinculada con oportunidades desiguales entre hombres y mujeres⁸³ (*Esteban, 2006*).

En este capítulo busco develar cómo la cotidianeidad se vuelve inteligible a partir de la construcción y circulación de sentidos, que se enraízan en relaciones de género, leídos a partir de las narrativas sobre el *comer sano*. Intento dar cuenta de modos de sentir, pensar y ver el mundo a partir de rasgos identitarios

⁸²A finales de los años setenta, las feministas anglosajonas comenzaron a definir y difundir el concepto de “género” (del inglés *gender*), el cual suponía un nivel de abstracción distinto, que alude a la jerarquización de espacios y funciones sociales y la diferenciación en el acceso al poder implícita en las ideas, representaciones y prácticas de hombres y mujeres; a diferencia del término “sexo”, propuesto para designar diferencias físicas, anatómicas y fisiológicas entre hombres y mujeres asociadas a su capacidad de procreación (*Esteban, 2006*).

⁸³Una amplia tradición de estudios sociales y feministas han argumentado que esta construcción determinista surge en Occidente dentro de un amplio proceso de consolidación de un orden social económico, político y científico (capitalista, burgués y colonial) legitimado por el evolucionismo social y la noción de progreso, y presentado como natural pese a las desigualdades y jerarquías que este conlleva (*Esteban, 2006*).

femeninos, como posturas de estas mujeres frente a la vida, la forma en que asumen su cuerpo, su condición de madres e hijas, frente a sí mismas y a otras mujeres, en el devenir de la vida social.

Fischler (1995) afirma que la alimentación comporta casi siempre una postura moral, donde los comportamientos alimentarios están siempre sujetos a normas y sancionados por juicios. Allí, se ponen en juego cánones estéticos, de estatus social y económico que se asientan -a veces como si fuera una excusa- sobre normas médicas y hasta se disfrazan de ellas. Esto significa asumir que la realidad social impone condiciones para su interpretación y relectura, no obstante las personas poseen maneras específicas de comprender, comunicar y actuar esta realidad construyéndola y reconstruyéndola permanentemente. Analizar dichos procesos desde la condición de mujeres de las entrevistadas, no supone añadir una variable más, sino poder pensar analíticamente mediaciones que operan articuladamente, retroalimentándose y en permanente redefinición a partir de la apropiación del discurso de la ciencia nutricional. Para ello, privilegio las lecturas que realizan las propias mujeres acerca de las prácticas alimentarias propias y ajenas, las cuales reflejan maneras de entender y vivir plagadas de matices y factores condicionantes como la clase social, la edad, la situación familiar, la sexualidad, los consumos culturales, etcétera.

En los primeros subapartados muestro cómo la apropiación de saberes especializados sobre alimentación aparece mediada principalmente por las costumbres familiares, sostenidas en la figura de “la madre” como dotada de unas habilidades y aptitudes que se relacionan con ciertos estereotipos de género basados en el rol reproductivo de la mujer, y que finalmente permiten ver cómo la impronta materna se convierte en instancia decisiva en la conformación de los parámetros de lo que constituye lo *normal*, lo *bueno* y lo *sano*. A la vez, analizaré cómo frente a unos modos de ser mujeres y madres, asignados socialmente, se producen intercambios y negociaciones que dan cuenta de una cierta movilidad frente a dichos estereotipos. Luego, a través de las narrativas sobre la cocina en los relatos de las entrevistadas de mayor edad, analizo sentidos puestos en circulación y transmitidos de generación en generación que revelan la inteligencia

práctica⁸⁴, la memoria y la creatividad en unas operaciones singulares de apropiación de esta tarea *naturalmente* femenina.

De infancia, disciplina y normalidad: *ser más chiquita, más normal*

Débora de 35 años al momento de la entrevista, es soltera y vive sola en Barrio Alberdi. Trabaja como *personal trainner* y es empleada en una panadería en el centro de la ciudad. Debido a su formación para el entrenamiento físico demuestra un amplio manejo de conceptos nutricionales en relación al funcionamiento corporal, a la vez que narra las estrategias que implementa para llevar adelante una alimentación que le permita compatibilizar el tiempo destinado a las actividades laborales y sociales, y un óptimo desarrollo y rendimiento muscular:

(...) Yo generalmente tengo una alimentación a base de proteínas. Inclusive tengo definido lo que son los músculos, el cuerpo. Ahora estoy haciendo rugby, estoy entrenando. Como mi organismo se adapta muy rápido a esos cambios, si yo sigo con proteínas se me va a desarrollar más la parte muscular, entonces ahora estoy con una dieta con mucha fibra.

Estos conocimientos especializados sobre los nutrientes (*proteínas, fibra*) y sus efectos transformadores en el propio cuerpo, son considerados por Débora como producto de su formación profesional, y actualizados a través de otras fuentes como revistas y consultas en internet. No obstante, es la familia -dentro de la esfera relacional que muestra el relato- la que se constituye como un referente de significado fundamental que me permite comprender cómo se han instaurado y transmitido valores y sentidos en relación a la alimentación.

Agnes Heller (1994, p. 31) sostiene que “la familia es la base de operaciones de toda nuestra actividad cotidiana; el lugar de partida y el punto de

⁸⁴De Certeau y Giard (2006) leen en este concepto modos de llevar adelante actividades propias de la cocina, en tanto prácticas elementales, rutinarias, que se reiteran en el espacio y el tiempo, que se arraigan en las relaciones que mantenemos con nosotros mismos y con otros, marcada por la historia familiar y la tradición, sin desconocer el entrecruzamiento con otros saberes. Se trata de la transmisión de conocimientos, del “eslabonamiento de habilidades”, de una “actividad multiforme”, de “una ingeniosidad creadora de astucias” (p. 160) que conllevan una manera personal de encarar las rutinas cotidianas, de ser y estar en el mundo.

retorno, nuestro locus espacial, nuestra casa, en ella se forman y determinan las relaciones más inmediatas entre los hombres”. Esta definición contribuye, aunque el análisis se realice desde una perspectiva diferente de la de Heller, a pensar la familia como ámbito primario, en el cual mediante el proceso de socialización se reproducen normas, valores, creencias y prácticas en el espacio privado de la vida cotidiana.

La *socialización primaria* constituye la primera forma de socialización que el individuo atraviesa en la niñez y por medio de la cual se convierte en miembro de la sociedad. Los individuos nacen dentro de una estructura social objetiva en la que hallarán significantes que le son impuestos, que mediatizan el mundo para él y lo modifican en el curso de esa mediatización. Estos significantes que constituyen definiciones de la situación del individuo, y se le presentan como realidad objetiva, operan seleccionando aspectos del mundo según la posición que este ocupa dentro de la estructura social, pero también según las idiosincrasias individuales arraigadas en su biografía (*Berger y Luckmann, 2003*).

La definición de familia y el concepto de socialización primaria me sirven de apoyo para comprender por qué en las narrativas, la familia aparece como un elemento esencial que media entre los diferentes discursos que circulan sobre alimentación y nutrición y los modos en que los entrevistados los reelaboran para incorporarlos a sus dinámicas cotidianas. El aprendizaje familiar de pautas y patrones vinculados con la alimentación permearán las interacciones de los sujetos consigo mismos, con otros y con el entorno a lo largo de su vida. Y es a través de estas pautas que el individuo se incorpora como un miembro más de la sociedad, a la vez que se garantiza la reproducción social de la familia. Retomando la idea que Martín Barbero (*2003a*) utiliza para el análisis de audiencias televisivas de los sectores populares, aquí también la familia representa una “situación primordial de reconocimiento” (p. 233) que interpela la cotidianeidad y se constituye en una mediación social fundamental en la apropiación del discurso nutricional.

Mientras conversamos sobre cómo aprendió a cocinar, Débora me cuenta que le gusta e interesa el tema de la alimentación por lo que mira en televisión *programas de gourmet*. A esto agrega de inmediato:

En mi casa siempre tuvimos una alimentación bien variada, en la semana comíamos de todo⁸⁵ ¿entendés? No como, por ejemplo, casas que por ahí se hacen milanesas con papas fritas porque a los chicos les gusta y nada más, no, nosotros comíamos arroz, pescado, carne, verduras. (...) Mi mamá [encargada de cocinar], ella decidía. Hoy pintaba arroz y arroz [se hacía], se hacía pescado, y así (...) Comíamos todos. Por ahí no te gustaba pero bueno... Comíamos... Comíamos menos, pero sí, siempre bien alimentados

De la familia son tomados elementos que contribuyen a estructurar el sentido dado a la alimentación a partir del reconocimiento del rol de la mujer/madre como responsable del establecimiento de reglas en la dinámica familiar al momento de la comida que asegure el bienestar de los hijos. Así, las prácticas alimentarias familiares operan como referentes a los cuales se apela, dotándolas de autoridad para juzgar la alimentación de otros hogares y diferenciarse de estos. En ese grupo doméstico, la figura central está simbolizada por la madre. Débora reconoce y valora en la imagen materna la habilidad de orientar los comportamientos alimentarios de los hijos para conseguir que estos estén *bien alimentados*, puesto que cuenta con los elementos necesarios - conocimientos, destrezas y decisión- para hacerse cargo exitosamente de la alimentación familiar.

La capacidad de la madre de alimentar *bien* a su familia expresa a la vez su pericia para controlar el comportamiento de los hijos, propio de las familias disciplinario-normalizadoras⁸⁶ (Martín Criado, 2004). Esta tarea de disciplinamiento implica no ceder a los caprichos infantiles y lograr imponer el

⁸⁵En una investigación realizada por Martín Criado en sectores populares (2004) *comer de todo* implica un valor de integración, es decir comer la comida que todos comen, la comida *normal*, no separarse del grupo por gustos especiales. En segundo lugar, supone un valor moral de supervivencia ya que el que aprende a comer de todo puede comer en cualquier sitio. Además, comer de todo supone en los hijos un respeto del orden familiar y doméstico. Este último valor es el que reconoce Débora considerando el contexto en el cual fue utilizada esta expresión.

⁸⁶Segalen (1992) explica que además de los condicionamientos constituidos por leyes y reglamentos, las familias se encuentran sometidas a la presión, a menudo no explícita y contradictoria, de la norma. Acción normativa principalmente del Estado a través de las políticas públicas y los medios de comunicación. En este sentido, la antropóloga francesa muestra como en el siglo XIX, la familia popular es objeto de múltiples instituciones, con la mujer como el instrumento de la normalización en el mismo seno. Por otra parte, ubica a la familia urbana argentina en la tradición cultural occidental, considerando que este ha sido el modelo dominante desde la Colonia, reforzado por la inmigración europea masiva.

comportamiento de comer *variado* y *de todo* acorde a los lineamientos vigentes para obtener una buena salud. Tutelar el comportamiento infantil garantizando una buena alimentación convierte a la madre, y en consecuencia a la familia, en una fuente legítima que permite tomar distancia de otros grupos familiares donde no es asumido dicho control y la alimentación queda librada al gusto de los niños.

Esta impronta materna que vincula la alimentación al control y la normalidad, al ser enunciada, da lugar a la reflexión: Débora al reconocer la influencia materna sobre las propias representaciones en relación a la alimentación y la salud, identifica también este influjo en otras dimensiones de su vida, como la elección de su profesión, vinculadas con la práctica del cuidado y el control. Continúa recordando la alimentación de la infancia y los cuidados maternos:

Yo al ser la más chica, la única mujer y al ser grandota, siempre mi mamá me cuidaba de que no subiera mucho de peso [como repitiendo algo escuchado muchas veces]. Después me empezó, a mí, a separar un poco la alimentación de la de mis hermanos, me empezó a hacer... Y yo creo que de ahí viene. De chica, me empezó a hacer a mí un bifecito con ensalada, en vez de una milanesa con puré, por ejemplo. O sea, eso de ir cuidándome la figura. Y... yo creo que fue lo que de cierta forma uno tiene registro de chica, ¿no? De cosas que han pasado y ha vivido, que de grande son las que te condicionan a distintas cosas. Yo creo que eso fue también lo que me marcó el hecho de ser personal trainner, cuidar los físicos, y de manejar el tema del físico.

El fragmento de entrevista da cuenta de un modo específico de comprender, comunicar y construir una relación entre la alimentación materna y los modos de construcción corporal. Allí, se da un proceso reflexivo donde es advertida la continuación del proyecto de construcción de un cuerpo acorde a los parámetros de legitimidad, donde la madre aparece como un referente de significado fundamental asociado con vivencias que constituyen marcas decisivas en su vida.

Mauss habla de “técnicas corporales” porque considera al cuerpo como el “objeto y medio técnico más normal del hombre”, de allí arriba a la naturaleza

social del *habitus*, el cual es adquirido a través de la educación, el adiestramiento y la imitación. Débora da cuenta de esta operación, a partir del reconocimiento de pautas de cuidado en la infancia que han incidido en sus decisiones adultas, tales como en elección profesional y su estilo de vida. Allí, puede verse cómo la conformación de representaciones del cuerpo modelo obedece a un proceso de socialización muy estructurado, que ha contribuido en el desarrollo de unas competencias que le permiten acercarse al imaginario corporal establecido, basado en la valoración de unos cuerpos *activos y útiles*, propio de la fase capitalista, pero también “un *cuerpo* (el femenino) y su *imagen* para hacerlo más bello” (Citro, 2010, p. 35).

Según Bourdieu (2000), esta lectura de la realidad está definida con base en la construcción de hábitos diferenciados y diferenciadores que determinan una somatización de las relaciones de poder a través del disciplinamiento del cuerpo, expresada en las restricciones alimentarias y el ejercicio físico. Al moldeamiento de la forma y el tamaño del cuerpo se suman también las *texturas corporales*, es decir, el trabajo muscular en la construcción de un cuerpo atlético como parámetro de normalidad (Vigarelo, 2011). Débora evoca este estatuto de normalidad en relación al cuerpo femenino al expresar en relación a la conformidad con su cuerpo:

Sí, sí. O sea, tengo lo que siempre quise. Mi sueño siempre fue poder marcar el abdomen o desarrollar mi físico. ¿En cuánto a sí estoy conforme? No, a mí me gustaría ser más chiquita, y ser más... más normal.

Esta proyección del cuerpo femenino, con unas dimensiones más reducidas; tonificado y dotado de dinamismo, se corresponde con un modelo social de delgadez que acentúa la actividad y la fluidez propias del mundo capitalista, y la inserción de la mujer en el mercado de trabajo, reemplazando y ocultando aquellas características corporales dotadas de redondeces y alusivas a la lactancia⁸⁷. Así, la concepción de cuerpo que expone es una reinterpretación de

⁸⁷Modelo que se relaciona con un cambio central y decisivo que tuvo lugar en la década de 1920 con la transformación del estatus de las mujeres, y en consecuencia sus costumbres. Por otra parte un nuevo imaginario técnico promovía más la actividad y la fluidez, acentuaba la agilidad y lo

los discursos dominantes acerca de éste, y de las vías para su construcción, en una determinada época histórica, que se completa con discursos marginales propios de cada época y cada cultura.

