

Antropología de los Alimentos

Clase 6

Inversión de los cuerpos de clase. Los obesos de la pobreza y las enfermedades metabólicas

Si en la Edad Media la figura de los cuerpos gordos pertenecientes a las clases altas se asociaban con ideas de buena salud y belleza, mientras que los cuerpos flacos de los pobres eran considerados síntomas de enfermedad, malnutrición y fealdad, en la era industrial o posindustrial esta relación se invierte.

Ahora los ricos son flacos pero sanos, pues tienen acceso a dietas “light”, restringidas en calorías pero ricas en micronutrientes (vitaminas y minerales) derivados de frutas y verduras, semillas, etc. Los pobres en cambio deben contentarse con los hidratos de carbono, azúcares y grasas de los productos baratos que pueden comprar en el mercado o adquirir a través de los bolsones de comida repartidos por el estado. Frutas, verduras y carnes no son alimentos que abundan en sus dietas debido a sus altos precios de mercado. Los pobres ya no son los flacos hambrientos, sino gordos desnutridos, pues su dieta no es carente de calorías sino de micronutrientes. Si bien el hambre no es en absoluto un tema saldado -pues si bien hay disponibilidad plena de alimentos no hay acceso equitativo- las grandes hambrunas de la Edad Media han quedado atrás. Lo característico de esta era es la dificultad de acceder a una dieta rica en micronutrientes para aquellos que no la pueden pagar, pues lo que abunda en el mercado a precios accesibles son grasas e hidratos de carbono baratos: fideos, arroz, grasa animal, y toda clase de productos industriales rebosantes de estas sustancias. Por esta razón lo general es la mala nutrición, que junto con el sedentarismo, dan como consecuencia la obesidad.

Muchas de las enfermedades metabólicas actuales –síndrome metabólico, enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2- están relacionadas con el tipo de alimentación y sedentarismo imperante. Y si consideramos esto en conjunción con la biología humana originada durante el pleistoceno entenderemos mejor aún.

Recordemos lo visto en la segunda clase: el cuerpo de nuestra especie, *Homo sapiens*, ha sido moldeado 200.000 años atrás en un hábitat signado por la alternancia entre momentos de abundancia y de escasez. La adaptación biológica que surgió en este hábitat fue lo que ha dado en llamarse el “genotipo ahorrador”, que consiste en un mecanismo biológico de liberación de insulina después de una comida, mediante el cual las calorías son acumuladas en forma de grasas. Este mecanismo, que fue muy útil en la sabana africana cientos de miles de años atrás, sigue funcionando hoy en día en el contexto de la sociedad industrial, pero ahora resulta contraproducente. La dieta actual es casi la inversa de la dieta de los cazadores-recolectores: rica en azúcar, sal, grasas e hidratos de carbono; mientras que la de los antiguos pobladores consistía básicamente en fibras, carnes magras (de los animales de caza) pocos hidratos y grasa, y casi nada de azúcar y sal. Además en la sabana africana el *stress* -reacción fisiológica natural del organismo que libera adrenalina ante una situación que se percibe como amenazante y nos prepara para la acción- servía para activar un rápido mecanismo de puesta en aviso, fundamental para huir de las fieras salvajes. Hoy en día el *stress*, en tanto respuesta defensiva, es generado por situaciones completamente diferentes, como una llamada de atención de un jefe, sobrecarga de trabajo o problemas domésticos, pero no tiene un correlato de movimiento físico en

un cuerpo disponible para la acción, por lo cual termina desencadenando graves problemas de salud.

El problema de la obesidad es un problema social, vinculado directamente con el tipo de alimentación industrial, el sedentarismo, y también con el “genotipo ahorrador”.

El mercado diferenciado y la cocina gourmet.

La diversificación culinaria actual es enorme. Hay todo tipo de ofertas para quienes las pueden pagar y una oferta restringida para quienes no pueden hacerlo; de manera que podemos hablar de un mercado diferenciado. Proliferan en esta época varias formas de cocina gourmet: regional o tradicional reciclada, natural, étnica y hasta molecular. Toda clase de sofisticación en los nombres de viejos platos reciclados en exoticiades, nos hablan de una nueva Alta Cocina.

