

Prácticas, hábitos y conductas vs educación y cultura alimentarias

Leandro Rodríguez Vázquez

Investigador Agregado/Profesor Auxiliar. Máster en Nutrición en Salud Pública. Doctor en Ciencias Filosóficas. Instituto de Nutrición e Higiene de los Alimentos. Ciudad de La Habana, Cuba.

Recibido: 20.8.2011

Aceptado: 7.12.2011

Palabras clave:
Hábitos alimentarios.
Cultura alimentaria.
Antropología.

Resumen

Pretender establecer un discurso desde la filosofía en aspectos tan complejos en el mundo de hoy, como lo son la educación y la cultura alimentarias, requiere de un análisis desprejuiciado de la realidad externa e interna, precisamente porque sus componentes por naturaleza apuntan a la discusión, filosófica o no, dependiendo de los saberes de quienes se inserten en los debates. Por regla general, visualizar las complejidades de esta temática, debe hacerse desde las actuaciones en las comunidades e intervenir en ellas. De lo contrario se corre el riesgo de acuñar determinados presupuestos, sean educativos o culturales, que en el mejor de los casos, establece un reduccionismo en el que se lacera la esencia de estos conceptos.

Practices, habits and behaviors vs food education and culture

Summary

To try to establish a discourse from philosophy in such complex aspects in today's world as food education and culture, requires an analysis without prejudices of the external and internal reality, since their components by nature point to the discussion, philosophical or not, depending on the knowledge of those who are inserted in the debates. As a general rule, the complexities of this theme should be visualized from the performances in the communities and to intervene in them. Otherwise, certain assumption may be established, either educational or cultural, that at best oversimplifies the essence of these concepts.

Key words:
Food habits. Food culture.
Anthropology.

Correspondencia: Leandro Rodríguez Vázquez
E-mail: leandrorodriguez@infomed.sld.cu

Introducción

El mundo está necesitado de conocimientos que posibiliten el desarrollo integral de la humanidad. Con estos presupuestos, la cultura, vista desde la cosmovisión filosófica permite enriquecer a los seres humanos y dotarles de los saberes necesarios para el logro de una vida plena. Entonces, la cultura* que, desde su significado más antiguo se vincula al cultivo de la tierra, entendido este cultivo en nuestros días como la aprehensión culta del desarrollo humano sostenible, dependiendo por supuesto, de múltiples factores. Desde la antropología, para Tylor *"la cultura, es ese complejo total que incluye conocimiento, creencia, arte, moral, ley, costumbre y otras aptitudes y hábitos adquiridos por el hombre como miembro de una sociedad"*.

Sin embargo, para Linton², la sociedad la constituyen las personas; mientras que la cultura; existe en el nivel psicológico y conductista, razón por la cual tanto las sociedades como las culturas son continuas, de manera cambiante, necesaria y dialéctica. De ahí que perduren en el tiempo y tengan normalmente una duración de vida más larga que cualquier individuo. De hecho, ambas son en gran medida auto perpetuas.

No obstante, conceptos más actuales desde la cosmovisión filosófica comprenden a la cultura en estrecha relación con la naturaleza. Para el Dr. Rigoberto Pupo *"La cultura designa toda la producción humana material y espiritual. Expresa el ser esencial del hombre y la medida de su ascensión humana. No debemos reducir la cultura a la cultura espiritual o material, ni a la cultura artístico-literaria, ni a la acumulación de conocimientos. Es ante todo, encarnación de la actividad del hombre que integra conocimiento, valor, praxis y comunicación. Es toda producción humana, tanto material como espiritual, y en su proceso y resultado. Por eso la cultura es el alma del hombre y de los pueblos. La economía, la política, la filosofía, la ética, la estética, etc., son zonas de la cultura, partes componentes de ella"*. Para este autor, La naturaleza nunca termina para el hombre, porque es su claustro materno. La relación hombre-naturaleza, es una relación donde el hombre se naturaliza y la naturaleza se humaniza. En ese proceso se produce la cultura como esencialidad humana.

Entendida la cultura desde el comienzo del hombre en su evolución y, considerando las palabras del Dr. Pupo, la historia humana se auto-descubre y concreta en su interacción con el ecosistema, crea y enriquece su cultura. Entonces el hombre y la mujer promueven su propia historia y son capaces de generar los componentes que identifican a la cultura de su familia, su comunidad y su nación. Precisamente porque estos se transmiten de una generación a otra y este proceso se desarrolla inexora-

blemente a través de la educación formal e informal, es decir, la institucional y la que proviene de la transmisión y comunicación de los saberes heredados. La cultura, desde la perspectiva filosófica permite eclipsar los disímiles saberes en que actúa e interactúa el ser humano.

Generalmente la cultura se interpreta e integra como un sistema acumulado de conocimientos de la sociedad. Por lo que a partir de este presupuesto se comprenderá que cada región establece su sistema de conocimientos que transmite de acuerdo a los referentes e interacciones con el medio en el que se han desarrollado. En esas circunstancias se visualiza el mundo, que incorpora en el imaginario colectivo de esa localidad o región, o comunidad. De todo ello se comprende que los elementos culturales se erigen como saberes aprendidos y susceptibles de ser aprehensibles, recreados y transformados a partir del nivel de desarrollo alcanzado por ese grupo humano.