John Berger (*en Citro, 2010*) señala que han sido las mujeres quienes más han contribuido en la incorporación de la norma del autoexamen continuo de la propia imagen, dado que el modo en que aparece ante la mirada de los hombres, pasa a constituir un signo de éxito. Esto constituye una estrategia del mercado, que se inicia en los años veinte, y que progresivamente irá multiplicando las estéticas y los productos “para los cuerpos”, que incorporando bajo la apariencia de “autonomía y la voluntad del individuo sobre su cuerpo”, promueve la incorporación de cuerpos socialmente legitimados, negando a otros (*Citro, 2010, p. 35*). En todo caso, la primera mirada de la cual tiene registro Débora es la de su madre y sus medidas correctivas para *cuidar la figura*.

Lipovetsky (*1999*) entiende esta transición en la valoración de la corpulencia femenina asociada a la fecundidad, hacia el actual reinado de la delgadez, como la negativa a perpetuar tal vinculación por parte de la actual mujer activa e independiente. Los valores estéticos imperantes en la actualidad reflejan la expansión de los valores individualistas, la legitimidad de trabajo remunerado femenino y el control de la natalidad por sobre su antigua posición en la vida social e individual. A la vez, el trabajo sobre el cuerpo que lo vuelve “moldeable” -aunque el proyecto se vuelva casi siempre inalcanzable- también sería producto de los ideales de posesión de uno mismo, propios de la cultura contemporánea. En este sentido, Verón (*en Boria, 2012*) denomina a este proceso *semiotización*, donde se evidencia la toma de posesión del cuerpo por los diferentes discursos normativos y el cuerpo se convierte en signifiante, no sólo de los atributos del poder en cada sociedad, sino del itinerario personal de los sujetos.

La apropiación del discurso de la nutrición que realiza Débora, se vincula a la construcción del propio cuerpo como marcado por la norma y los parámetros de legitimidad. No obstante, su simbología y lenguaje cobran significatividad en la medida en que son experimentados y construidos con otros. Allí, se configuran los universos simbólicos en los que la imagen del cuerpo queda definida, y donde

esbelto, mientras aumentaban las expectativas en cuanto al control y afianzamiento de sí mismo, perfilando así la imagen del cuerpo actual (*Vigarello, 2011*).

la dimensión social se explica a través del diálogo con otros que media entre la conciencia individual y el mundo que la dota de sentido.

Saber, decidir y dedicarse.

En las narrativas sobre la comida es a través del rol⁸⁸ materno donde la familia ejerce su principal influencia en la conformación de la subjetividad de los hijos. La imagen de la maternidad asociada a la esfera privada como soporte afectivo y doméstico da lugar a la conformación de representaciones con las que se ha subordinado a la mujer a las tareas domésticas por medio de esta identificación (*Schmukler, 1989*).

En el relato de Débora sobre su alimentación cotidiana, la figura de la madre se convierte en aquella que proyecta el ejemplo del cuidado que se debe brindar a los otros en el marco del ámbito doméstico⁸⁹. La madre aparece como soberana del espacio privado de la familia en el que desempeña su papel femenino, asumiendo un conjunto de comportamientos contruidos socioculturalmente como propios de las mujeres⁹⁰.

Según Théry (*1996*) la familia constituye una *red relacional* que define tiempos y espacios sobre los que se articula tanto la diferencia de los sexos como la diferencia entre generaciones. Esta autora afirma que la diferencia entre hombres y mujeres no es una cuestión biológica, sino “un montaje simbólico que vincula y separa, que relaciona y distingue, permitiendo de este modo organizar el magma relacional” (p. 39). Al circunscribir a la madre al espacio doméstico y

⁸⁸El término rol, es usado aquí no en la acepción que tradicionalmente se le ha asignado, remitiendo a lugares estáticos o prescriptos, sino que es entendido en términos de posiciones, más variables, de construcción y relación, contruidas según las subjetividades.

⁸⁹ Esteban (*2006*) señala que la maternidad ha sido analizada desde una perspectiva etnocéntrica y sesgada, considerando sólo la doble dimensión biológica y social, sin reconocer que este tema es un campo privilegiado para comprobar la articulación entre cultura e ideología y entre distintos factores de desigualdad.

⁹⁰ Cabe señalar que para las mujeres de sectores medios o incluso de la elite, la opresión parece venir de la mano del afianzamiento del modelo maternal impulsado por los difusores del modelo médico hegemónico (*Marcús, 2006*). Un ejemplo paradigmático es el tema de la lactancia materna, que está siendo cada vez en mayor grado, objeto de preocupación médico-sanitaria. Los planteamientos médicos y sociales dominantes en torno a la misma, se caracterizan por la gran distancia que existe entre la convicción social sobre sus beneficios y los resultados científicos al respecto, la falta total de diversificación de todas las situaciones y contextos posibles, por otra parte, la ausencia en los discursos y análisis de los puntos de vista, experiencias y estrategias diferentes de las madres y grupos domésticos (*Esteban, 2000*.)

exponer sus apreciaciones, además de mostrar el predominio de cierta moral tradicional en relación a las funciones maternas, el relato permite apreciar el lugar de mediación de la familia entre generaciones y dimensionar las asignaciones simbólicas atribuidas a las mujeres con la función biológica de la reproducción como trasfondo. Tal como lo expresa Débora:

Y, que ahora no es como antes. Generalmente pasa con mi hermano, mi hermano trabaja, mi cuñada también trabaja (...) mi sobrina la cuida alguien hasta cuando vienen (...) Que antes no pasaba, mi mamá era ama de casa, y era de esas amas de casa que ahora tampoco pasa, me acuerdo que buscaba y hacía otro tipo de comidas (...) Y no, me parece que más allá de que sea algo rápido, me parece malo, malo para la salud.

A través de la evaluación de las prácticas alimentarias de distintos integrantes de la familia y su relación con la salud, Débora evoca un modelo que da cuenta de dos esferas sociales bien diferenciadas: el mundo de la producción y el trabajo, y el de la casa y la familia, donde hay expectativas sociales diferentes para mujeres y hombres, que delimitan espacios y tiempos en el mundo de la vida cotidiana⁹¹.

La imagen de la madre dedicada exclusivamente al hogar ha dejado profundas huellas que atraviesan el relato de Débora. Allí, rememora y valora en su madre la calificación para organizar el colectivo familiar coordinando y distribuyendo las tareas domésticas, entregada al cuidado de otros a través de la alimentación. A esta figura fuerte, a la vez que dedicada, se le opone la de la madre trabajadora actual que pone en riesgo, mediante la alimentación, la salud de la familia. A partir de allí, es posible visualizar cómo algunos de los aspectos de su vida están orientados en gran medida por pautas y juicios estructurados en los estereotipos de género, altamente naturalizados, que han delineado su proceso de construcción de subjetividad.

⁹¹Jelin (1991) plantea los criterios de sexo y edad como eje del patrón normativo de la división del trabajo cotidiano. La familia, como unidad productiva típica tradicional, cuenta con una organización patriarcal donde el hombre adulto organiza y dirige la actividad de los miembros de la familia, la mujer se encarga de las tareas reproductivas mezcladas con las productivas y los hijos participan en la actividad económica y doméstica de acuerdo con su edad y sexo.

En los capítulos anteriores vengo haciendo referencia a la amplia circulación de discursos sobre qué, cómo, cuándo y dónde comer que se hacen presentes en los intercambios mediáticos y personales, así como también a ciertas lógicas que rigen la circulación y apropiación de estas informaciones mediante procesos de identificación con un ideal de cuerpo, de estilo de vida, con la situación de clase.

En el marco del discurso legítimamente producido y difundido por la ciencia nutricional, en el campo de la salud pública constituye una preocupación, conocida y sostenida, el hecho de que el desarrollo económico y los estilos de vida actuales han traído aparejados la desestructuración y desequilibrio de los modos de alimentación como consecuencia del proceso de industrialización, el aumento del trabajo mecanizado, el sedentarismo y el predominio del consumo de comida chatarra (*Fischler, 1995; Aguirre, 2006; Ministerio de Salud de la Nación, 2006*). Por consiguiente, esta *alimentación moderna* ha reemplazado a aquella *tradicional* considerada más saludable por su composición y estructura (*Gracia Arnáiz, 2009*). Frente a esta situación denominada modernidad alimentaria (*Herrera Racionero, 2009*), reconocida y ampliamente difundida por diversos circuitos y espacios, las conversaciones con las mujeres entrevistadas me permiten comprender cómo interpretan dicho fenómeno, donde los sentidos asociados a lo tradicional y lo moderno se encuentran, contradicen y superponen.

La oposición entre una alimentación de antes y una alimentación actual aparece en la voz de las entrevistadas complejizándose, pues las interpretaciones sobre lo que constituye una alimentación más sana (*variada, balanceada, buena*) permiten reconocer sentidos donde se conjugan elementos de un imaginario más tradicional, resignificados en función de ritmos y estilos actuales, a la vez que las normas nutricionales actuales son apropiadas a partir de sentidos tradicionales.

El modo en que se vinculan las prácticas alimentarias y el ámbito familiar se expresa principalmente a través de una categoría discursiva: la *madre*. Así, la oposición entre una comida anterior más sana y una comida actual potencialmente dañina para la salud encuentra su correlato en la oposición, madre ama de casa/madre que trabaja. La maternidad, noción que ha sido vastamente analizada

(Caporale-Bizzini, 2004) contribuye a interpretar cómo son representados⁹² una serie de ideales sociales que se construyen en torno de ella, y que pueden leerse en los relatos sobre los sentidos que circulan en torno a la comida sana.

En el relato de Débora, el sentido dado a la figura de la madre se pone de manifiesto a partir de la experiencia como hija y se expresa en la manera en que son definidas sus claves interpretativas respecto de las tareas inherentes a la maternidad, así como aquellas propias de mujeres y hombres:

Hay cosas que se han perdido. Ahora es como que la gente tiene menos tiempo, y bueno... Antes yo me acuerdo que mi mamá nos ponía a limpiar las hojas de las plantas con un algodón, ¿me entendés? Con un algodón con agua o algo así. A mi hermano varón lo ponía a limpiar un mueble con blem... Que eso... No está mal, todo bien [aclara rápidamente]. Sabíamos que había un día que todos colaborábamos a limpiar, una limpieza general.

Mediante el recuerdo de la infancia, Débora sostiene su posicionamiento respecto de las habilidades maternas para regular la organización de la dinámica familiar al distribuir las tareas domésticas igualitariamente entre los hijos. Con ello muestra cómo se configura la imagen de la propia familia, la valoración de las destrezas maternas y la definición de las actividades correspondientes a los niños y niñas aun cuando destine al hijo varón tareas tradicionalmente reservadas a las mujeres. La observación a mitad de la frase: *que eso no está mal, todo bien*, le resta naturalidad a la igualdad en el reparto de tareas domésticas entre hombres y mujeres, reafirmando la asunción de ciertas tareas como propias del ámbito femenino.

Cecilia (31 años), cuyos fragmentos de entrevista presenté en el capítulo anterior, trabaja diariamente y me cuenta de los cambios que han operado en su propia alimentación. Hace un año se mudó de la casa de su madre a un departamento con su hijo de casi un año de edad, desde entonces elabora ella misma la comida que ahora está regida por la incorporación de alimentos del niño,

⁹²En este caso, a diferencia del segundo capítulo donde trabajo con la noción de representaciones sociales de la Psicología Social, el término representación hace referencia al proceso mediante el cual nuestra cultura ha usado las prácticas significantes para producir un sentido determinado en relación a cierto concepto, en este caso la maternidad.

a la que ella se *acomoda*. Durante la conversación menciona como principal criterio al comprar los alimentos, el que sea *sano para él* (su hijo), de acuerdo a las recomendaciones que le va dando la pediatra. A la vez, reconoce que el factor determinante para la organización de las comidas es el tiempo, a diferencia de un tiempo atrás, donde el factor predominante en sus prácticas alimentarias era *lo económico*.

Al igual que Débora, ha conseguido conformar ciertos aspectos de su vida de modo diferente a los de su madre, es soltera, tiene un hijo, ha concretado estudios terciarios y trabaja fuera de su casa. Durante la conversación muestra su adhesión a las preferencias, valores y usos ligados a la figura materna. Al preguntarle sobre su comida preferida responde de inmediato: *cuando voy a comer a la casa de mi mamá*, y recién después enumera los platos que le resultan más sabrosos, los cuales su madre frecuentemente le prepara para que pueda consumir en su propia casa.

De modo análogo al relato de Débora, la dedicación de la madre a las tareas propias del espacio doméstico aparece como un atributo a valorar dotando de singularidad a la figura de *la mamá*. De esta manera, lo que otorga racionalidad a las prácticas no son unos conocimientos que provee el saber médico, sino la posibilidad de *pensar y saber hacer* para gestionar los recursos disponibles y asegurar una alimentación adecuada a la familia:

*(...) En la casa de mi mamá no había como para comer muchas cosas...
En el tiempo que estábamos con mi mamá era... mi mamá sabía... como no
trabajaba era la mamá que salía a hacer las compras todos los días para
comprar lo justo para el almuerzo y la cena (...) Hacer las compras y pensarlo, y
no tener que hacer cualquier cosa*

Nuevamente, aparece la oposición entre la madre ama de casa de antes y su idoneidad para garantizar una alimentación saludable, y la madre trabajadora actual que deja dudas respecto de esta capacidad.

Por otra parte, Arabela y Manuela han hecho en sus vidas elecciones que en ciertos aspectos se alejan de los estereotipos tradicionales de la familia. Han

logrado contraer matrimonio gracias a la llamada ley de matrimonio igualitario⁹³, están construyendo su vivienda con materiales ecológicos con sus propias manos (*una minga*) y no tienen planificado tener hijos. Mientras Arabela expresa su opinión respecto de la falta de credibilidad de las publicidades que promocionan alimentos y su posible influencia en los comportamientos de los niños, su esposa Manuela se suma a la conversación y formula la siguiente apreciación:

Yo lo que sí veo es que le compran mucha papa frita a los chicos. Como que para mí, llevo el lomo, y a los nenes les doy unas papas fritas.

Esta observación da lugar para que Arabela continúe la charla en relación al tema:

¿Sabés dónde se nota mucho la alimentación? En los niños. (...) Los nenes de ahora son todos gorditos, todos como con celulitis y no son gordos, ¡pero tienen una panza! Y esa panza no es algo que esté bien, no sé qué será, pero los niños es como que... (...) Porque, por ejemplo, el caso de mi sobrina. Mi cuñada hace dieta. ¿Cuál es su dieta? No desayunar, no almorzar, y a la tarde se toma un helado con un paquete de galletitas y así tiene un culo así y la cara flaca, flaca, flaca...