La cocina regional ha sido revalorizada como así también la llamada “cocina étnica”, que trae los sabores de países históricamente relegados o de minorías migrantes. Pero incluso en estas cocinas la diferenciación de clase está a la orden del día. Se pueden distinguir claramente, por ejemplo, restaurantes de comida peruana para peruanos, lugares sencillos con platos abundantes donde los migrantes recrean sus tradiciones culinarias, y restaurantes peruanos pensados para las clases medias y altas que quieren probar sabores exóticos andinos, donde los platos y la decoración están adaptadas a un público que busca la experimentación. Así es que la cocina toma tradiciones populares y las “exotiza”, convirtiéndolas en productos gourmet para quienes tienen un alto nivel adquisitivo.

La comida naturista también ha sido cooptada por el mercado, pasando de ser los alimentos comunes de la mayor parte del tiempo de la humanidad, a ser alimentos caros y prestigiosos. Las harinas integrales, y sus productos derivados, pueden costar dos veces o más de lo que cuesta un alimento refinado industrializado. Y si bien los costos de producción son mayores porque no se producen en la misma escala, hay un marketing instalado que hace subir los precios; una vez más vemos cómo el afán de lucro ha permeado la alimentación. Comer natural se ha puesto de moda. Los alimentos *orgánicos* son ahora objeto de deseo y prestigio, y deben ser certificados por organismos especializados. Antes de las transformaciones generadas por la “revolución verde” y la incursión de los transgénicos, era lo que cosechaba y producía la mayor parte de la humanidad, porque era la única forma que conocía de hacerlo.

La comida nutricionalmente adecuada, alimentos naturales y por lo tanto con los nutrientes necesarios, libre de modificaciones genéticas y agregado de tóxicos en su producción y de aditivos químicos en su manufactura (saborizantes, estabilizantes, conservantes, emulsionantes, etc.) se vuelve un consumo restringido a una elite. Y se transforma también en cocina gourmet, acompañando todas las innovaciones culinarias de la nueva Alta Cocina.

Este tipo de alimentación se puede diferenciar de lo que se popularizó como comida sana a bajo precio. La comida que el mercado vende como “sana” está más relacionada con lo que se produce a menor costo: la soja. Es claro el ejemplo de las milanesas de soja, comida asociada a conservar la salud y la línea. Sin embargo la soja utilizada es transgénica –por lo cual hoy en día no está garantizado que su consumo sea inocuo-, cultivada con abundantes agroquímicos, y consumida en exceso; estos factores juntos hacen que el producto real esté alejado de la representación que nos hacemos de él. Pero la industria nos lo seguirá

vendiendo.

In-Seguridad alimentaria. Crisis en todas las esferas: producción, distribución, consumo.

En la etapa actual del capitalismo la crisis alimentaria se da en todas las esferas: producción, distribución y consumo.

En la producción por la falta de sustentabilidad, pues la forma de producción agroindustrial actual no contempla el medio ambiente como una fuente de recursos finitos. El monocultivo y la consecuente pérdida de biodiversidad, el abuso de fertilizantes y pesticidas derivados del petróleo que es un recurso no renovable, y que generan contaminación ambiental, la tala de bosques, la desertización, y la ganadería intensiva, están degradando el ambiente de forma que no parece reversible. Y esto no sólo afecta a los pueblos que viven en los campos, sino a toda la población del planeta porque en definitiva es de la tierra del único lugar que los seres vivos podemos alimentarnos, por más tecnologías que se apliquen a la producción de alimentos. Pan para hoy, hambre para mañana.

La crisis en la distribución se da por falta de equidad, acceso desigual a los alimentos. Desde el año 1985 hay disponibilidad excedentaria de alimentos, es decir, hay más alimentos en el mundo de lo que las personas que lo habitan necesitan, pero hay millones de hambrientos. Pareciera que nuevamente la ecuación de Malthus no se aplica, aunque su fantasma sigue presente en el sentido común. Los pobres podrían tener menos hijos pero así y todo no conseguirían alimentarse puesto que no tienen el poder adquisitivo que el mercado reclama.