La cultura desde las particularidades del fenómeno alimentario requiere vislumbrarse con presupuestos que, además de los destacados por Núñez³ cuando plantea "las tradiciones, los conocimientos, las creencias, valores, la identidad y estereotipos". O como refiere Gracia⁴ "conjunto de actividades establecidas por los grupos humanos para obtener del entorno los alimentos que posibilitan su subsistencia, abarcando desde el aprovisionamiento, la producción, la distribución, el almacenamiento, la conservación y la preparación de los alimentos hasta su consumo, e incluyendo todos los aspectos simbólicos y materiales que acompañan a las diferentes fases del proceso". La cultura alimentaria** se erige desde la filosofía como el sustento de convergencia de las diversas disciplinas que abordan a la alimentación en el contexto social y con repercusión en la salud de las poblaciones.

Por tanto, la cultura alimentaria no es sólo un elemento de identidad cultural de los seres humanos. Está implícita en su cotidianidad, de ahí que generalmente se asocie a la manera en que se consumen los alimentos y se diluyan elementos de trascendencia como los que se originan desde el mismo comienzo en que se deciden las políticas de qué sembrar, cómo cosechar, cómo y cuánto distribuir de lo cosechado, en qué condiciones sanitarias se produce esa distribución, así como la utilización biológica que hace el organismo de los alimentos ingeridos. O vinculados a un concepto más abarcador como el de seguridad y soberanía alimentaria, que enfatizan la garantía alimentaria del individuo, la familia y la comunidad, los países, las áreas geográficas e incluso las regiones planetarias.

Todo esto pudiera hacer pensar que en la modernidad se resuelven los problemas de disponibilidad y acceso a los alimentos. Nada más lejos de la realidad. Las políticas globalizadoras pretenden estandarizar esta creencia y se potencializa la idea

*Cultura proviene del latín colere (cultivar). ** Concepto desarrollado al final del artículo.

de poblaciones homogenizadas, debido a que en los mercados se comercializan los mismos o casi los mismos alimentos. Los grupos humanos poseen identidades diferentes, provienen de experiencias de vida distintas, y es por esto que necesariamente su imaginario, desde la colectividad e insertado en él, el alimentario en particular, responde a estas peculiaridades. Debido a ello en el proceso de la selección final del alimento se sigue un criterio netamente cultural, que se afecta precisamente por la monotonía y desabastecimientos en los mercados.

Todo ello influye de manera decisiva en el mundo espiritual de los individuos, espiritualidad que se concreta en los mitos, las tradiciones, los tabúes, la religiosidad y que sostienen los presupuestos de la cultura alimentaria de ese grupo humano. Con estos elementos se transmiten las prácticas alimentarias que al pasar por los hábitos alimentarios y socializarse, se afianzan como costumbres. Una vez instauradas son difíciles de modificar.

Para comprender como es que repercute la educación alimentaria en la cultura, no basta con identificar los componentes de la cultura de la alimentación sin detenernos, precisamente en esos componentes que de maneras diferentes se utilizan para significar los mismos atributos. Así por ejemplo los mitos, desde la antropología filosófica se distinguen como el sustrato real no de pensamiento, sino de sentimientos; los mitos poseen la función de reforzar la tradición y darle mayor valor y prestigio al relacionarla con una realidad más alta, mejor y sobrenatural que la de los acontecimientos iniciales⁵. Por tanto, las tradiciones*, conservan los hechos y las prácticas culturales que al transmitirse de una generación poseen la peculiaridad de trascender⁶.

Además de los mitos, los tabúes poseen una especial importancia en la cultura de los individuos. La palabra tabú es de origen polinesio ("tappu") significa que está fuera del uso corriente⁷. La mejor ilustración de su función la hace Radcliffe-Brown, al ver en él un instrumento para subrayar la importancia social de hechos, operaciones, prohibiciones, normas, etc.; y en este sentido está relacionado con cualquier prescripción ritual⁸.

Todo ello involucra a los hábitos, y se les interpreta relacionándolos con lo individual, pero desde posiciones filosóficas materialistas, *"significa una inclinación constante o relativamente constante a hacer algo o a obrar de una manera determinada"*. Dewy, citado en el diccionario filosófico señala que *"los términos actitud y disposición resultan igualmente adecuados para el concepto de hábitos"*. La costumbre en cambio la refiere como *"la repetición constante de un hecho o de un comportamiento, debido a un mecanismo de cualquier naturaleza, físico, psicológico, biológico, social. Se admite, en la mayoría de los casos, que tal mecanismo se forma por repetición de los actos o de los*

*comportamientos y, por tanto, en el caso de acontecimientos humanos, por ejercicio"*⁵. Es muy frecuente que se aborden estos dos conceptos como iguales para referirse a un concepto más integrador como el de la cultura alimentaria.