Arabela advierte en las formas corporales el tipo de alimentación que llevan las personas, percibiendo en los abdómenes abultados de los niños signos de unos modos de alimentación que distan de ser *sanos* y que serían la continuación de los que practican sus madres. Apreciación que encuentra sus fundamentos un poco más adelante cuando le pregunto sobre su opinión acerca del porqué de la concurrencia frecuente de los niños y sus familias a locales como Mc Donald's que ella misma ha introducido al calificar la sociedad actual como *consumista*:

⁹³La Ley Nacional N° 26.618 fue aprobada por la Cámara de Senadores en junio de 2010. Dicha ley consiste en la modificación de algunos artículos del Código Civil, principalmente en la sección denominada "De los derechos en las relaciones de familia", "De la sociedad conyugal" y otras secciones. El cambio establece los requisitos y efectos del matrimonio independientemente del sexo de los contrayentes.

Claro. Y porque es más fácil porque ahora la gente, por todo, por muchas cosas. Pero me parece, porque la madre, ahora en vez de ponerse a cocinar está laburando para pagarle al hijo una guardería, una chica que le cocine o que lo sacan rápido del colegio y van y compran unas papas fritas, lo mandan de vuelta a otro lado y se ponen a laburar ponele. A los niños los alimentan mal por comodidad. ¿Y por qué? Porque no tienen tiempo, porque tienen que pagar la guardería y tienen que pagar la niñera. Hay casos y casos. Hay casos que no les queda otra.

Retomando la última frase, ante la pregunta si también considera que esta situación se vincula con el ritmo de vida actual ratifica:

También es cómodo. En vez de pagar unas papas fritas, hay un montón de lugares donde te venden una ensalada, pero hay muchos niños, que ¿qué pasa? Vas a comer una ensalada y dicen: 'no mami, yo quiero las papas fritas que se ven en la tele'.

Arabela advierte las alternativas posibles de optar por una alimentación más saludable, así como los medios de comunicación (la televisión) en su rol promotor del consumo de comida considerada no tan sana, sin embargo el soporte que habilita las prácticas alimentarias menos saludables sería la falta de esfuerzo en una especie de círculo vicioso donde la remuneración monetaria del trabajo tendría como destino costear el cuidado de los niños por parte de terceros.

La capacidad de *decisión*, de *saber hacer* y la *dedicación* son atributos implícitos pero altamente valorados que forman parte de opiniones compartidas y que dan cuenta de legitimidades puestas en juego al percibir y juzgar la calificación de las mujeres para desempeñar el rol materno. Esta dimensión valorativa del ejercicio materno se estructura en relación a las prácticas de otras mujeres o familias, y si bien no se hace explícito, indica una tensión con el modelo de mujer que ha salido del ámbito doméstico y ejerce el derecho de tener tiempo libre para sí.

Las narrativas sobre el *comer sano* han constituido una vía para acceder a posicionamientos e identificaciones de las mujeres con quienes conversé durante

el trabajo de campo. Sus prácticas discursivas revelan la presencia de reglas y valores que se corresponden a una formación discursiva determinada. Hablar de la *comida sana* significa observar cómo se filtran cuestiones de género aún asociadas al modelo patriarcal, cuyos sentidos circulan principalmente por vía de la transmisión materna, dando cuenta de una temporalidad que opone el pasado al presente, a través de juicios y valores acerca de las prácticas de cuidado familiar, nutrición y disciplinamiento asumidos como propios del ejercicio de la maternidad.

Es un hecho generalizado que el aumento en el nivel de escolaridad alcanzado, la elevación en el nivel de vida, la multiplicación de las posibilidades de viajar, sumado a la industrialización de los objetos, la mecanización de los trabajos domésticos y el reemplazo de la fuerza muscular por energía mecánica han transformado directamente la vida cotidiana (*De Certeau y Giard, 2006*), la cual dista mucho de lo que era varias décadas atrás. En este sentido, es de esperar que muchas de las acciones y procedimientos vinculados con la alimentación que eran parte del aprendizaje *normal* de una mujer y de su capital de habilidades sólo subsistan en la memoria de las personas de más edad y en los relatos acerca del pasado, pues en la práctica han sido reemplazados por otros saberes más vinculados en sus características al conocimiento escolar. Sin embargo, pese al abandono de las tradiciones precedentes, la gestión doméstica en la organización y ahorro de recursos, la inteligencia práctica, la dedicación planificada y minuciosa al cuidado de los otros, continúan siendo el eje en torno al cual se articulan opiniones, sanciones y apreciaciones mediante las cuales unas mujeres -de características disímiles entre sí- valoran a otras y se reconocen a sí mismas.

Asimismo, Bourdieu (2000) muestra cómo el orden social funciona como una gran máquina simbólica que tiende a ratificar la dominación masculina a través de la división sexual del trabajo. Esta se ha basado en la distribución de las actividades asignadas a cada uno de los sexos, de su espacio, su momento y sus instrumentos: la mujer en el espacio de lo doméstico y en el tiempo del ciclo vital. Según este autor, la fuerza del orden masculino se revela en el hecho de que no requiere de justificación, la visión androcéntrica se impone como neutra y no siente la necesidad de ser enunciada para legitimarse. La maternidad no es un

instrumento de dominación de los hombres sobre las mujeres, sino que constituye un sistema de significados atravesado por diferentes relaciones de poder que no se limitan exclusivamente a la dominación de género. En las relaciones que se establecen entre las experiencias de las entrevistadas, su vida cotidiana, los conceptos y lenguajes adquiridos, dan cuenta del establecimiento de ciertas ideologías vinculadas al rol social de la mujer/madre y su relación con las funciones educativas, nutricias y de cuidado del otro. No obstante, la valoración de la imagen de la mujer/ama de casa como mejor capacitada para llevar adelante el cuidado de los integrantes de la familia, así como la naturalización de esta responsabilidad como propia de las mujeres/madres como el producto de una construcción social que reproduce la dominación masculina, es enunciada por las mismas mujeres, lo cual revela el alto grado de naturalización del modelo patriarcal.

Acostumbrarse y acostumbrarlos: renegociaciones

Las primeras reivindicaciones feministas consideraron la construcción de la maternidad como una causa del sistema patriarcal que suponía a las mujeres como cómplices de una socialización destinada a su propia pasividad, inferioridad y marginalidad dejando de lado la valoración de la construcción de la maternidad como resultado de los discursos políticos, culturales y económicos. En este sentido, se volvía necesario reivindicar la experiencia de las mujeres y la maternidad en vinculación con sus subjetividades, puesto que hay una parte de la maternidad que no puede ser absorbida por lo simbólico tal y como lo establecen los discursos dominantes⁹⁴.

Si bien el rol de las mujeres y la maternidad han sido definidas desde una mirada androcéntrica, no se trata de la aplicación instrumental de las creencias, valores y normas impuestos socialmente. Se trata más bien de entender los modos

⁹⁴En el marco de este trabajo, en el cual analizo cómo el conocimiento nutricional pasa a formar parte del sentido común, resulta pertinente explicitar que los profesionales de la medicina y la enfermería se encuentran inmersos en la enculturación en una visión esencialista y etnocéntrica del cuerpo y la salud relacionada a la propia fundamentación científica de la biomedicina. Según Esteban (2006), estos supuestos han impedido la puesta en marcha de esquemas de análisis que ofrezcan la posibilidad de recoger diferentes experiencias, situaciones y contextos a partir de las lecturas de los propios sujetos involucrados.

en que las mujeres reconstruyen significados y formas de subjetividad que no se reducen necesariamente a la repetición acrítica de estos dictados.

Las conversaciones sobre lo que significa *comer sano* para las entrevistadas, dio lugar a que emergieran como temas significativos la función nutricia, educativa y de cuidado del otro en relación a la maternidad. No obstante, el hecho de que estas mujeres reconozcan y valoren —principalmente en sus madres— aquellas pautas de crianza socialmente configuradas, no significa que lo hagan sin la menor reflexión y que no se produzcan en ese proceso numerosas tensiones.

La conversación con Cecilia estuvo atravesada por dos referentes explícitos de significado: su madre y su hijo. Ella prioriza los alimentos sanos para este último, de acuerdo a las recomendaciones que le da la pediatra, mientras que cuando se trata de su propia alimentación, toma los alimentos disponibles en ese momento en el hogar. Para su hijo *sano*, para ella, *cualquier cosa*:

Y me engancho yo con la comida de él. También... y si no, cosas rápidas. Por ahí me dedico más a hacerle a él y yo como cualquier cosa [al preguntarle por los criterios al momento de comprar los alimentos] Y bueno, sano para él, lo que es verdura y fruta y... y bueno, para mí... que siempre haya, bueno, galletas de agua, o para él... para mí...eh... pan, azúcar, té, arroz, fideos.

Este fragmento es representativo de nuestra charla donde el centro en torno al cual gira la organización de las actividades cotidianas es su hijo: *Máximo* [el niño] *es el centro ahora*, me dice. En sus palabras puede leerse claramente la prioridad en la crianza anteponiéndose al propio cuidado⁹⁵. La *alimentación sana* es una forma de cuidado de su hijo que Cecilia ha puesto en consideración y ejecución a partir de su nacimiento. Sin embargo, el relegamiento del propio cuidado no puede entenderse sólo en términos de dominación debido a una concepción impuesta de la maternidad. Cuando le consulto acerca de su opinión sobre la alimentación de la sociedad en general responde:

⁹⁵El esquema simbólico de la *entrega en la madre* constituye un elemento central de la reproducción de la dominación masculina en el ámbito familiar. Martín Criado (2000) en uno de sus trabajos muestra que este esquema tiene como punto simbólico privilegiado el cuerpo y su sacrificio —por el dolor y por el desgaste— en el parto.

Y, depende del hábito que tengan, el ritmo de vida. Yo me acuerdo cuando estudiaba y trabajaba, almorzaba en el camino en un colectivo un pebete y el fuerte era la cena. (...) El almuerzo era cualquier cosa y la merienda la pasaba de largo. ¿Será que me habré acostumbrado? Porque no me sentía mal. Porque no lo hacía sufriendo porque no podía comer, sino porque mi actividad me llevaba a no poder sentarme a comer.

En el recuerdo de una etapa anterior donde aún no había nacido su hijo, Cecilia da cuenta de otras prioridades antes que la satisfacción de una necesidad fisiológica y de una adaptación corporal a la supresión de alimentos previa a la maternidad. A su vez, reconoce:

Cosas sanas que a mí tampoco me gustan como que no voy a comer. Mucha verdura y fruta no como, como de lo que le voy dando a él en el momento.

Cecilia, si bien se muestra en acuerdo con los lineamientos que propone el discurso médico nutricional, decide deliberadamente no acatar estas recomendaciones para sí misma, y negocia con la posibilidad de tomar ocasionalmente algunas de esas premisas a partir de la alimentación de su hijo. A lo largo del relato presentado en este capítulo y el anterior es posible identificar algunos elementos que dan cuenta de su concepción sobre sí misma, sobre su cuerpo y también sobre el otro en la construcción del yo. A su vez, muestra el entrecruzamiento entre una visión hegemónica de lo femenino –que se expresa particularmente cuando alude a su madre, su hermana y su hijo- y las condiciones de la vida moderna, atravesadas por sus experiencias afectivas, proyecciones y deseos.

Lorena tiene 33 años, está casada y tiene tres hijos de 4, 11 y 13 años de edad respectivamente, trabaja como empleada en una panadería y es en el bar de ésta donde transcurre la entrevista. Al introducir la pregunta sobre cómo es su alimentación en un día normal en su vida, responde que no tiene *día normal*, excepto los días que tiene franco en el trabajo, donde sí puede concretar todas las comidas diarias:

A [en] casa... No como, la verdad. Voy me siento dos segundos, estoy con mis hijos, me baño y me recuesto un rato [piensa como intentando recordar].

Después me levanto y ya a cenar. Muy rara vez que lo haga. No lo hago directamente. Estoy acostumbrada a estar yendo y viniendo, pero no me siento a comer (...) Yo supongo... creo que el organismo se acostumbra a eso de no comer, o a estar todo el tiempo yendo y viniendo, o... como una fruta o un sándwich. Yo creo que te conformás, tu cuerpo se va acostumbrando a eso.

De modo análogo a Cecilia, aparece la idea del *acostumbramiento* del cuerpo al ritmo de las actividades cotidianas, esta vez acompañado de la *conformidad*. Al profundizar en la charla sobre esa especie de resignación corporal a la falta de alimentos, Lorena enumera las tareas domésticas que debe realizar antes de su trabajo: *y hacerlo yo porque no lo hacen [en alusión a su esposo e hijos], por costumbre, están acostumbrados a que yo se los haga.*

Para Everinham (1994), la maternidad no existe exclusivamente en función de otros –los hijos o el padre-, ni se trata de una tarea individual que queda reducida al espacio privado. La maternidad es una función social que sitúa a la madre en una cultura materna y respaldada sobre sus propios juicios. Para este autor se trata de una relación social intersubjetiva que tiene poder para coordinar las perspectivas de la madre y el niño de manera que sean más o menos opresivas en la reivindicación de autonomía de ambos. La maternidad tiene su racionalidad y es en las prácticas reales donde puede rastrearse la circulación de sentidos que construyen subjetividades y definen modos de ser y estar en el mundo.

En la narrativa de Lorena se objetiva, a través de las elecciones alimentarias, su capacidad de advertir lo que *es bueno* para sus hijos, en oposición a la incapacidad del padre para este discernimiento:

Tratamos de maneearnos entre los dos, o de última se hace cargo él si no lo hice yo la noche anterior. Y bueno, pero es distinto porque va... y él compra por ejemplo así un paquete de salchichas con panchos ¡y le da! Y yo le digo: un paquete de salchichas no es bueno para que coman para ir al colegio, ¿me entendés? Pero bueno, la intención la tiene, tampoco podés andar... [risas].

La responsabilidad del cuidado de los hijos parece sustentarse, al menos en parte, en una aparente falta de pericia de su esposo para advertir lo que es conveniente para la salud de los hijos. Como vengo intentando mostrar, el asumirse como mujeres y madres, si bien responde a una lógica legitimada socialmente de desigualdad para las mujeres, también supone efectuar renegociaciones en función de ciertas ganancias vinculadas al reconocimiento familiar como legítima cuidadora del mismo a la vez que es capaz de proporcionar placer:

Yo no soy amiga de esas cosas [refiriéndose a comidas como los panchos], yo las dejo siempre a un lado. Yo siempre les preparo salsas, pollo, verduras [enumera preparaciones]. Cosas que a ellos les gusta mucho ¡Obviamente!