Por último la crisis se da también en el consumo; los comensales actuales son compradores de las mercancías alimentarias que les dicta la industria. No elegimos los alimentos porque sabemos que son buenos sino porque las propagandas, los médicos que en ellas participan y los sistemas expertos así lo dicen. El comensal no tiene referencias propias, se enfrenta con muchos alimentos nuevos, sin historia, pues la industria alimentaria va cada vez más lejos. Se fusionan ahora alimentos con productos farmacéuticos, lo que han sido llamados por algunos investigadores nutricéuticos o alicamentos, como respuesta a las enfermedades actuales, cardíacas, obesidad, etc. Es una demanda que generaron las empresas alimentarias que encontraron un nuevo nicho para explotar. Resulta paradójico, o no tanto si entendemos la lógica del capital, que muchas veces sean las mismas empresas productoras de alimentos ricos en azúcares y grasas las que empiezan a fabricar alimentos para adelgazar. El círculo se cierra solo.

El comensal moderno está librado a la *gastro-anomia*. Como vimos en clases anteriores, la gastronomía es la regulación de las reglas del comer. En cada cultura existen reglas particulares que estipulan qué comer, cuando comer, con quién y cómo. Hoy en día existen tantas reglas que el comensal está desorientado. Comer sano, comer rico, comer barato, comer tradicional, comer *light*. Los comensales van saltando de una forma a otra, cuando pueden elegir. Por otro lado se ha perdido la comensalidad, el comer compartiendo la comida en grupo, que estaba presente desde el momento en que nos convertimos en humanos. Facilitado por las comidas rápidas y los snacks, es cada vez más común el *picoteo* como forma de comida. Por otro lado el trabajo en las ciudades no suele permitir regresar a las casas, el almuerzo en familia puede ser reemplazado por almuerzos comunes con los compañeros de trabajo, o por la comida en soledad de algún *tentempié*.

Seguridad Alimentaria

En 1974 se comienza a utilizar el concepto de Seguridad Alimentaria en FAO, resiniéndolo como el “derecho de todas las personas a una alimentación cultural y nutricionalmente apropiada”, retomando documentos internacionales que desde 1924 reconocen la alimentación como un derecho fundamental del ser humano. En los años '80 con el neoliberalismo se transforma en una “capacidad”, trasladando la responsabilidad al individuo. En década siguiente, luego de la crítica de Amartya Sen, la Seguridad Alimentaria vuelve a ser considerada un derecho, inscribiéndola en la Convención de los Derechos del Niño y en las Conferencias Internacionales de Nutrición, donde FAO comprometió a los países miembros a garantizar su cumplimiento.

La Seguridad Alimentaria es concebida como el derecho de todas las personas en todo momento a acceder, físicamente por libre disposición o económicamente mediante compra, a un conjunto de alimentos en cantidad suficiente y calidad adecuada, entendiendo por calidad tanto el equilibrio nutricional, como las garantías sanitarias y la adecuación con los hábitos y la cultura. Según Patricia Aguirre, se puede hablar de que hay seguridad alimentaria cuando se cumplen los siguientes requisitos: suficiencia (alimentos suficientes para proveer a toda la población); suministros estables o con variaciones mínimas (que no haya desabastecimiento); autonomía o escasa dependencia de recursos externos (que el país produzca sus propios recursos; se asimila a soberanía alimentaria); sustentabilidad para no comprometer el abastecimiento en el futuro; y equidad o acceso para toda la población a todos los alimentos. En Argentina, al igual que en el mundo, las tres primeras están aseguradas mientras que la sustentabilidad está cuestionada y la equidad es un deseo más que una realidad.

La nueva resistencia: Vía Campesina. Soberanía Alimentaria.