En todo este proceso, el avance de la ciencia y la técnica ha incrementado el desarrollo de producciones de alimentos que pueden atentar contra las prácticas, hábitos y costumbres saludables, erigiéndose como conductas indeseables con sus consabidas consecuencias a la salud. La salud entendida desde la filosofía como la que *"incluye todo el conjunto de condiciones objetivas y subjetivas que intervienen en su desarrollo, pero sobre todo destaca la posición que asume el individuo sobre el sistema de influencias que existen en la sociedad para conservar, cuidar, y crear estilos de vida sanos"*. Por tanto, la cultura de la salud *"revela el grado de desarrollo alcanzado por el hombre en el conocimiento y dominio de su organismo y medio socioecológico, de modo tal, que trascienda en su actuación hacia una conducta que propicie un modo de salud saludable"*⁸.

Pero es de vital importancia que para que los especialistas dedicados a la complejidad alimentaria puedan hacer valoraciones holísticas; desde la cosmovisión filosófica deben explicarse conceptos como los de conducta y costumbres. La primera es considerada como toda respuesta a un estímulo objetivamente observable, aún en el supuesto de que no tenga carácter uniforme, en el sentido de que varíe o pueda variar en relación a una situación determinada. Debido a esta falta de uniformidad la conducta se diferencia del comportamiento y el uso del término resulta útil ya que, de lo contrario, no sería posible distinguirla del comportamiento, precisamente *"porque a diferencia de la acción, es una manifestación de la totalidad del organismo y no una manifestación de un principio particular"*. En términos de conductas y comportamientos alimentarios los seres humanos se manifiestan en dependencia de las circunstancias, por ejemplo, el incremento en la selección y el consumo de alimentos *"chatarras"*, está condicionado en gran medida por relaciones estructurales de la economía, aún cuando no se justifica el uso y abuso indiscriminado de los mismos. No basta con el conocimiento de lo dañino de esas prácticas. Y no debe afirmarse que todo el aparato conceptual de la cultura se esté movilizando hacia una crisis.

En otro orden no debe olvidarse que los avances tecnológicos han influido precisamente en las conductas y comportamientos que intervienen en la modificación de las tradiciones alimentarias de los pueblos, sobre todo en aquellos países en los que las políticas globalizadoras han sido más marcadas. Es innegable que con el tiempo, las nuevas formas de abastecer los mercados con alimentos *"no saludables"* repercutirán en modelos de alimentación que influyan en la cultura alimentaria.

*Tradición: Conservación de hechos y prácticas culturales, que son transmitidas de generación en generación, logrando trascender en el tiempo, e instaurarse en el presente. Elementos del pasado que aún perviven en el presente. Tomado de la Tesis de maestría. Yoel Rodríguez López. Estudio Etnohistórico de los fundidores de San José de las Lajas. La Habana, 2009. Inédita⁶.

Para ello, necesariamente deben incorporarse nuevas prácticas, hábitos, costumbres y conductas que repercutan en los mitos, las tradiciones y otros elementos culturales. De manera que estos presupuestos sean sostenibles con repercusión saludable. Los cambios culturales se producen más lentamente que los componentes que los integran. De ahí que la educación se erija en uno de los hilos conductores que propiciarían los estilos de vida saludables.

Aceptar que la experiencia humana, derivada del conocimiento de saberes que, activan las motivaciones de los individuos, e influyen significativamente en la cultura alimentaria, es un ente activo del proceso de formación, de lo que se transmite o lo que observa en y desde la cotidianidad; constituye una manifestación positiva de asimilar que los gustos y las preferencias poseen un origen social, y en esta socialización el niño desde pequeño, aprende a identificar los olores, sabores y texturas. A medida que crece y se inserta en la colectividad, lo social influye en esos gustos, que al decir de Kant *"lleva a la coparticipación del propio sentimiento de placer e implica la capacidad, placentera por el hecho mismo, de sentir satisfacción"* y las preferencias, estrechamente vinculado a los gustos. De lo anterior se puede comprender que es durante los aprendizajes, donde el ser humano condiciona las sucesivas interacciones y la actitud alimentaria puede ser adecuada o inadecuada. Quien mejor ilustra estas palabras es el pedagogo brasileño Paulo Freire cuando refiere que *"Es debido a ello que la educación sea un quehacer permanente, en razón de la inconclusión de los hombres y del devenir de la realidad. De esta manera, la educación se rehace constantemente en la praxis"*^{9,10}.

Este autor establece el análisis del protagonismo del hombre en la construcción de su propia cultura. Para él, el sujeto es el forjador de su propia historia, al educar y legitimizar los elementos que lo identifican, une unos elementos con otros para crear su historia y su cultura. Para lograr la creación de su propia cultura, el hombre requiere de los procesos de aprendizaje, que se vinculan al protagonismo ejercido en su hábitat, con la gama de problemas y situaciones que lo hace diferente y único en el universo. Esta capacidad le permite crear su espacio, al transformar no solo las condiciones naturales, sino también, las espirituales y adoptar estilos de vida que generen un salto de calidad, en él y en los miembros de su familia, comunidad y país.