Lorena da cuenta, mientras explica las preferencias y aversiones alimentarias de sus hijos, de la maternidad como una forma de afirmación de la subjetividad:

¡Y bueno a mí nunca me gustó! Porque supongo que ellos han sido... O han adoptado mi forma, no sé (...) [luego de contarme las estrategias para adaptar las comidas a los gustos de todos sus hijos] ¡Porque yo los acostumbré así! (...) La nena que es muy delicada con la comida, yo la hice así por ejemplo, porque cuando ella era chica a mí no me gustaba el hígado, entonces yo no se lo daba. Porque a mí no me gustaba yo no se lo daba, ¿entendés? Bueno, así quedó ella.

La comida aparece como un modo en que la madre ratifica su huella imborrable en la historia de los hijos -los *acostumbra*, los *hace* de acuerdo a las propias preferencias-, pues como afirman De Certeau y Giard (2006) en el interés y el cuidado otorgado a las comidas, en los placeres y restricciones, se traduce en actos visibles, la relación que mantenemos con el propio cuerpo y con el del prójimo. Los sujetos constituyen una historia biográfica en los que sus propias experiencias de vida han sido construidas en relación con otros inscriptos en un orden cultural que determina sus comportamientos.

La concepción de los hijos como una copia de sí misma reproduce y afirma el lugar de la madre como dadora de identidad. Los hijos como elementos

clave a partir de los cuales se define esta identidad, ya que el rol maternal le brinda recompensas y gratificaciones. En el transcurso de la conversación, Lorena hace referencia repetidas veces, al cansancio debido a la rutina laboral y afirma que aunque no le gusta cocinar, cuando lo hace para sus hijos ésto cambia (*cuando lo hago para ellos, sí*). Asimismo, reconoce no consultar libros, ni revistas para mejorar las preparaciones para sus hijos, y aunque sanciona a su esposo por permitirles la ingesta de comida chatarra, tiene en claro que la comida es mucho más que eso y está dispuesta a intercambiar la falta de tiempo transcurrido con los hijos por la elección de la comida librada a criterio de los niños:

Entonces lo único que hago cuando llego es lavar, limpiar, estar con ellos (...) después nos vamos a algún lado por más cansados que estemos (...) A uno nos ocupamos de llevarlo siempre al Mc Donald's. Los llevamos a todos, qué se yo, y después los otros dos que nos quedan nos vamos a comer juntos en familia, y ellos obviamente que lo notan... porque es salir a cenar a un lado juntos con papá y mamá, y a ir a Mc Donald's y a sentarse ahí para que ellos jueguen. Es distinto [refiriéndose a la posibilidad de pasar tiempo en otras actividades cotidianas con sus hijos], pero bueno, es así...

Aquí aparece la otra cara de las madres que permiten el consumo de comida chatarra desoyendo las recomendaciones nutricionales que da la ciencia y que garantizarían una buena salud para sus hijos. La *comodidad* que algunas entrevistadas ven en estas prácticas, también constituye un modo de negociación de la tarea materna de dedicación exclusiva no cumplida a la vez que el disfrute de los momentos compartidos en familia. Instantes mínimos, reconfortantes, “la contingencia indescifrable de las microhistorias” -como dicen Luce Giard y Michel De Certeau- y encontrar ahí el sentido, en el encuentro con otros:

O sea tonteses, pero de decir, bueno, caminamos cinco cuadras pero estamos juntos. Es nuestra intención ¿entendés?

Tiempos medidos y tiempos vividos.

El tiempo de lo cotidiano surge del cruce de una dimensión social y una dimensión subjetiva, es decir que hay un tiempo social y una temporalidad cotidiana que está definida por los usos y el contexto (Reguillo, 2000a, p. 4). En la modernidad, el tiempo y el espacio son uniformados y estandarizados a partir de unidades de medidas entendibles por todos⁹⁶. Así, el tiempo-espacio de la vida cotidiana queda sujeto a una autorregulación diferenciada que Habermas (1989) denomina “gramáticas de la vida”, haciendo referencia a las normas, reglas y sistemas de combinaciones posibles en el marco de los intercambios, negociaciones y disputas entre significados diversos con los que se asume la vida cotidiana.

En la entrevista con Lorena el tiempo aparece como una dimensión primordial a partir de una temporalidad familiar que debe flexibilizarse para ser funcional a todos los miembros de la familia, y que es un referente de sentido fundamental en el modo de reapropiación de lo que constituye el *comer sano*. La organización de la dinámica familiar, en función de las actividades propias, de sus hijos y de su esposo, es experimentada como una compleja tarea que se manifiesta durante toda la conversación. Las dificultades para compatibilizar los horarios y actividades de todos y la escasez del tiempo muestran como Lorena negocia y hace uso de un tiempo delimitado socialmente como consecuencia de la diversificación de los lugares y jornadas de trabajo y de los requerimientos del sistema económico. Hablar sobre la comida implica dejar entrever cómo la temporalidad incide en su relación con el cuerpo (*te acostumbrás*), en la dinámica conyugal y en su forma de ejercer la maternidad:

Nosotros compartimos mucho tiempo. ¡Bah! El poco tiempo que compartimos, porque muchas veces no compartimos mucho tiempo, siempre tratamos de dialogar o decir qué hacemos mañana o qué hacemos más tarde. O sea, siempre tratamos el tema, nunca lo dejamos a un lado porque sabemos que al día siguiente tenemos que hacerlo. (...) [Al hablar sobre la cocina en relación a

⁹⁶ Según Giddens una de las principales consecuencias de la modernidad ha sido lo que él denomina “vaciado temporal” y “vaciado espacial” consecuencia del “desanclaje” espacio-temporal producido a partir de la objetivación de estas categorías.

sus hijos]. *No le dedico mucho tiempo (...) entonces sí o sí tengo mis días para dedicarme un tiempito para darle de comer a ellos. ¡Entonces es como que yo la uso porque la necesito!*

La percepción del tiempo en Lorena hace que intercambie calidad por cantidad, calidad que está determinada fundamentalmente por la *responsabilidad* con sus hijos y donde la cocina se convierte en un recurso para a enfrentar la hostilidad de la temporalidad cotidiana. A su vez, este modo de apropiarse del tiempo en la vida cotidiana cuenta con un referente que es su madre, figura que introduce cuando me cuenta cómo aprendió a cocinar:

¡Sola! Por ejemplo, mi mamá trabajaba mucho y en eso cuando ella llegaba a la noche... En el único momento que la veía era a la noche [aclara]. Miraba cómo cocinaba y así fui aprendiendo sola, porque tampoco me iba a poner a decirle 'enseñame' porque ella también venía cansada y muchas veces cuesta tener que enseñarle a alguien estando cansada, y querés comer y acostarte a dormir. Así aprendí, observando y mirando. [En respuesta a la pregunta si su modo de cocinar se parece al de su madre] Puede, puede haber un par de cambios, pero también me fui adaptando a la forma en que ella lo hacía, porque por ejemplo, ella dejaba la comida hecha a la noche para que al otro día nosotros comiéramos (...) y supongo que mis hijos lo harán de esa manera.

La *inscripción en la temporalidad*, que según Giard y De Certeau (2006, p. 192) marca la superposición de historias y memoria, se registra no sólo en los cambios de lo que en un lugar y un tiempo dado se considera legítimo, sino también a partir de la experiencia correspondiente a las etapas de la vida de las personas. Así, la delimitación social del tiempo y el espacio no anulan la diversidad de sentidos con que estos son apropiados por los sujetos. En el cruce de sentidos entre maternidad y tiempo, Lorena no exagera el valor de la mujer dedicada enteramente al cuidado familiar, sino que la propia experiencia se funde con el recuerdo materno del cual, mediante las narrativas sobre la comida, toma elementos que vinculan pasado, presente y el futuro.

Reinados e invenciones.

A lo largo de esta tesis he venido mostrando los sentidos que circulan socialmente sobre la comida, a partir del encuentro entre unos saberes cotidianos y el conocimiento médico nutricional. Cruce, que como muestran por sí mismos los relatos, adopta multiplicidad de formas y funciones que se inscriben en lo social y la cultura desde los espacios mínimos por donde transcurre la vida cotidiana.

El discurso legítimo sobre lo que constituye una alimentación saludable, pese a contar con el respaldo de la ciencia -que garantiza su credibilidad- no es monolítico, y así como no constituye un bloque homogéneo, los usos que las personas hacen de él también son variados (*De Certeau, 2000*), a la vez que los dispositivos por donde circula el sentido también presentan de manera específica diferentes niveles de relevancia y significatividad: madres, hijos, médicos, medios de comunicación.

De manera general, en los relatos aparece a primera vista una adhesión incuestionable a los lineamientos que propone la ciencia nutricional y al entendimiento del cuidado de la salud por medio de la alimentación como una responsabilidad individual y personal. Sin embargo, las expresiones y gestos dan cuenta que la utilización que los sujetos hacen de estas premisas no es unívoca y que son siempre asumidas de modo colectivo, es decir *con* y *para* otros.

Uno de los lugares donde pierde fuerza la impronta del discurso médico, y aparecen sentidos diversos, es la *cocina*. La cocina, ya sea como un conjunto de prácticas o como un espacio, que pese a su carácter rutinario constituye una fuente de “placer e inversión”, como dirían De Certeau y Giard (*2006, p. 154*) al concebir las prácticas culinarias como un lugar donde se entrecruza la tradición y la innovación, el pasado y el presente donde lo que se requiere es adecuarse a la circunstancia en “el aquí y el ahora”.

Adentrarse en las conversaciones sobre lo que significa *comer sano*, derivó inevitablemente hacia las prácticas para la elaboración de esa comida, es decir, hacia la *cocina* y las *recetas*. Allí la alimentación saludable y el conjunto de normas y prescripciones -puestas de relevancia por los profesionales de la salud y los medios de comunicación- expuestas durante las conversaciones, ceden lugar a los relatos sobre las operaciones, las preocupaciones, las habilidades manuales y

mentales requeridas para llevar adelante esas tareas, y la trasmisión de conocimientos necesarios para *hacer* la comida. En esos momentos, la intención de las palabras se desplaza desde un *saber comer* como forma de presentación - poblado de términos más o menos próximos al discurso de la ciencia- hacia el *hacer la comida* que deja entrever una forma de seducción y una búsqueda del reconocimiento por parte de quienes disfrutarán de esas comidas, sean consideradas estas *saludables* o no.

Durante la entrevista con Nelly, me cuenta que aprendió a cocinar imitando a su madre y su suegra, a las cuales califica de *muy buenas maestras cocineras* y recuerda los motivos y detalles de sus inicios en la cocina:

(...) y entonces yo aprendí, por darle el gusto a mi marido, muchas de las comidas de mi suegra también... (...) La fui copiando a mi mamá, la fui copiando a mi suegra. Tengo el libro de la Petrona ¡Está tan viejo el pobre! Pero de ahí me copiaba comidas que por ahí mi mamá no acostumbraba a hacer.

Considerando las apreciaciones que viene haciendo sobre algunas modificaciones que introduce para reducir grasas en las comidas, le pregunto si aún continua elaborando esas mismas comidas a lo que responde:

Sí, sí, sí... Yo trato en lo posible de... Es un placer para mí cuando están comiendo todos. Ahora, no te creas que todos los días me gusta cocinar... No, ¿eh? Mi viejo ya se acostumbró.

Nelly da cuenta de sus referentes principales a imitar en el aprendizaje de la cocina mediante la puesta en práctica de recetas heredadas de la tradición familiar femenina. A la vez, muestra cómo ya en esos años los modelos que venían transmitiendo las generaciones precedentes comienzan a reconfigurarse al introducirse nuevas fuentes de conocimiento en materia culinaria provistas por los medios de comunicación⁹⁷ cuando los saberes de las mujeres de la familia no resultaban suficientes para hacer frente a las demandas cotidianas.

⁹⁷ Petrona C. de Gandulfo (Doña Petrona) impulsó el arte culinario través de la promoción de cocinas a gas dando clases presenciales. En el año 1934 editó "*El libro de Doña Petrona*", una enciclopedia de recetas y de sugerencias sobre cocina que se vendió en múltiples ediciones, el cual

A la vez, este y otros relatos me ayudan a comprender cómo, frente a una obligación femenina impuesta, las entrevistadas van conformando unos modos personales de representar su papel y su competencia como mujeres. En el caso de Nelly, su disfrute manifiesto ante el reconocimiento familiar por *su* comida se expresa paralelamente a una intención de desvincularse de la cocina como obligación cotidiana, que la aparta del estereotipo tradicional de la mujer. Asimismo, expresa cómo este lugar, tradicionalmente reservado a las mujeres para cumplir con las tareas femeninas, puede ser apropiado como espacio exclusivo donde puedan ser ellas mismas:

*Se había jubilado mi marido, que ahí es donde cambió mucho mi vida (...)
Mi marido trabajaba en la contaduría de Renault, que era esclavo en el trabajo.
Cuando venía a casa empecé a darle con todos sus gustos y sus comidas... ¡Y
después tenerlo por todos lados! Iba a la cocina y estaba ahí... Iba a... ¡Me
sacaron de mi reino! Claro, era para compartirlo con él. Y vos sabés cómo me
costó... Me la tuve que tragar.*

El espacio doméstico de la cocina constituye un lugar que le permite afirmarse en su rol femenino. A través de sus palabras muestra como negocia significados con su contexto, en un espacio reservado al ámbito doméstico donde se reproduce un estereotipo tradicional de género, ella ejerce su gobierno y se convierte en reina, parafraseando a De Certeau y Giard (2006) funda su identidad como mujer y su pequeño espacio de libertad.

Al igual que lo señalé antes, este fragmento también da cuenta de dos componentes fundamentales de la vida cotidiana: el tiempo y el espacio. Importancia que viene dada porque organizan y marcan ciclos y lugares para el desarrollo de las prácticas (Reguillo, 2000a). Sobre la base de un *espacio* establecido socialmente como propio de las mujeres (aunque hoy en día son muchos los hombres que hacen uso del espacio de la cocina, ya sea como

incluía no solo recetas de cocina y secretos culinarios, sino también consejos para la mujer moderna que incluían organización del hogar, y de las tareas de mantenimiento, e incluso una sección para la mujer que trabaja y cuida de su hogar. Doña Petrona divulgó sus recetas a través de la radio, y luego en la televisión.

actividad recreativa o rutina cotidiana) y la pertenencia a una categoría social definida por la *temporalidad*, como ha sido la jubilación del esposo, Nelly se apropia de estos componentes significándolos al asumir que su trono culinario debía ser compartido.