A la vez que se desarrolla la crisis que analizamos, se dan respuestas desde parte de la población afectada: la organización. Se da en diferentes niveles y modalidades; desde los productores, los distribuidores, y los consumidores. La crisis es global y las respuestas también lo son. En los últimos años surgen, o siguen creciendo, movimientos campesinos organizados para mantener su producción familiar con independencia del mercado depredador, ferias de productores directos autogestionadas, cooperativas que comercializan productos de pequeños productores por internet, comensales que pregonan “slow food”. Aparecen conceptos nuevos como “comercio justo” y “precio justo” (que no implique autoexplotación del productor pero tampoco especulación con el precio), “consumo responsable” (de productos que no son fruto de la explotación del hombre por el hombre, ni del medio ambiente) y “economía social”, que engloba las formas económicas que están por fuera de la lógica del capitalismo, de la búsqueda de la ganancia empresaria a cualquier costo, tanto humano como ambiental.

Tomaremos el caso de la respuesta globalizada desde los campesinos. Hacia el año 1993 se funda en Bélgica el movimiento “Vía Campesina”, formado por un grupo de organizaciones campesinas procedentes de los cuatro continentes. El objetivo fue desarrollar una visión común de los productores campesinos que les permitiera luchar contra las políticas agrícolas, la agroindustria y las empresas multinacionales que

avanzaban en la destrucción del medio ambiente y sus poblaciones. Hoy en día es un movimiento internacional que agrupa a 200 millones de campesinos, pequeños y medianos productores, pueblos sin tierra, indígenas, migrantes y trabajadores agrícolas de todo el mundo. El concepto de “Soberanía Alimentaria” fue gestado por Vía Campesina y lanzado en la Cumbre Mundial sobre la Alimentación de 1996. Es definida como “el derecho de los pueblos a alimentos sanos y culturalmente adecuados, producidos mediante métodos sostenibles, así como su derecho a definir sus propios sistemas agrícolas y alimentarios. Desarrolla un modelo de producción campesina sostenible que favorece a las comunidades y su medio ambiente. Sitúa las aspiraciones, necesidades y formas de vida de aquellos que producen, distribuyen y consumen los alimentos en el centro de los sistemas alimentarios y de las políticas alimentarias, por delante de las demandas de mercados y empresas”¹. Fomenta el consumo de productos locales, proponiendo la protección contra las importaciones baratas, y la utilización de los recursos por parte de los pequeños productores, y no por los empresarios, impulsando la reforma agraria como una de sus prioridades. Actualmente la Soberanía Alimentaria es promovida no sólo por las organizaciones que componen Vía Campesina, sino por un gran arco social incluyendo grupos medioambientales, pobres urbanos, grupos de consumidores, estudiantes, intelectuales, asociaciones de mujeres, pescadores, pastores, etc.; además de haber sido reconocida por numerosas instituciones y gobiernos.

Si bien en sus postulados más generales defiende cuestiones en común con la Seguridad Alimentaria, la Soberanía Alimentaria propone transformaciones un poco más profundas. En primer lugar la necesidad de que sean los estados y no las corporaciones alimentarias quienes definan con autonomía su política alimentaria y agraria; en segundo lugar, la necesidad de asegurar la satisfacción de la demanda de alimentos interna con producción nacional y en tercer lugar, el papel protagónico de los campesinos en la producción de alimentos. No es de extrañar que al ser esta una propuesta que cuestiona más profundamente las políticas agroindustriales y los acuerdos comerciales actuales, y al ser promovida por una organización política campesina, no sea tenida en cuenta por la agenda política internacional.

Bibliografía

Aguirre, Patricia

Flacos ricos y gordos pobres. Editorial Claves para todos, Buenos Aires, 2004.

Raj Patel:

Obesos y famélicos. Globalización, hambre y negocios en el nuevo sistema alimentario mundial.

Editorial Marea. Buenos Aires 2008.

<http://www.viacampesina.org/sp/> (consultado en junio de 2011)

<http://feguren1.blogspot.com/2008/04/soberana-alimentaria-o-seguridad.html>(consultado en junio de 2011)

¹ <http://www.viacampesina.org/sp/> (consultado en junio de 2011)