Lo anterior demuestra que la cultura, en el pensamiento latinoamericanista, expresa que *"la filosofía, no reconoce incapacidad en hombre alguno, o porque haya nacido blanco o negro, o porque haya sido educado en cualquier circunstancia"*¹¹. Dada la conveniente instrucción que enseña la filosofía el hombre es capaz de todo, y desde esta óptica, estos autores,

consideran que todo hombre es hacedor de su propia cultura. En estas circunstancias la antropología filosófica* es de vital importancia.

Es entonces en la historia y en las investigaciones, desde las que se han proporcionado las evidencias para el conocimiento del hombre y su cultura alimentaria, y se destaca el hecho de que en todas las épocas, se ha planteado éste, como un problema, debido a que los alimentos son el determinante de la supervivencia como valor que reconoce sobre lo que es adquirido y producido para su beneficio e ingerirlo. Es por ello que con el transcurrir de los años se antepone en muchas de las ocasiones su valor social, al del conocimiento científico cuando se le señala que la salud del individuo es, gracias al valor nutritivo del alimento, el logro científico alcanzado en el siglo XX por métodos experimentales. *"Es así como fundamentamos que la historia da significado al presente"*¹².

Sin embargo, no es posible establecer una unidad de análisis, referida a la cultura alimentaria sin considerar, que todos los pueblos construyen su propia cultura; esta se irá ajustando a las condicionantes del medio geográfico en que se desarrolla cada grupo de individuos. Es por ello que no en todas las regiones se utilizan las mismas maneras de preparar los alimentos, ni en todas ellas los alimentos poseen iguales significados. Con estas peculiaridades las condiciones geográficas han desempeñado un papel decisivo, si el ecosistema proporciona condiciones favorables, este hombre conformará una dieta variada, en la que estarán presentes todas las sustancias que garanticen el adecuado desarrollo, no sólo fisiológico, sino psíquico. Es aquí donde los elementos materiales se entrelazan con los espirituales y, el hombre es mucho más pleno. El desarrollo social se enriquecerá y los excedentes productivos se utilizarán para intercambios, ya sean monetarios o de otra índole. Una de las características de este desarrollo se establece a partir de la garantía de alimentos para épocas estacionarias en que no abunde uno u otro alimento o para asegurar la alimentación en épocas de crisis. En el caso Cuba, durante la temporada ciclónica, en la que la isla es vulnerable a sus efectos.

Con el objetivo de garantizar la alimentación de todos los miembros de las comunidades, y los individuos dentro de cada familia, los organismos internacionales han establecido a través de diferentes acciones y regulaciones el apoyo y ayuda a los grupos más vulnerables de la población, de manera que no sufran las peores consecuencias. La *seguridad alimentaria* entendida como la *"Situación que se da cuando todas las personas tienen en todo momento acceso físico y económicos a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias en cuanto a los alimentos a fin de llevar una vida activa y sana"*¹³. Como se observa, en su conceptualización

*Es considerada como la rama de la filosofía que tiene por objeto el estudio del hombre en sí mismo; que toma al ser humano como objeto a la vez que sujeto del conocimiento filosófico.

se erige una vía de compromiso y entendimiento desde el nivel individual hasta el nacional, involucrando otro concepto de mayor alcance, la soberanía alimentaria*. Para abordar la seguridad, se consideran tres elementos determinantes: la disponibilidad**; el acceso*** y la estabilidad/sostenibilidad**** de los alimentos, todos en correspondencia con la cultura alimentaria de esas poblaciones.

La cultura, por contener los elementos subjetivos que intervienen en la selección de los alimentos llámese creencias, tradiciones, maneras de preparación o más cercana a nuestros días, cultura culinaria, entre otras, pueden comprometer el estado nutricional. Por ello se hace necesario considerar la revisión de los factores que afectan el nivel de interrelación determinante de la seguridad alimentaria y el bienestar nutricional individual y familiar. Desde la óptica de Figueroa¹⁴, la suficiencia de alimentos en los hogares requiere que éstos estén disponibles en los mercados locales, para lo cual es necesario que exista la producción, la acumulación de existencias y el comercio; un fallo en cualquiera de estos eslabones contribuye a la inseguridad alimentaria. La estabilidad de los alimentos se logra con producciones estables y con una adecuada infraestructura de mercados que permita la estabilidad de los suministros.

De ahí que la capacidad de los hogares para adquirir los alimentos que pueden ofrecer el mercado y otras fuentes dependerá de los niveles de ingreso, de los precios y de la infraestructura. Dada la fragilidad de muchas economías rurales, los problemas con la accesibilidad (sistemas inadecuados de comercialización, distribución), pueden ocasionar serias afectaciones nutricionales. El acceso insuficiente de los miembros de las comunidades pudiera convertirse en un problema crónico debido a la pobreza, o transitorio debido a malas cosechas, mal año ganadero, pérdida del empleo, problemas de importación, desastres naturales, entre otros factores. Cuando todos estos componentes de la alimentación se conciben con una política bien establecida, en la que se cuida adecuadamente a los niños, las mujeres en edad fértil o las que lactan, a los ancianos o los enfermos. Todo ello permitirá que se logre una adecuada distribución intrafamiliar y comunitaria de alimentos que garantice la seguridad alimentaria.