Al hablar de la comida y el comer, se pone en evidencia una de las maneras de relación entre las personas y el mundo, al delinearse una de las marcas fundamentales en el ámbito espacio-temporal (*De Certeau y Giard, 2006*). La memoria da lugar al examen de formas de trasmisión de saberes alimentarios que poco tienen que ver con las premisas de la nutrición, pero que sin embargo arrancan gestos y tonos de voz que dan cuenta de su profundidad. Los recuerdos de Lita, a quien presenté en el segundo capítulo, también permiten visualizar cómo en los quehaceres cotidianos es posible encontrar sentido, poniendo de manifiesto intereses, ingenio y diversidad. Lita me cuenta que *siempre* le gustó cocinar, actividad en la que se inició desde su infancia:

Bueno, de chica me gustaba cocinar, tal es así que hasta amaso. ¡Tengo un palo de amasar de un metro! Este... Y mi padre que le gustaba muy mucho, a pesar de que mi padre era ebanista. Nada que ver. Pero... mi abuela y mi padre me ayudaban a... se ponían los brazos... las manos debajo de los brazos míos y me ayudaban a amasar. Entonces con la palma de la mano yo tenía que amasar (...) Me gustó siempre cocinar [Le repregunto si su padre y abuela le enseñaron a cocinar] Claro, y mi madre también porque... También. Pero el amasado era más de mi padre y de mi abuela.

Como dice Leo Moulin (1975) “lo más indicado es creer que comemos nuestros recuerdos, los más seguros, los más sazonados de ternura y ritos, que marcaron nuestra infancia”. Así, es posible ver cómo se produce la superposición de lo social, lo cultural y las historias familiares y personales, con lo que se complementa el análisis del relato que inicié en el segundo capítulo. Allí se vio el debilitamiento del discurso legítimo acerca de lo saludable en el cruce con otros significados más vinculados con las experiencias afectivas, por lo que al hablar de la comida se está haciendo referencia a modos de relacionarse con otros y con el mundo, a partir de profundas huellas que han quedado en la memoria, en el

recuerdo de momentos compartidos que convocados por la preparación de los alimentos. Más adelante, Lita y Daiana recuerdan la experiencia del trabajo colectivo en la preparación de alimentos:

Mi padre, mi madre los hacían para los acontecimientos, ponele, Navidad. Era sagrado. Los capelettis, ahora hace mucho que no los hago porque...
 [Explica detalladamente el procedimiento] *La Dai aprendió porque claro, hacía falta gente para ayudar. Pero miles, hacíamos miles de capelettis.*

Revela la receta, explicándome cada detalle de los ingredientes, técnicas y procedimientos necesarios, dando cuenta de secuencias, selecciones y ritmos inscritos en una “historia cultural regional”, puesto que se trata de la costumbre familiar que a la vez que reúne la tradición de la tierra italiana de donde vinieron sus padres con las generaciones ya nacidas en Córdoba. De Certeau y Giard (2006) narran que en el exilio, lo que más tiempo subsiste como referencia de la cultura de origen se vincula a los alimentos como una forma de inscribir la pertenencia a la tierra de origen, al menos en los acontecimientos festivos. En la experiencia reactualizada de Lita, el alimento se convierte en “un discurso del pasado y en el relato del país donde se nació” (p. 190). En consecuencia, narrar las prácticas alimentarias, aunque el disparador haya sido su relación con la salud, constituye una red conformada por multiplicidad de elementos historizados mediante los cuales Lita hace emerger aspectos de la alimentación que el discurso de la ciencia nutricional ha silenciado.

La cocina constituye un conjunto de circunstancias dotadas de creatividad e inventiva caracterizadas por la singularidad de su ejecutante. En palabras de Lita:

Entonces para hacerles las tortas de cumpleaños y todas esas cosas.
 [Mientras me cuenta que al nacer sus sobrinos realizó un curso de repostería y del placer que le causa hacer cosas dulces] *Si bien no sé decorarlas tanto, porque eso hay que tener mano bien para decorar, pero las saco... según dicen, que son ricas. Me gusta hacer mezclas. Eso sí, lo hago a criterio mío. Yo al dulce de leche lo mezclo con distintas cosas: crema o chocolate, en fin... Veo como para quién*

es... Disuelvo eso para que la crema se haga y tenga otro gusto. ¡Ah! ¿Hiciste la crema Bariloche? [aludiendo a algún tercero que le pregunta] ¡Ah! ¡Mucho gusto! Yo no lo sabía. La venía haciendo pero con inventos míos.

El toque personal, la particularidad al mezclar los ingredientes y la libertad para crear son para Lita ocasiones en las que a través de sus palabras se autoriza a sí misma separándose del saber de la ciencia y dotando de inteligencia y memoria al saber empírico de lo cotidiano. Durante nuestra charla logro ratificar esto cuando me cuenta que siempre tiene a mano un lápiz y un papel para anotar las recetas que se le ocurren porque *yo siempre dije que algún día voy a hacer un recetario propio*. Más adelante en la conversación, en voz muy baja y con aire de misterio me pregunta: *¿Alguna receta en especial?*, demostrándome su confianza al estar dispuesta a transmitirme algo de su saber, puesto que ella sabe que allí se conjugan sus propios recursos de inventiva, inteligencia y memoria y reconoce el valor de la transmisión de estos saberes. Al igual que sus sobrinas (a falta de hijas), soy mujer, profesional y potencialmente madre y esposa, por lo que la receta de *ñoquis de papa* que me explica minuciosamente presuponiendo que podría resultar de utilidad en mi rol femenino. A la vez, manifiesta un reconocimiento por validar su saber en el mundo de la cultura letrada, dejando por escrito y disponible su impronta culinaria.

Lita aunque no se ha casado ni tuvo hijos, reconoce el bagaje de conocimientos en la cocina como un capital de saberes y destrezas que una mujer debería poseer:

Mi cuñada, inclusive ella hacía las tortas, pero cuando se casaron los hijos, ¿no es cierto? [pide la aprobación a su sobrina] Algo gracioso... Este... Claro, yo pensaba que la madre era la que tenía que hacer todas las cosas. Entonces un día el Rodolfo viene a casa y me dice: ‘Tía Lita’, porque yo soy la tía de cincuenta sobrinos, ‘necesito que me hagas un favor. Vos cobrámelos [gesto que sería una locura que un sobrino le pague por algo]. La mesa dulce incluida la torta’. (...) ¡Y se ve que les gustó!

Luego reproduce el diálogo que mantuvo con otro de sus sobrinos:

Pablo: -Tía, ¿me vas a hacer la torta?

Lita: -Pero vos dijiste que la hacía tu señora.

Pablo: -No, no, no. Vos me la tenés que hacer

Lita: -Pero, ¿cómo querés...?

Pablo: - ¡Ah! Hacérmela como la hiciste para el hijo

Lita: - Pero mirá... Pero es...

Luego explica: *¿Por qué? Porque tenía el bon o bon, y el bon o bon mezclado con la crema, que el licor y qué sé yo....*

La cocina y todo su sentido se concreta en el momento en que es disfrutada por sus comensales y reconocida por estos. Allí, las expresiones de Lita hablan de un modo de ser mujer, que se construye desde ella y sus preparaciones y en la interlocución con esos hombres que prefieren su comida a la de sus propias compañeras, y con estas últimas en la comparación implícita.

Probablemente debido a su edad, puesto que fue una de la entrevistadas mayores, la narrativa de Lita es una de las que de modo más claro permite reconocer cómo se pone en juego una cultura de los singular (*Giard y De Certeau, 2006*), que le permite movilizar técnicas y conocimientos culinarios imprimiendo su huella en las prácticas socialmente compartidas y renegociando sentidos que se inscriben en el orden de lo legítimo social.

CONCLUSIONES

Si la comunicación es la producción sociocultural del sentido, la comida constituye uno de los lugares más apropiados para abordarla, puesto que allí el sujeto *incorpora* a los otros y al mundo. Para que una sustancia se vuelva comestible su significado como tal debe ser acordado colectivamente, y establecidos socialmente los modos en que es representada como alimento, lo cual requiere inevitablemente de la interacción y mediación de los seres humanos. De allí que, reconociendo la dimensión simbólica e imaginaria de la comida, lo que se *dice* sobre ésta, resulte de tanta importancia como lo que efectivamente se ingiere.

Lo alimentario queda doblemente vinculado a la oralidad: a través de la experiencia sensorial y corpórea de incorporación del alimento, y a través de la palabra, mediada o no. En esa convergencia de sentidos, en lo alimentario puede leerse el encuentro entre lo moderno y lo tradicional, entre lo culto y lo popular, entre la ciudad y el interior. Este cruce resulta extremadamente complejo, ya que estas relaciones no son simétricas ni estables, y los polos no necesariamente son correspondientes entre los pares.

En la sociedad actual, atravesada por el proceso de mediatización, la alimentación en diversas formas ocupa un amplio lugar en el espacio público. De una actividad rutinaria circunscripta al ámbito doméstico ha pasado a constituirse en una de los protagonistas de la escena mediática. La alimentación como bloque fundamental en el proceso moderno de medicalización, ya no es propiedad de un reducido grupo poseedor del saber experto, sino que el discurso de la ciencia nutricional, sus términos, recomendaciones y prescripciones circulan en la vida cotidiana de las personas formando parte del sentido común.

El hilo conductor de esta tesis lo constituyen las interacciones, representaciones e identificaciones que se estructuran sobre las narrativas de las personas que participaron de esta investigación. Al explorar los sentidos construidos acerca del *comer sano* pude comprender las relaciones que se establecen entre el conocimiento científico y el saber de sentido común como modo de visualizar, en su dimensión narrativa, el paso de la *alimentación saludable* expandida principalmente por vía mediática, a la *comida* de todos los días.

En esta tesis trabajé con siete mujeres y un hombre residentes en diferentes barrios de la ciudad de Córdoba. Todos ellos se consideran a sí mismos como perteneciente a la clase media. Ninguno tiene estudios universitarios, sin embargo, su capital cultural y social es claramente diferente entre ellos. Sus edades y situaciones familiares son variadas. Esta diversidad de características y trayectorias de vida hacen que los modos de experimentar las transformaciones que históricamente se dieron en las condiciones económicas, institucionales, educacionales y de salud en la Argentina y Córdoba, impacten singularmente en su cotidianeidad.

Ricoeur (1996) afirma que *narrar* significa decir quién ha hecho qué, por qué y cómo, desplegando en el tiempo la conexión de estos puntos de vista. En este sentido, los entrevistados me contaron qué significa para ellos comer sano, que intereses y motivaciones reconocen, cuáles son sus experiencias. Para esto adoptaron posicionamientos y anclaron sus universos alimentarios a identificaciones vinculadas a sus ideales de cuerpo, a la clase, al género y a la cultura. En definitiva, me mostraron cómo al *narrar la comida* extraen sentido de sus experiencias y son producidos como sujetos.

La singularidad de lo socialmente construido.

A los fines de la presente investigación he analizado los modos en que son elaborados simbólicamente las categorías y lineamientos que propone la ciencia nutricional, los intercambios comunicativos mediante los cuales se producen, y cómo pasan a formar parte del sentido común. Para ello, utilicé el concepto de representación social como herramienta de análisis del *comer sano*, en tanto constituye una forma de conocimiento socialmente elaborado y compartido, orientado hacia la práctica y que hace a la construcción de una realidad común a un grupo social.

Ninguna de las personas con las cuales conversé cuestionó la idea de que la alimentación debiera ser *sana*. Lo cual da cuenta de la expansión de un discurso socialmente legitimado y naturalizado, en el que los sujetos se reconocen, pero

también, con el cual negocian y diputan entre una multiplicidad de sentidos posibles.

Las búsquedas bibliográficas, documentales y mi propia percepción respecto de la amplia y creciente presencia pública de la ciencia nutricional como referente autorizado para hablar de la comida, encontraron su correlato en los diálogos que mantuve durante el trabajo de campo, puesto que la alimentación relacionada con la salud constituye un fenómeno sobre el que se conversa, se discute y se intercambian informaciones.

De manera general, en los encuentros durante el trabajo de campo, se delinearon dos instancias. Un primer momento de adhesión explícita a los lineamientos de la ciencia nutricional, plagada de afirmaciones y justificaciones destinadas a demostrar el plegamiento a esta propuesta. Y una segunda etapa, donde las reglas se flexibilizan, las expresiones se vuelven más libres, surge la alusión a la tradición familiar, a las vivencias personales, dejando lugar a la singularidad de sus historias. De allí, que el entrecruzamiento entre un tipo de racionalidad científica y otra propia del sentido común, no pueda ser comprendido de modo dicotómico, sino que en el marco de determinados acuerdos, circulan y coexisten sentidos ambiguos e incluso contradictorios.

Las representaciones sociales son producto de condiciones históricas, sociales e ideológicas que los sujetos internalizan y socializan, que permiten pensar articulaciones entre la construcción socialmente legitimada del *comer sano* y la apropiación que los sujetos hacen de ésta. La utilización de términos como *evaluar*, *pensar*, *saber* hablan de la expansión de una *conciencia alimentaria* (Barthes, 2006) en la cual se inscriben las prácticas alimentarias de los sujetos. Estas son configuradas discursivamente con base en el desplazamiento del valor de las percepciones obtenidas por medio de los sentidos y el conocimiento empírico, frente al predominio de la alimentación, concebida como una operación de discernimiento ante una multiplicidad de opciones disponibles.

A medida que asciende el capital social y cultural de los entrevistados, los términos y especificaciones son mejor conocidos. *Comer sano* se instala como formando parte de un *estilo de vida* que se rige por la idea de la *medicina preventiva*. Ello requiere de ciertas competencias para reducir las incertezas que

presenta un mundo incierto, en el que se desenvuelven los sujetos, tarea que requiere de ciertos procedimientos regulados y que tiene como fin anticiparse a la aparición de un *índice malo*. En esta búsqueda de seguridad, los conocimientos técnicos sobre nutrición y alimentación median la experiencia cotidiana y generan representaciones que orientan comportamientos preventivos frente a los numerosos riesgos que amenazan cotidianamente la salud.

La retórica de la responsabilidad personal y los cambios de comportamiento predominantes en el discurso de la prevención de la salud, es evocada en la mayoría de los relatos, permeados por el sesgo moralista e individualista considerado propio de las sociedades posmodernas. Sin embargo, ello no implica que los saberes tradicionales desaparecen dando lugar absoluto a la imposición de las normas alimentarias que la ciencia establece como legítimas, sino que son resignificados y renegociados de modo que se haga posible el intercambio con otros y la continuidad del orden social. Tal es así, que pese a la importancia fundamental de la cultura escrita en la sociedad actual, es en los diálogos cotidianos que el *saber comer*, el *saber hacer de comer* - independientemente de la precisión o discontinuidad de esos conocimientos-, constituye el lugar principal donde se trasmite y pone en circulación el saber del sentido común.

Trabajar con la noción de representaciones sociales permitió explorar ciertos marcos y categorías que orientan las lógicas de las narrativas, que también pueden operar como indicadores en las modificaciones del pensamiento social. Tal es el caso del retorno a la naturaleza a través de los alimentos locales y del uso de medicinas tradicionales, que habilita la reflexión y el cuestionamiento acerca del significado de *lo saludable*. Sin embargo, estas expresiones no permanecen exentas de ciertos imperativos socioculturales vinculados a la regulación (*la dieta*) y a una cierta moral tradicional.

Si bien no he pretendido en esta tesis centrarme en el análisis de los medios masivos de comunicación, no puede desconocerse que la construcción de subjetividades se nutre de manera progresiva de “materiales simbólicos mediáticos” (Thompson, 1998, p. 269). En este sentido, las posibilidades de acceder a estilos, prácticas y conocimientos sobre alimentación se han visto

ampliamente acrecentadas debido a su amplificación por vía mediática, aunque finalmente, el modo en que los sujetos lo apropien dependa de sus propios intereses y expectativas. En los diálogos que mantuve para esta tesis, las marcas publicitarias que emergen de los entrevistados con un nivel de relevancia mayor, lo hacen en asociación a experiencias personales o familiares que demuestran su validez. En la voz de quienes las enuncian, pude reconocer que si un determinado producto nutricional o un programa televisivo acerca de la obesidad aparecen como significativos, es porque anclan en la obtención de la felicidad de quienes acceden a su promesa, en este caso la posibilidad de un cuerpo que encaje en los parámetros de la normalidad. O al menos a la interrupción del sufrimiento del que permanece al margen. La demostración de estos logros por parte de quienes los promueven y utilizan validan su eficacia. De igual manera, cuando el criterio para elegir ciertos alimentos es la marca publicitaria, la justificación es el uso por parte de algún referente de sentido -como la madre- y la confianza en aquello que se ha usado *toda la vida*.

Asimismo, las personas que se posicionan desde visiones más críticas, ya sea hacia el modelo de la medicina occidental o hacia el conocimiento de tipo supersticioso o mítico, expresan su sarcasmo acerca de los medios de comunicación y su rol en la publicidad de alimentos y la promoción de ciertos estereotipos corporales. No obstante, sus relatos aparecen atravesados por representaciones vinculadas al disciplinamiento aunque las normas se denominen de modos diferentes.

Un concepto de comunicación que se imbrica con la cultura posibilitó un análisis donde la redefinición de lo que se enmarca dentro de los parámetros de la *normalidad*, no se produce por la acción directa de los medios de comunicación o de las directrices proporcionadas por los expertos de la nutrición y la salud, sino que se encuentra mediada por ciertos referentes de sentido, que operan con diferentes grados de relevancia según los contextos situados en que sean resignificadas las prácticas alimentarias.

El *comer sano* como una concepción construida socialmente, conformada principalmente por un conjunto de contenidos hegemónicos sobre la alimentación y la salud que propone la ciencia nutricional, es articulada y materializada en la

vida cotidiana, donde adopta diferentes grados de flexibilidad según una multiplicidad de factores. Allí, la intersubjetividad se particulariza en función de las biografías personales, los acontecimientos, las experiencias concretas y las informaciones alternativas que se producen y circulan en el marco de las interacciones comunicativas.

Cuerpo apropiado, cuerpo demostrado

El pensamiento del sentido común se construye en diálogo permanente en la vida cotidiana, lo cual implica operaciones de reconocimiento de sentidos compartidos, de oposiciones y tensiones. Allí, las narrativas sobre la comida constituyen tomas de posición y de construcción de argumentos, formas retóricas de presentación y entendimiento de realidades constructoras de subjetividades.

En la interpretación de los relatos sobre la comida, hallé en primer lugar que la tarea cotidiana de constituir y sostener las situaciones sociales es una zona donde se construye el sentido. En la gramática de la interacción pude visualizar procesos que operan como modos de estabilización entre el mundo personal y el *comer sano* tematizado en el espacio público. Mediante esta relación se pone en marcha un modo de alineación de los sentimientos subjetivos con los lugares objetivos ocupados dentro del mundo social y cultural. Asimismo, al adscribir al discurso de la ciencia nutricional, mis interlocutores no sólo se presentan a sí mismos y se distinguen individualmente, sino que delimitan un afuera y un adentro, y afirman el sentido de pertenencia a un determinado grupo social: los *no- gordos*, los que *piensan*, los que *saben comer*, la clase social, las mujeres.

La moderación, el control de *las tentaciones*, el manejo de *la ansiedad* frente a la comida, antes que estrategias para preservar y mantener la salud, constituyen valores sociales que operan como una vía para la construcción corporal y subjetiva. La presentación, demostración y construcción del *físico*, *la figura*, *la silueta*, a través de los relatos, gestos y exclamaciones, toman como fuente experiencias que contribuyen a construir las interpretaciones más convincentes sobre sí y sobre otros, en consonancia con las representaciones reconocidas por las instituciones y el Estado como legítimas.

La construcción discursiva del cuerpo aparece como un elemento central en los relatos que opera como una *piel*, una superficie mediante la cual los sujetos se presentan y demuestran sus afiliaciones identitarias en la interacción. Esta demostración materializa el reconocimiento -y los recursos materiales y simbólicos con que cuentan los sujetos para apropiarse- de la representación legítima acerca de la conformación y mantenimiento del cuerpo. En otras palabras, tras la adhesión, percepción y valoración de las prácticas alimentarias y el cuerpo, se encubre un proceso de dominación simbólica en el que unos se apropian del sentimiento de legitimidad y otros sufren la incomodidad de un cuerpo que parece no encajar en ella. Esto implica que la *moderación, la delgadez, el saber comer* -y la naturalidad con que son expresados- pasa por un *habitus* construido que permite participar de los intercambios y relaciones sociales. Allí, la subjetividad es atravesada por un ideal corporal aceptado y legitimado socialmente que sanciona a aquellos que se alejan de la norma, los desviados, que en este caso representan principalmente *los gordos*. La obesidad no es aceptada como destino del cuerpo, y entonces *adelgazar* se convierte en un proyecto. En consecuencia, para algunos puede ser parte del propio proyecto y los lineamientos nutricionales constituyen un insumo para tal fin. La comida regulada deviene uno de los medios que viabilizan la incorporación a un escenario social que aparece como desafiante, y donde el cuerpo es visto como vector para el acercamiento a otros. Para otros, la presencia mediática de los gordos y la exhibición de su intimidad, sirve para reafirmarse a sí mismos como ejemplo de moderación y autocontrol frente a quienes hacen de su cuerpo el depósito de actitudes de voracidad y glotonería.

Vigarello (2011) muestra que la historia de la obesidad se configuró con base en un fuerte carácter estigmatizante, desde el glotón medieval hasta el obeso moderno y su incapacidad para adelgazar en la sociedad individualista actual. Frente a este proceso de degradación material y moral que conforma subjetividades, el sentido se dirime entre una visión más individualista, de descrédito del gordo a través de distinciones y juicios morales que sancionan actitudes individuales -aunque requiera necesariamente del reconocimiento intersubjetivo para operar como distinción-; y una visión donde el sentido acerca

de los modos legítimos y no legítimos de la alimentación y del cuerpo aparecen claramente mediados por experiencias personales, familiares y afectivas, recuperadas de las narrativas biográficas y la trayectoria social de las personas que operan como modo de acercamiento a otros.

La realidad social impone condiciones para la interpretación y relectura de los discursos, y es por ello que en las normas nutricionales se asientan y camuflan cánones estéticos, de estatus social y género a las cuales los sujetos adscriben. Pese a su alto grado de naturalización, la existencia de representaciones compartidas no necesariamente implica el mismo nivel de comprensión entre quienes participan del intercambio. Así, también se despliegan maneras específicas de interpretar, comunicar y actuar esta realidad, construyéndola y reconstruyéndola permanentemente.

Madres eran las de antes

Durante la búsqueda y contacto con personas para realizar las entrevistas, di con que se volvía sumamente dificultoso encontrar hombres con las características descritas en la metodología, que fueran los responsables de la alimentación familiar. Ya durante los encuentros y el análisis del corpus empírico visalicé la necesidad de dedicar un apartado a *las mujeres*, puesto que la conformación por género de los entrevistados no era producto del azar. Narrar la comida y su relación con la salud, disparó en los relatos, modos de asumir el cuerpo, de ser madres e hijas y de pensar y ver el mundo a partir de rasgos identitarios asignados al género femenino. Para ello consideré que estos, en vinculación con el cuerpo, la clase social y el género no suponen una suma de variables, sino el análisis de mediaciones que operan articuladamente, y en redefinición permanente a partir de la apropiación del discurso de la ciencia nutricional.

En esta tesis muestro cómo las categorías de la ciencia nutricional se vinculan a la construcción de cuerpos acordes a un peso y formas establecidos como ideales, pero también valorados en función de características femeninas que operan como rasgos identitarios, a partir de los cuales las entrevistadas se

reconocen. Frente a la representación hegemónica que condiciona tal apropiación, ésta aparece mediada principalmente por las costumbres familiares y sostenidas principalmente en la figura materna.

Durante las conversaciones se pusieron de manifiesto sentidos vinculados a ciertos estereotipos de género basados en el rol reproductivo de la mujer, donde dicha impronta se convierte en instancia decisiva en la conformación de los parámetros de lo que constituye *lo normal, lo bueno y lo sano*.

Las relaciones que se establecen entre las valoraciones, los conceptos y las experiencias de estas mujeres, muestran el establecimiento de ciertas ideologías asociadas al rol de la mujer, que también es madre, ligadas las funciones educativas, nutricias y de cuidado del otro. Estas se expresan principalmente en el reconocimiento a la tarea de aquellas mujeres hábiles para organizar racionalmente la vida doméstica, dedicadas al cuidado de otros a través de la alimentación. Con mayor o menor adhesión y manejo de tecnicismos nutricionales, la idea de proporcionar la *comida sana, buena, variada o equilibrada* aparece ligada a la valoración de la imagen de la mujer/ama de casa como mejor capacitada para llevar adelante el cuidado de los integrantes de la familia, así como la naturalización de esta responsabilidad como propia de la mujeres/madres. Idea que se refuerza en los juicios sancionadores generalizados hacia aquellas que no cumplen con estas características de dedicación y racionalidad doméstica, asociadas a su vez con la inserción en el mercado laboral.

Estas apreciaciones, que pueden ser entendidas como producto de una construcción social que reproduce la dominación masculina, permite pensar la maternidad, no como la dominación de los hombres sobre las mujeres, sino como un sistema de significados altamente naturalizado, donde son también las propias mujeres quienes adhieren a tales premisas y donde el modelo patriarcal se cuela en los relatos.

Reflexiones finales

En una clase media como la argentina y cordobesa, históricamente configurada en oposición a los sectores populares, donde la educación constituyó un valor esencial y la autonomía el premio al esfuerzo y el trabajo individual, es

de esperarse que la adquisición de competencias que permitan intelectualizar una práctica ordinaria como la comida aparezcan altamente valoradas. A su vez, y atendiendo a la heterogeneidad del mismo, este sector se caracteriza -al menos en el medio urbano- por su adscripción a la representación dominante del cuerpo bello, delgado y sano como calificativos homologables, cuya obtención y mantenimiento dependen de la conformación de un determinado estilo de vida (Aguirre, 2006). Elección esta, que plantea una serie de oposiciones y tensiones, donde lo *magro* no siempre coincide con lo *sabroso*.

En las entrevistas, las prácticas alimentarias más asociadas a la falta de racionalidad, sancionadas ya sea por la falta de control de los impulsos, desvalorizadas por su connotación supersticiosa o asociadas a los sectores populares, permiten apreciar el desplazamiento de aquellas competencias más tradicionales vinculadas a la experiencia sensorial en relación a la selección y preparación de los alimentos hacia otras capacidades interpretativas de tipo intelectual. Operación para nada simple, ya que se produce una imbricación de sentidos donde la gestión doméstica, el conocimiento práctico, la dedicación planificada y minuciosa al cuidado de los otros, continúan siendo el eje en torno al cual se articulan opiniones, sanciones y apreciaciones mediante las cuales unas mujeres -de características disímiles entre sí- valoran a otras y se reconocen a sí mismas. Un ejemplo de ello es el de la actitud materna frente a la denominada comida chatarra como práctica habitual en los niños. Allí, donde algunas entrevistadas sancionan una postura de *comodidad* de ciertas mujeres para evadir tareas domésticas inherentes a su rol de madres, otras la justifican como un modo de compartir y disfrutar los pocos instantes que el tiempo cotidiano habilita. Se efectúa entonces una renegociación, donde la imposibilidad de la tarea materna a tiempo completo se compensa con la alegría de los momentos compartidos.

Algunas de las mujeres con quienes conversé coincidieron en dedicarle al tema de la cocina mayor tiempo e importancia. Las dos entrevistadas de mayor edad en particular, expusieron cómo en el marco de ciertos roles construidos socialmente, despliegan toda su creatividad e inventiva singularizando una tarea *naturalmente* femenina. Ellas recuperan y dan valor a saberes puestos en circulación y transmitidos de generación en generación. Cuentan cómo a estos

conocimientos les imprimen su propia huella (*su toque*) y permiten identificar un lugar donde el sentido se concreta: el momento en que la comida es disfrutada y reconocida por los comensales. Sin afán de idealizar o concebir como esenciales o dotados de autenticidad aquellos modos más tradicionales, ni de negar el entrecruzamiento con otros saberes, ellas demuestran maneras personales de llevar adelante la tarea cotidiana de la alimentación, mostrando cómo hacer la comida y alimentar a otros es un modo de afirmarse, de ser y estar en el mundo.

Frente a la reivindicación de tales saberes y destrezas, que pueden validarse y valorarse en la práctica, el conocimiento proveniente de la ciencia nutricional adquiere un sentido diferente, donde lo importante no es el contenido, ni la precisión de los términos, sino la posibilidad de insertarlo en los intercambios cotidianos. *Saber* sobre alimentación y nutrición, aunque esos conocimientos sean discontinuos e imprecisos, constituye un elemento que facilita la participación en los intercambios y las prácticas de sociabilidad que se producen diariamente.

A modo de cierre quisiera expresar que la decisión de iniciar esta maestría, el desarrollo de esta tesis, la elección de la metodología, respondieron a la necesidad de aproximarme y comprender una diversidad de sentires, expresiones y narrativas de las personas que constituyen los sujetos para los cuales la preservación de la salud da sentido a la ciencia de la nutrición.