No es posible analizar la seguridad alimentaria en la comunidad sin la participación activa de la mujer que, al incorporarse al tra-

bajo establece una repercusión en su independencia económica. En Cuba, el hecho de que la mujer se insertara en las nuevas propuestas laborales definitivamente forjó una percepción de ella misma, no sólo en el seno familiar, sino comunitario y social¹⁵. Y como es lógico, las relaciones estructurales en la familia imponen un nuevo reto que asume la mujer, especialmente referida a la alimentación. Definitivamente, la mujer cubana de los primeros años de revolución carecía de la preparación para los cambios significativos y favorables que se producían¹⁶.

En las condiciones actuales, se requiere de la mujer una nueva cultura, entendida desde el ecosistema, de manera holística, para poder pensar y actuar como eje de la familia y la comunidad desde la perspectiva ambientalista¹⁷ con una fuerte base económica familiar que se dirija a la obtención de alimentos que contribuyan al logro de una alimentación balanceada. No debe despreciarse el incremento de estudiantes del sexo femenino en las instituciones de las especialidades de los servicios. La mujer entonces, futura madre, cuidará de los requerimientos nutricionales para contribuir a una descendencia saludable. Precisamente, para superar la actual etapa de escasez de alimentos; se reclama de los recursos disponibles una reorganización a nivel comunitario para disminuir los efectos negativos en las familias y lograr el acercamiento necesario a la cultura de la alimentación saludable.

La Comunidad como escenario de influencias que favorece la educación alimentaria

Varios son los ejemplos que muestran la participación de los seres humanos en la comprensión de los fenómenos con los cuales se ha vinculado. El pensamiento es dirigido para explicarlos, ofrecer soluciones y erigirse con respuestas, a veces, absolutas de la relación e interacción con la naturaleza. El hombre es, un ser social, del cual no se puede separar el desarrollo biológico y su condicionamiento psíquico. Estos presupuestos, unidos a la cultura, favorecen la realización de acciones comunitarias en beneficio de lograr un adecuado estado de salud.

Es evidente entonces, que los miembros de las comunidades necesitan alimentos para desarrollar las actividades que la vida

*Concepto que se apoya en los mismos presupuestos de la Seguridad Alimentaria pero a nivel nacional o regional, en la que se apoyan presupuestos socio-económicos y políticos. **Depende básicamente de la capacidad de producción intrínseca de la comunidad o del país, a su vez dependiente de las capacidades y potencialidades agroecológicas. ***Determinado por el poder adquisitivo o capacidad económica del consumidor (en cualquiera de los ámbitos: familia, comunidad o región o país), y por la cuantía de recursos y medios de producción disponibles (infraestructuras para la producción, adecuación de tierras, riego, institucionalidad de soporte, educación, salud, entre otros). ****Implica factores de carácter macroeconómico (reservas, contingencias), de voluntad política (planes estructurados y consensuados, viables organizativamente, económicamente factibles y socialmente posibles) y de las relaciones económicas y diplomáticas entre países o bloques regionales.

demanda. Entre las que se encuentra: crecer y desarrollarse armónicamente, jugar, trabajar, estudiar y otras de mayor complejidad. Ahora bien, para ello se establecen relaciones con el medio ambiente, y estas determinan la capacidad para obtener las fuentes alimentarias. Por tanto, de estas interacciones con el medio y el agrícola en particular, todas las sociedades y comunidades se han apoyado para la selección, elaboración y consumo de alimentos. Que pasan por el tamiz de las implicaciones materiales y espirituales que poseen los miembros de dichas comunidades y en sentido más amplio por el de la cultura que posean.

Con esos criterios, y considerando que los alimentos estén disponibles y accesibles a todos los miembros de la comunidad, se puede establecer el patrón dietario. Patrón que responderá precisamente a la cultura que posean los miembros de esas poblaciones. Es decir, culturalmente el significado que se le dé a los alimentos, determinará en última instancia el acceso de la familia, es debido a ello, que no todas las familias acceden a iguales alimentos dentro de una misma comunidad, aún cuando posean las mismas posibilidades económicas. El fenómeno en sí es muy complejo, a tal nivel que no todos los miembros de una familia homogenizan los alimentos que ingieren. Al establecer generalizaciones lógicas, referidas a Cuba, se constata que no en todas las regiones se consumen los alimentos utilizando las mismas formas de cocerlos, o lo que es lo mismo, la cultura culinaria* posee sus ligeras modificaciones. Por ejemplo, de las zonas orientales y algunos escenarios del centro del país muestran influencias franco-haitianas debido a las migraciones de finales del siglo XVIII. Estas manifestaciones no son marcadas profundamente a lo largo del país, pero están subyacentes a la hora de hacer valoraciones de esta naturaleza.

Sin embargo, a nivel internacional, los problemas asociados a la alimentación varían de una región a otra y es lógico que suceda de esta manera. Las comunidades de los países con mejores recursos utilizarán patrones de alimentación que contienen una gama extensa de alimentos. Los países con desigualdades geográficas, económicas y sociales mostrarán niveles de consumo alimentario inferiores a las recomendaciones que ofrecen los organismos internacionales. Véase la situación en África, por sólo citar un ejemplo.