Iniciarme en la comprensión de los mecanismos por los que la racionalidad nutricional se entrelaza con formas de poder legitimadas por el saber médico, la industria alimentaria y la publicidad mediática, fue otorgarme la posibilidad de mirar desde otra perspectiva ese objeto complejo llamado alimentación y asumirme como parte del engranaje que articula este sistema. De allí mi interés por adentrarme en cómo viven y se apropian los sujetos de ese objeto que denominé para este trabajo *comer sano*. La elección metodológica, y la actividad interpretativa que esta conlleva, me han permitido identificar los supuestos, vivencias y expectativas personales de los entrevistados, a la vez que el carácter social e histórico más amplio que los atraviesa como miembros de un grupo con características en común. En otras palabras, me ha permitido recuperar los modos

en que son resignificadas unas categorías, premisas y lineamientos diseñados desde una lógica lejana a las rutinas de la vida diaria y la multiplicidad de sentidos que allí circulan y conviven. Esa zona donde el *comer sano* es interpretado y recreado, donde el encuentro de subjetividades dota de sentido al transcurrir de la vida cotidiana.

Después
disolver chocolate
en manteca
y echar esa lava caliente
a la espuma que crece.
Perfumar con oporto
o con otra bebida fuerte
y sentarse a esperar
que el amor,
ese Dios implacable,
te castigue
o te premie.

María Teresa Andruetto

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aballay, L. R. (2013). *La obesidad en Córdoba: estudio de su prevalencia e identificación de factores de riesgo*. (Tesis inédita de Doctorado). Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Córdoba.
- Aguirre, P. (2005). *Estrategias de consumo: Qué comen los argentinos que comen*. Argentina: Ed. Miño y Dávila Editores.
- Alonso, L. E. (1998). *La mirada cualitativa en sociología*. España: Editorial Fundamentos.
- Alonso, L. E. (2004). Pierre Bourdieu, el lenguaje y la comunicación: de los mercados lingüísticos a la degradación mediática. En Moreno Pestaña, J. L., Alonso, L. E. y Martín Criado, E. (coord.), *Pierre Bourdieu: las herramientas del sociólogo*. España: Editorial Fundamentos.
- Apra, G. (2011). Coman si son guapos. Un análisis de lo comestible en la web. En: Traversa Oscar (coord.), *Comer, beber, hablar. Semióticas culinarias*. deSignis 18. Buenos Aires: FELS - La Crujía.
- Arizaga, C. (2004). Sobre gustos no hay nada escrito: gusto legítimo y autenticidad en el mercado de la casa. En: Wortman, A. (comp), *Imágenes publicitarias/ Nuevos burgueses*. Buenos Aires: Prometeo.
- Banchs, M. A. (2007). Entre la ciencia y el sentido común: representaciones sociales y salud. En Rodríguez Salazar, T. y García Curiel, M de L. (coord.), *Representaciones Sociales. Teoría e Investigación*. 1^{ra} ed. México: Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades Editorial - Universidad de Guadalajara.
- Barbero, L. (2012). *Estudio sobre hábitos de consumo de frutas y verduras de los consumidores cordobeses para el programa de desarrollo territorial en el área metropolitana de Córdoba*. Agencia para el Desarrollo Económico de la Ciudad de Córdoba (ADEC). Documento de trabajo.
- Barthes, R (2006). Por una Psico- Sociología de la Alimentación Contemporánea. *EMPIRIA. Revista de Metodología de Ciencias Sociales*, (11), pp. 205-221.

- Bastidas Acevedo, M., Pérez Becerra, F. N., Torres Ospina, J. N., Escobar Paucar, G., Arango Córdoba, A. y Peñaranda Correa, F. (2009). El diálogo de saberes como posición humana frente al otro: referente ontológico y pedagógico en la educación para la salud. *Investigación y Educación en Enfermería*, 26 (1), pp. 104 – 111.
- Beck, U. (2002) *La sociedad del riesgo global*. España: Siglo XXI de España Editores.
- Berger, P. y Luckmann, T. (2003). *La construcción social de la realidad*. 18^{va} reimpresión. Argentina: Amorrortu.
- Bialogorski, M. (1998) ¿Vos sabés que comen gatos?: una leyenda vinculada a la comunidad coreana de Buenos Aires. En: Blache, M. (comp), *Folklore urbano. Vigencia de la leyenda y los relatos tradicionales*. Buenos Aires: Ed. Colihue.
- Boltanski, L. (1975). *Los usos sociales del cuerpo*. Buenos Aires: Ediciones Periferia.
- Boria, A. (2012). Acerca del cuerpo como categoría analítica. *Estudios*, N° 27, pp. 103-105.
- Bourdieu, P. (1981). *Qué significa hablar. Economía de los intercambios lingüísticos*. Madrid: Akal/Universitaria.
- Bourdieu, P. (1986). Notas provisionales sobre la percepción social del cuerpo. En Álvarez- Uría, F. y Varela, J. (eds.), *Materiales de sociología crítica*. Madrid: La Piqueta, pp. 183 – 194.
- Bourdieu, P. (1988). *La distinción. Criterios y bases sociales del gusto*. Madrid: Taurus.
- Bourdieu, P. (2000). *La dominación masculina*. Barcelona: Anagrama.
- Bourdieu, P. (2007). *El sentido práctico*. Buenos Aires: Siglo XXI Editores.
- Bravo Del Toro, A., Espinosa Rodríguez, T., Mancilla Arroyo, L. N. y Tello Recillas, M. (2011). Rasgos de personalidad en pacientes con obesidad. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16 (1), pp. 115 -123.
- Caletti, S. (2000). *¿Quién dijo República? Notas para un análisis de la escena política contemporánea*, Versión 10. México: UAM-X, pp. 15-58.

- Caporale-Bizzini, S. (2004). *Discursos teóricos en torno a la(s) maternidad(es): una visión integradora*. 1^{ra} ed. Madrid: Entinema.
- Carlón, M. (1994). *Imagen del arte/Imagen de la información*. Buenos Aires: Atuel.
- Cartoccio, E. A. (2011). El tratamiento de las costumbres alimentarias en Una Excursión a los Indios ranqueles de Lucio V. Mansilla. En Traversa, O. (coord.). *Comer, beber, hablar. Semióticas culinarias*. deSignis 18. Buenos Aires: FELS La Crujía, pp. 22 - 30.
- Carvalho SR. (2008). Promoción de la Salud, “empowerment” y educación: una reflexión crítica como contribución a la reforma sanitaria. *Salud Colectiva*, Buenos Aires, 4 (3), pp. 355-347.
- Castiel, L. y Alvarez Dardet, C. (2007). La Salud Persecutoria. *Saúde Pública*, 41 (3), 461- 466.
- Castiel, L. D., Sanz- Valero, J. y Vasconcellos-Silva, P. R. (2011). Das loucuras da razão ao sexo dos anjos: biopolítica, hiperprevenção, produtividade científica. Río de Janeiro: Ed. FIOCRUZ.
- Centocchi, C. (2011). No despertarás la gula: los alimentos en el discurso de la Dietética. En Traversa, O. (coord.), *Comer, beber, hablar.Semióticas culinarias*. deSignis 18. Buenos Aires: FELS - La Crujía, pp. 129 – 137.
- Citro, S. (2011). La antropología del cuerpo y los cuerpos en-el-mundo. Indicios para una genealogía (in) disciplinar. En Citro, Silvia (coord.), *Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos*. Buenos Aires: Editorial Biblos, pp. 17 – 58.
- Contreras, J. (2002). Introducción. En Contreras J. (comp.), *Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres*. Barcelona: Universitat de Barcelona, pp. 9 - 23.
- Crocker-Sagastume R., Hunot- Alexander C., Moreno-Gaspar L. E., López-Torres P. y González-Gutiérrez M. (2012). Epistemologías y paradigmas de los campos disciplinares de la nutrición y los alimentos en la formación de nutriólogos. Análisis y propuestas para el desarrollo curricular. *Revista de Educación y Desarrollo*, 21, pp. 49 - 55.

- de Camargo, KR Jr. (1997). A Biomedicina. *PHYSIS: Rev. Saúde Coletiva*, 7 (1):13-43.
- De Certeau, M. (2000). *Artes de hacer*. 1^{ra} reimp. México: Universidad Iberoamericana. Departamento de Historia. Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente.
- De Certeau, M. y Giard, L. (2006). Hacer de comer. En De Certeau, M., Giard, L. y Mayol, P., *La invención de lo cotidiano 2: Habitar, cocinar*. 1^{ra} ed. México: Universidad Iberoamericana. Departamento de Historia. Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente.
- De Souza Minayo, C. (2009). *La artesanía de la investigación cualitativa*. 1^{ra} ed. Buenos aires: Lugar Editorial.
- Díaz Méndez C. y Gómez Benito, C. (2005). Sociología y alimentación. *Revista Internacional de Sociología(RIS)*. Tercera Época,(40), pp. 21 – 46.
- Díaz Méndez, C. y González Álvarez, M. (2008). Industria y alimentación: de la publicidad referencial a los alimentos funcionales. En Díaz Méndez, C y Gómez B. C. (coord.), *Alimentación, consumo y salud. Colección Estudios Sociales*, (24). Barcelona: La Caixa, pp. 105 – 129.
- Diez García, R. W. (2005). Alimentação e Saúde nas Representações e Práticas Alimentares do Comensal Urbano. En Canesqui A. M. y Diez García R. W. (organizadoras). *Antropologia e Nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, pp. 211 – 226.
- Douglas, M. (2002). Las estructuras de lo culinario. En Contreras J. (comp.), *Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres*. Barcelona: Universitat de Barcelona, pp. 171 - 198.
- Douglas, M. y Isherwood, B. (1990). *El mundo de los bienes. Hacia una antropología del consumo*. México: Grijalbo Conaculta.
- Elias, N. (1993). *El proceso de la civilización: investigaciones sociogenéticas y psicogenéticas*. 2^{da} ed. México: Fondo de Cultura Económico.
- Espeitx, E. (2002). *Alimentos, alimentación y cocina: su papel como eje o pretexto de los discursos contrastados o ajenos*. IX Congrés d'Antropologia FAAEE, Barcelona.

- Esteban, M. L. (2000). Ciencia, tecnología y feminismo. *Mujeres. Frente del feminismo en Zaragoza*, (1).
- Esteban, M. L. (2006). El Estudio de la Salud y el género: las ventajas de un enfoque antropológico y feminista. *Salud Colectiva*, 2 (1), pp. 9 - 20.
- Ferreya, J. (2011). Emociones culinarias. Las revistas de cocina gourmet en Argentina (1980 – 2005). En Traversa Oscar (coord.), *Comer, beber, hablar. Semióticas culinarias*. deSignis 18. Buenos Aires: FELS La Crujía, pp. 95 - 102.
- Fischler, C. (1995). *El (H) Omnívoro. El gusto, la cocina y el cuerpo*. Barcelona: Editorial Anagrama.
- Fischler, C. (2002). Gastro-nomía y gastro-anomía: sabiduría del cuerpo y crisis biocultural de la alimentación contemporánea. En Contreras J. (comp.), *Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres*. Barcelona, España: Universitat de Barcelona- Alfaomega, pp. 377 – 380.
- Foucault, M. (1981). L'herméneutique du sujet. *Annuaire du Collège de France*, 82^e année, *Histoire des systèmes de pensée, année 1981 – 1982*, pp. 395 – 406.
- Foucault, M. (1996). *Genealogía del racismo*. La Plata: Editorial Altamira
- Foucault, M. (2010). *Historia de la sexualidad II. El uso de los placeres*. 2^o ed., 1^o reimp. Buenos Aires: Siglo XXI editores.
- Gadamer, H. G. (2004). *Verdad y método*. 6^{ta} ed. Salamanca: Sígueme.
- García Canclini, N. (1995). *Consumidores y ciudadanos. Conflictos multiculturales de la globalización*. México: Grijalbo.
- Garine, I. de. (1999). Antropología de la alimentación: entre naturaleza y cultura. En *Alimentación y Cultura*. Actas del Congreso Internacional, 1988, vol I.
- Giddens, A. (1995). *Modernidad e identidad del yo. El yo y la sociedad en la época contemporánea*. Barcelona: Península.
- Giddens, A. (1997). *Consecuencias de la modernidad*. Madrid: Alianza.
- Giddens, A. (2011). *La constitución de la sociedad. Bases para la teoría de la estructuración*. 2^{da} ed. Buenos Aires: Amorrortu.

- Giordanengo, C. (2007). "Cuestión de Peso": *El discurso dietético-estético en televisión*. Memorias de las XI Jornadas Nacionales de Investigadores en Comunicación. UNCuyo, Mendoza.
- Goffman, E. (1989). *La presentación de la persona en la vida cotidiana*. 1^{ra} reimp. Buenos Aires: Amorrortu
- Goffman, E. (2006). *FrameAnalysis: los marcos de la experiencia*. 1^o ed. Madrid: Centro de Investigaciones sociológicas – Siglo XXI.
- González, J. A. (2001). Frentes culturales. Para una comprensión *dialógica* de las culturas contemporáneas. *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas* 9. Época II, 7 (14), pp. 9-45.
- Goody, J. (1995). *Cocina, cuisine y clase: estudio de sociología comparada*. Barcelona: Gedisa.
- Gracia Arnáiz, M. I. (1996). *Paradojas de la alimentación contemporánea*. Barcelona: Icaria.
- Gracia Arnáiz, M. I. (2002) *Somos lo que comemos*. Estudios de alimentación y cultura en España. Barcelona: Ariel.
- Gracia Arnáiz, M. I. (2007). Comer bien, comer mal. La medicalización del comportamiento alimentario. *Salud Pública de México*, 49 (3), 236 – 242.
- Gracia Arnáiz, M. I. (2009) ¿Qué y cuánto comer? Tomando medidas frente a las sociedades obesogénicas. *Salud Colectiva*, 5(3), pp. 363-376.
- Gracia Arnáiz, M. I. (2009). ¿Qué hay hoy para comer? Alimentación cotidiana, trabajo doméstico y relaciones de género. *CadernoEspaçoFeminino*, 21 (1), 209 – 237.
- Grignon, J. C. y Passeron, J. C. (1991). *Lo culto y lo popular. Miserabilismo y populismo en sociología y en literatura*. Buenos Aires: Ediciones Nueva Visión.
- Grimson, A. (2001). *Interculturalidad y Comunicación*. 1^{ra} ed. Colombia. Grupo Editorial Norma.
- Gutiérrez, A. (1997). *Pierre Bourdieu. Las prácticas sociales*. Colección Cátedra. Argentina: Editorial Universitaria/ Universidad Nacional de Misiones y Dirección General de Publicaciones/ Universidad Nacional de Córdoba.