Comprender como se producen las influencias comunitarias en el desarrollo de la cultura alimentaria, es necesario considerar que la *comunidad* ha sido estudiada por diversas disciplinas y se le atribuye diferentes acepciones. Ella, se puede entender como el estado de lo que es común, desde el diccionario de la lengua española. Sin embargo existen otras acepciones de mayor alcance para estos fines, ella puede ser considerada como *"la distinción entre relaciones sociales de tipo localista y relaciones de tipo*

*cosmopolita, que es una distinción puramente descriptiva entre comportamientos ligados a la comunidad restringida, en la cual se vive, y comportamientos orientados o abiertos hacia una sociedad mayor"*¹⁸.

No obstante, para este propósito se ha considerado a la comunidad referida a los colectivos educativos en los que se desarrolla el proceso docente-educativo. En este escenario confluye la dinámica necesaria para comprender el efecto de la educación alimentaria en el desarrollo de una adecuada cultura alimentaria en beneficio de la salud. Las interacciones que se establece entre los estudiantes, los docentes, los no docentes y la familia de los estudiantes, posibilita utilizar estas particularidades educacionales precisamente, porque cada uno de los sujetos implicados comparten determinados intereses comunes, debido a la unidad que representa la cultura de la alimentación saludable y sus beneficios.

Todo lo anterior hace posible entender a la comunidad desde diferentes criterios. La antropología social, en opinión de Linton² la refiere *"como un grupo social heterogéneo que se caracteriza por su asentamiento en un territorio determinado y compartido entre sus miembros, donde tienen lugar y se identifican de un modo específico las interacciones e influencias sociales, en torno a la satisfacción de las necesidades de vida cotidiana"*; la pedagogía comparte estos criterios¹⁹. Pero además, la comunidad se aplica a un conjunto de personas, organizaciones sociales, servicios, instituciones y agrupaciones. Todos estos actores viven en la zona geográfica y comparten la misma organización, así como valores e intereses básicos en un momento determinado. Para Borroto y sus colaboradores *"la participación comunitaria se refiere a las acciones individuales, familiares y de la comunidad para promover salud, prevenir las enfermedades y detener su avance"*; de esta manera se establecen los nexos entre comunidad y prevención de la salud. De ahí que se haya utilizado precisamente el escenario escolar para la experiencia.

Entre los miembros de la comunidad debe propiciarse necesariamente, la correspondiente interacción para lograr la convivencia saludable. Y esta, en éste contexto se entiende como las relaciones que permiten la adopción de determinados presupuestos ético-morales que garantizaran la realización de acciones en beneficio de los miembros, en dependencia de los intereses que les mueva. De manera que se logre en los miembros de la comunidad una respuesta participativa y responsable. Desde la escuela se debe fomentar aún más los ambientes sanos como derecho humano sostenible. Los estudiantes pueden convertirse en promotores de salud para su familia y la comunidad en la que viven, experiencias en Cuba sobran, pero se requiere de una participación más integradora y holística.

*Relativo al acto de preparar, cocer el alimento, modos de elaboración.

Con esos saberes aprendidos en el escenario escolar, las relaciones que se producen entre los miembros de la comunidad se establecen y sustentan desde el respeto a la diversidad de criterios, y permitirán que cada uno cumpla con las disposiciones generales, de manera que las contradicciones que se generen, respondan al desarrollo armónico de sus integrantes. Por tanto, la promoción dirigida a la prevención de la salud descansan en la educación para la salud, definida por la Organización Mundial para la Salud (OMS) como *"disciplina que se ocupa de iniciar, orientar y organizar los procesos que han de promover experiencias educativas, capaces de influir favorablemente en los conocimientos, actitudes y prácticas del individuo y de la comunidad en relación con la salud"*⁶. Es por ello que la educación, tanto en escenarios formales como no formales se convierte en una de las vías principales para su desarrollo.

En el ámbito escolar, las relaciones de intercambio generalmente se establecen, en función de lograr que todos los miembros contribuyan al aporte e incremento del nivel de conocimientos, y de saberes que garantice establecer conductas individuales y sociales, encaminadas a lograr el desarrollo de un ser humano más pleno, capaz de vivir y convivir en armonía con el ecosistema. En el caso particular de la educación en Cuba, responde a los intereses del Estado y se sustenta en los principios marxistas y marxistas, que promueve las relaciones en el ecosistema. Se apoya en las teorías de Vigostky*, quien es reconocido por los aportes a la profundización del conocimiento en el campo psicológico.

En el Enfoque Histórico Cultural de la psicología "el eje que, como espiral dialéctica organiza y genera todos los demás conceptos es el historicismo". La importancia de su trabajo radica en la valoración que hace de la influencia de lo *histórico* y lo *social*.

Pero la educación para la salud no es prioritaria de los escenarios educacionales, múltiples acciones se realizan en las comunidades, cuyo sustento se apoya en los principios histórico y cultural, para desde las Organizaciones de Masas, el Ministerio de Salud Pública, el INDER** y otros que, con diversas estrategias y utilizando a los medios de comunicación masiva; aprovechan los mensajes para la prevención. Desde estos escenarios comunitarios se puede encontrar causas significativas para propiciar actuaciones reguladoras de la conducta; de la alimentaria en particular. De cualquier manera, la relación dialéctica de los momentos objetivos y subjetivos en la formación de la cultura de la alimentación permite comprender cómo el sujeto activo puede intervenir en la apropiación y desarrollo de su propia cultura saludable.

El sujeto es activo en sus aprehensiones culturales cuando las relaciones que establece la educación, formal e informal se comporta como mediadora entre el ser humano y los alimentos. Autores como Moreno García²⁰ considera que la alimentación se convierte en el actor principal y es donde la comida, la dieta y la cultura ocupan un lugar relevante por la función que desempeña y que mucho tiene que ver con el conocimiento y el equilibrio de una sociedad o comunidad saludable, en toda la extensión de sus instituciones. No basta con establecer desde los escenarios escolares y comunitarios acciones encaminadas a la prevención de las enfermedades, si las instituciones que comparten el mismo espacio geográfico no se insertan en el discurso y se suman a las iniciativas de la colectividad comunitaria.

La comunidad, con sus estructuras e interacciones provoca el debate educativo sólo si, el que promueve el debate, y este es consciente de la libertad de elección que poseen los miembros de la comunidad para indagar acerca de los elementos que expresan su crecimiento personal²¹. Entiéndase este crecimiento en función de la elección de los alimentos de los que dispone de entre los representativos de su cultura alimentaria.

Es tarea de los miembros de la comunidad educar, para que la experiencia humana sea mucho más amplia que los valores o formas de pensar, por tanto, la transmisión de los conocimientos debe implicar el bienestar personal y global, de manera que el individuo –miembro de esa comunidad– debe vivir en armonía con la naturaleza. De esta manera se estará fomentando una conciencia de la cultura de los recursos naturales, para aprender a cuidarlos, preservarlos y utilizarlos de forma racional en beneficio de la salud de los ciudadanos. Es en los aprendizajes comunitarios, sea desde el escenario formal como informal desde donde se debe instar y propiciar el cambio, las adaptaciones, la creatividad, los valores éticos y con todo ello establecer comportamientos de interdependencias con las comunidades.

Una de las ventajas de utilizar a la comunidad educacional para este tipo de experiencias, relacionadas con la alimentación, se sustenta en el hecho de que no sólo se ha considerado a los sujetos considerados en la comunidad de estudio²². Sino que se ha considerado incluir a todos los vinculados al proceso educativo, como son los padres y otros familiares, así como a otros miembros de la comunidad, dígame los representativos de los CRD***, FMC****, quienes participaran en las actividades extraescolares. La vinculación con los miembros de la comunidad en la que se encuentra insertada el colectivo educacional hacen suyos los propósitos saludables que se originan en los

*Lev Semionovich Vigostky (1896–1934) Entre artículos, libros, comentarios, comenzó con trabajos de carácter literario, desde 1915. **INDER: Instituto de Deporte Educación Física y Recreación. *** CDR: Comité de Defensa de la Revolución. **** FMC: Federación de Mujeres Cubanas

centros de educación, los enriquecen y permiten el diálogo con las diferentes familias.

Comprender el fenómeno alimentario desde la perspectiva comunitaria, es considerar de manera holística a los factores que intervienen en ese proceso. En esa perspectiva, se considera a los alimentos que conforman la dieta y la cultura en dimensiones de diferentes campos para su análisis. El histórico, el biológico, el económico, el político y el social; el pedagógico y el psicológico; que acompañados por enfoques filosóficos pudieran apoyar las intervenciones de una manera más eficiente. Para ello es necesario considerar a los sujetos como elementos dinámicos del proceso que dependerá de la disponibilidad, el acceso y la decisión de incorporarlos a sus prácticas alimentarias, y se irá conformando la herencia cultural.

Algunos autores^{*23-25} plantean que, los factores fisiológicos son de extraordinaria importancia, debido a la influencia que ejercen en la alimentación de los individuos durante la infancia y la adolescencia. Para ellos, la familia en el contexto de la comunidad aporta la mayor contribución a la consolidación de hábitos y costumbres alimentarias, y por tanto, a la herencia cultural a favor de la salud de las comunidades.

En las anteriores palabras se advierte la necesidad de fomentar una cultura de la alimentación holística. No es posible valorar las consecuencias o repercusiones alimentarias de los individuos en las comunidades, si no se les enseña de una manera crítica a asumir los serios problemas, y que, desde el debate comunitario visualicen, los efectos dañinos de prácticas irresponsables e irracionales para promover y preservar la salud.

Para lograr esos cambios de percepciones en los individuos de la comunidad, se debe considerar el grado o nivel en que las personas atribuyen los resultados de su actuación, debido a los factores tanto internos como externos, los estables o los inestables, los controlables o los no controlables. Todo ello constituye también, una expresión del desarrollo y de las particularidades de su sistema autovalorativo, al condicionar sus expectativas y su disposición a esforzarse, a ser activo y estratégico en su aprendizaje²⁶.