- Habermas, J. (1989). Modernidad: un proyecto incompleto. En Nicolás Casullo (ed.), *El debate Modernidad Pos-modernidad*. Buenos Aires, Editorial Punto Sur, 1989. pp. 131 – 144.
- Hall, Stuart y Dugay, P. (comp.), (2003). *Cuestiones de identidad cultural*. Amorrortu editores. Buenos Aires.
- Harris, M. (1989). *Bueno para comer*. Madrid: Alianza Editorial.
- Heller, A. (1994). *Revolución de la vida cotidiana*. Barcelona: Península.
- Heller, A. (1997). *Sociología de la vida cotidiana*. 2^{da} ed. Barcelona: Península.
- Hernández Tezoquipa, I, Arenas Monreal, M. L. y Valde Santiago, R. (2001) El cuidado a la salud en el ámbito doméstico: interacción social y vida cotidiana. *RevSaúde Pública*, 35(5), pp. 443-50 Disponible en: www.fsp.usp.br/rsp
- Herrera Racionero, P. (2009). *Otras caras de la modernidad alimentaria*. I Congreso Español de Sociología de la Alimentación.
- Huergo, J. (2001). *Del modelo hegemónico a la intervención contra hegemónica en Salud* II Jornadas Nacionales de Medicina Antropológica, Facultad de Medicina - UNLP. La Plata.
- Huergo, J. (2005). *Hacia una genealogía de Comunicación/Educación*. La Plata: Ed. De Periodismo y Comunicación.
- Huergo, J. e Ibáñez, I. (2012). Mercantilización, medicalización y mundialización de la alimentación infantil. *Intersticios: Revista Sociológica de Pensamiento Crítico*, 6 (2), pp. 141 – 152. Disponible en: <http://www.intersticios.es>
- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. *La movilidad económica y el crecimiento de la clase media en América Latina*, 2012, Buenos Aires.
- Jelin, E.(1991). *Family, household and gender relations in Latin America*. Gran Bretaña: UNESCO.
- Jodelet, D. (1983). La representación social: fenómenos conceptos y teoría. En Moscovici, S. *Manual de Psicología Social. Vol. II*. Bracelona: Paidós, pp. 469 – 494.
- Jodelet, D. (2003.) Pensamiento Social e Historicidad. *Relaciones*, 24 (93), pp. 99 – 113.

- Lalonde, M. (1974). *A new perspective on the Health of Canadians: a working document*. Otawwa, Canadá: Health and Welfare.
- Lema, S., Longo, E. y Lopresti, A. (2003). *Guías alimentarias: manual de multiplicadores*. 1ª. ed. 1ª reimp. - Buenos Aires: Asociación Argentina de Dietistas y Nutricionistas Dietistas. Disponible en: <http://www.assal.gov.ar/la-cueva-de-las-brujas/materiales/guias-alimentarias.pdf>
- Lévi – Strauss, C. (1968). El triángulo culinario. En Lévi – Strauss, *Estructuralismo y dialéctica*. Buenos Aires: Editorial Paidós, pp. 39 – 57.
- Lipovetsky, G. (1999). *La tercera mujer: permanencia y revolución de lo femenino*. Colección argumentos. Madrid: Anagrama.
- Lupton, D. (1996). *Food, the body and the self*. Londres: SAGE Publications.
- Marcús, J. (2006). Ser madre en los sectores populares: una aproximación al sentido que las mujeres le otorgan a la maternidad. *Revista Argentina de Sociología*. Año 4 N° 7, pp. 99-118.
- Marsimian, S. B. (2011). Paisaje, cocina e identidad en Argentina Genial. En Traversa Oscar (coord.), *Comer, beber, hablar. Semióticas culinarias*. deSignis 18. Buenos Aires: FELS La Crujía, pp. 117 – 128.
- Martín-Barbero J. (1983). Memoria narrativa e industria cultural. *Comunicación y Cultura*, N° 10, México, pg. 59 – 73.
- Martín-Barbero, J. (2003a). *De los medios a las mediaciones. Comunicación, cultura y hegemonía*. Quinta edición. 1ª reimp. Bogotá: Convenio Andrés Bello.
- Martín-Barbero, J. (2003b). Saberes hoy: diseminaciones, competencias y transversalidades. *Revista Iberoamericana de Educación*. N.º 32, pp. 17-34.
- Martín-Barbero, J. (2008). Comunicación: una agenda entre nuestras culturas. En *Chasqui Revista*. Disponible en: <http://chasquirevista.wordpress.com/2008/06/17/comunicacion-una-agenda-entre-nuestras-culturas/>.
- Martín Criado, E y Moreno Pestaña, J. L. (2005). *Conflictos sobre lo sano. Un estudio sociológico de la alimentación en las clases populares de*

Andalucía. Junta de Andalucía. Consejería de Salud. Dirección General de Salud Pública y Participación.

- Martín Criado, E. (2007). El conocimiento nutricional apenas altera las prácticas de alimentación: el caso de las madres de sectores populares en Andalucía. *Rev. Esp. Salud Pública*, 81, pp. 519-528.
- Martín Criado, E. (2004). El valor de la buena madre. Oficio de ama de casa, alimentación y salud entre las mujeres de clases populares. *RevEspSociol.* 4, pp. 93-118.
- Mata, M. C. (1985). *Nociones para pensar la comunicación y la cultura*. Módulo II, Curso de Especialización en Educación para la Comunicación. Buenos Aires: La Crujía.
- Mc Laren, P. (1998). Desde los márgenes: Geografía de la identidad, la pedagogía y el poder. En Mc Laren, P., *Pedagogía, identidad y poder*. Santa Fe: Homo Sapiens.
- Mead, M. (1945). *Manual for the Study of Food Habits: Report of the Committee on Food habits*. Bulletin of the National Research Council, N° 111, National Academy of Sciences.
- Menéndez E. L. (1988). *Modelo Médico Hegemónico y Atención Primaria*. Segundas Jornadas de Atención Primaria de la Salud. Buenos Aires, pp. 451- 464.
- Mennell, S.(1985). *All Manners of Food.Eating and Taste in England and France from the Middle Ages to the Present*.Londres: BasilBlackwell.
- Merleau-Ponty, M. (1975). *Fenomenología de la percepción*. Barcelona: Editorial Península.
- Minayo de Souza, C. (2007). *La artesanía de la investigación cualitativa*.
- Ministerio de Salud de la Nación. (2006). *Encuesta Nacional de Nutrición y Salud*. Buenos Aires.
- Ministerio de Salud de la Nación (2011). *Segunda Encuesta Nacional de Factores de Riesgo para Enfermedades No Transmisibles*. Primera Edición. Buenos Aires.

- Ministerio de Economía y Finanzas Públicas – INDEC (2012). *Crecimiento de la clase media en la Argentina y América Latina “Los análisis del Banco Mundial, la CEPAL y el INDEC son coincidentes”*. Argentina.
- Montesino, S. (2006). *La olla deleitosa. Cocinas mestizas de Chile*. Santiago de Chile: Editorial Catalonia.
- Moscovici, S. (1974). *La psychanalyse, son image et son public*. París: PUF.
- Moscovici, S. (1984). *Psicología Social Vol. I. Introducción al campo de la Psicología social*. Buenos Aires: Paidós.
- Moscovici, S. (2002). La Representación Social: un concepto perdido. En: Moscovici, S., *El Psicoanálisis, su imagen y su público*. Ed. Huemul, Buenos Aires, 1979, 2^{da} edición. Cap. I. Lima: Instituto de Estudios Peruanos, pp. 27-44.
- Muñoz Franco, N. E. (2006). *Representaciones Sociales del cuidado de sí en adultos jóvenes universitarios*. Tesis de Maestría en Salud Colectiva. Facultad de Enfermería. Universidad de Medellín.
- Organización Mundial de la Salud (1986). *Carta de Otawwa*. Canadá.
- Panier, H. (2009). *La salud como consumo. La construcción del cuerpo saludable como dispositivo biopolítico en la Sociedad de Control*. V Jornadas de Jóvenes Investigadores. Instituto de Investigaciones Gino Germani- Facultad de Ciencias Sociales - Universidad de Buenos Aires
- Patel, R. (2008). *Obesos y famélicos. Globalización, hambre y negocios en el nuevo sistema alimentario mundial*. 1^{ra} ed. Buenos Aires: Marea.
- Pérez Morán, V. (2011). Cuerpos que comen, cuerpos elididos, cuerpos escritos, cuerpos nuestros al fin. En Traversa Oscar (coord.), *Comer, beber, hablar. Semióticas culinarias*. deSignis 18. Buenos Aires: FELS La Crujía, pp. 70 – 84.
- Potter, J. y Billig, M. (1992) Re-representingrepresentation. Discussion of Rätty & Snellman. *Ongoing Production on Social Representations – Productions Vives sur les Représentations Sociales*, 1 (1), pp. 15-20.
- Reguillo, R. (1997). Más allá de los medios. 10 años después. *Comunicación y Sociedad*, (DECS, Universidad de Guadalajara), 30, pp. 127-147.

- Reguillo, R. (2000a). La clandestina centralidad de la vida cotidiana. En Lindon Villoria, A. (coord.), *La vida cotidiana y su espacio-temporalidad*. España: Anthropos, pp. 77-94.
- Reguillo, R. (2000b). Anclajes y mediaciones del sentido. Lo subjetivo y el orden del discurso: un debate cualitativo. *Investigación cualitativa en salud. Revista Universidad de Guadalajara*, Dossier, N° 17, s/p. Disponible: <http://www.cge.udg.mx/revistaudg/rug17/4anclajes.html>
- Reguillo Cruz, R. (2000c). *Emergencia de culturas juveniles. Estrategias del desencanto*. Buenos Aires: Grupo Editorial Norma.
- Reguillo, R. (2007). Formas del saber. Narrativas y poderes diferenciales en el paisaje neoliberal. *En publicación: Grimson, A. Cultura y Neoliberalismo*. Buenos Aires: CLACSO, Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales. Disponible en: http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/ar/libros/grupos/grim_cult/Reguillo.pdf
- Ricoeur, P. (1996). *Sí mismo como otro*. Madrid: Siglo XXI.
- Rodríguez Salazar, T. (2001). Las fuentes de autoridad en el discurso cotidiano: Naturaleza, sociedad y persona. *Comunicación y Sociedad* (DECS, Universidad de Guadalajara), 39, pp. 63-76.
- Rodríguez Salazar, T. (2007). Sobre el estudio cualitativo de la estructura de las representaciones sociales. En Rodríguez Salazar T. y García Curiel M de L. (coord.), *Representaciones Sociales. Teoría e Investigación*. 1^{ra} ed. México: Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades Editorial - Universidad de Guadalajara, pp. 157 – 190.
- Rodríguez Zoya, P. (2010). La medicalización como estrategia biopolítica. *A parte Rei, Revista de Filosofía*, 70, pp. 1 – 27.
- Sarlo, B. (1997). *La máquina cultural*. Buenos Aires: Ariel.
- Schmukler, B. (1989). El rol materno y la politización de la familia. En Fernández, A. M. y Giberti, E. (comps.), *La mujer y la violencia invisible*. Buenos Aires: Editorial Sudamericana.
- Schutz, A. (1974). *Estudios sobre teoría social*. Buenos Aires: Amorrortu.

- Tabachnik, S. (1995). Voces anónimas: la palabra testimonial en la escena mediática. *Voces y Culturas. Revista de Comunicación* 13, Barcelona, pp. 89-102.
- Tabera, M. N. y Mansilla, H. (2007). *Vulnerabilidad Social y Educación. Informe Especial N° 3. Sistematización de datos para el diseño y evaluación de políticas*. Dirección de Comunicación en Investigación. Secretaría de la Mujer, Niñez, Adolescencia y Familia. Gobierno de la Provincia de Córdoba. Disponible en: <http://senaf.cba.gov.ar/index.php/producciones/investigaciones/index.html>.
- The Pan-American Health Organization (1978). *Declaración de Alma Ata. Conferencia Internacional de Atención Primaria de la Salud*. Alma Ata, URSS. Disponible en: file:///C:/Users/usuario/Documents/Downloads/Alma_Ata_1978Declaracion.pdf
- Segalen, M. (1992). *Antropología histórica de la familia*. Madrid: Taurus.
- Taylor, S. J. y Bogdan, R. (1996). *Introducción a los Métodos Cualitativos de Investigación*. España: Ed. Paidós.
- Tenoch Cid Jurado, A. (2011). La Semiosis culinaria. En: Traversa Oscar (coord.), *Comer, beber, hablar. Semióticas culinarias*. deSignis 18. Buenos Aires: FELS La Crujía, pp. 169 – 179.
- Théry, I. (1997). Diferencia de sexos y diferencias de generaciones: la institución familiar sin herederos. *Revista Occidente*, 199, pp. 35 – 62.
- Thompson, J. (1998). *Los media y la modernidad. Una teoría de los medios de comunicación*. Buenos Aires: Ed. Paidós.
- Traversa, O. (2000). Practiques alimentaires et constructions discursives: a propos de quelques traits identitaires des habitants de Buenos Aires et ses environs. *Hermes*, CNRS, París.
- Traversa, O., Aprea, G. y De Lazzari, G. (2011). Presentación. En Traversa Oscar (coord.), *Comer, beber, hablar. Semióticas culinarias*. deSignis 18. Buenos Aires: FELS La Crujía, pp. 7 – 12.
- Traversa, O. (2011). Hábitos alimentarios y construcciones discursivas. En Traversa Oscar (coord.), *Comer, beber, hablar. Semióticas culinarias*. deSignis 18. Buenos Aires: FELS La Crujía, pp. 15 - 168.

- Valsecchi, F. (1948). Las clases medias. *Boletín de la Acción Católica Argentina*, N° 317, pp 163-165. Disponible en:
<http://ezequieladamovsky.blogspot.com.ar/search/label/clase%20media>
- Vasilachis de Gialdino, I. (2006). *Estrategias de Investigación Cualitativa*. Barcelona, España: Ed. Gedisa.
- Verón, E. (1992). Interfaces. Sobre la democracia audiovisual avanzada. En Ferry, J. M.; Wolton, D. *et al. El nuevo espacio público*. Barcelona: Gedisa. p 124 – 129.
- Verón, E. (1997). Esquema para el análisis de la mediatización. *Revista Diálogos de la Comunicación*, 48, 28-37.
- Veblen, T. (1966). *Teoría de la clase ociosa*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Vigarello, G. (2011). *Las metamorfosis de la gordura. Historia de la obesidad desde la Edad Media al siglo XX*. 1ª ed. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Visacovsky, S. E. (2008). Estudios sobre 'clase media' en la antropología social: una agenda para la Argentina. *Avá Revista de Antropología*, 13, pp. 9-37.
- Wortman, A. (2003). *Pensar las clases medias*. Buenos Aires: La Crujía.
- Wortman, A. (2007). *Construcción imaginaria de la desigualdad social*. 1ª ed. Colección Becas de Investigación. Buenos Aires: CLACSO Libros.