Puede que estén resueltos todos los problemas de disponibilidad y acceso a los alimentos en los mercados. Pero, si no se concientiza a los sujetos implicados en el proceso de cambio que se desea, de las ventajas de una adecuada planificación de los presupuestos destinados a la alimentación, se corre el riesgo de que se establezcan consecuencias desfavorables. El ejemplo más significativo lo representan las sociedades latinoamericanas

pobres, con prevalencia de enfermedades asociadas a los países desarrollados. Esto también es una consecuencia de las políticas globalizadoras, en las que se tiende a modificar la cultura y a homogenizar la alimentaria, sin considerar la historia de los pueblos.

La educación y la cultura alimentarias desde el debate filosófico

Para evitar laceraciones de interés en la educación y la cultura alimentarias, debe comprenderse que desde los inicios de la humanidad, el hombre comenzó, de una manera inconsciente primero, y consciente después, a transmitir los conocimientos. Este proceso en el cual una generación acumula los saberes^{**} de las que le antecedian, y se transmite, se le denomina educación; que ha tenido una importancia extrema en el desarrollo y evolución de los avances de la ciencia y la técnica en diferentes momentos de la historia²⁷. La filosofía se ha enriquecido de este proceso al permitir extender sus ideas desde diferentes épocas. De ahí que según el diccionario filosófico²⁸; la palabra *educación* proviene del latín *educativo*, que significa acto de criar, formación del espíritu, instrucción. El vocablo latino *educatio*, deriva del verbo *educare*, formado por *e* (afuera) y *ducare* (guiar, conducir). Los dos elementos vitales del eje enseñanza-aprendizaje que se suceden en la educación: el alumno y el profesor, confluyen para aprehender saberes necesarios para la vida.

Es por ello que diversos autores a través de la historia han definido a la educación. Horruitiner Silva²⁹ destaca que *"es un derecho para todas las personas, hombres y mujeres, de todas las edades. Es capaz de ayudar a garantizar un mundo más seguro, más sano, más próspero y ambientalmente más puro y que simultáneamente contribuye al progreso social, económico y cultural"*. Para López Hurtado et al.³⁰, en el contexto escolarizado y en correspondencia con el objeto de estudio de la pedagogía; es *"un sistema de influencias conscientemente organizado, dirigido y sistematizado sobre la base de una concepción pedagógica determinada, cuyo objetivo más general es la formación multilateral y armónica del educando cuyo núcleo esencial debe estar en formación de los valores morales, para que se integre a la sociedad en que vive y contribuya a su desarrollo y perfeccionamiento"*. Sin embargo, los valores morales deben estar enfocados hacia la relación de los hombres y mujeres con el ecosistema del que aprovechan todos los beneficios, lo transforman y se transforma a sí mismo.

Múltiples investigadores se orientan hacia la búsqueda de una mayor profundización del proceso docente-educativo,

*Entre los que se puede citar a Sierra et al., 2002; Lucas, 2001; Capdevila et al., 2000. ** Saberes que integran el mundo del hombre, su hacer, desear y conocer. Al decir del Dr.C. Carlos Delgado Díaz. (2007).

especialmente en el binomio *enseñanza-aprendizaje*; que se materializa en la *escuela*. En este proceso es en el que se concreta la educación. Para Rico, Pupo y Silvestre, M³¹ "el proceso de *enseñanza-aprendizaje* históricamente ha sido caracterizado de formas diferentes, las que van desde su identificación como proceso de enseñanza, con un marcado acento en el papel central del docente como transmisor de conocimientos, hasta las concepciones más actuales en las que se concibe el proceso de enseñanza-aprendizaje como un todo integrado, en el cual se pone de relieve el papel protagónico del alumno". Este último enfoque revela como característica determinante la integración de lo cognitivo y lo afectivo, de lo instructivo y lo educativo, como requisitos psicológicos y pedagógicos esenciales, condicionados histórica y socialmente.

La educación se concibe como un proceso que ocurre en escenarios denominados "*escuelas*". La escuela es, según García Ramis³², "*un sistema determinado de características, y funciones como institución socializadora, y de los sistemas de relaciones y de actividades que en ellas tienen lugar, entre los alumnos, profesores y colectivos pedagógicos y de estudiantes, la comunidad y las instancias de educación que permite alcanzar los fines de la educación y los objetivos del nivel correspondiente*". Es en la escuela donde debe materializarse la educación de los niños y niñas, así como la de los jóvenes de ambos sexos.

Para comprender el carácter integrador y sistémico de la educación, la FAO destaca que la misma se realiza a través de dos funciones necesarias: la primaria, que consiste en satisfacer la necesidad de transmitir conocimientos, que puede cumplirse de tres maneras: por la preservación, la difusión y la innovación del conocimiento. Y la *secundaria*, que comprende a la integración socio-cultural y el enriquecimiento personal. No es posible pretender elevar la cultura alimentaria de los miembros de la comunidad educacional si no se tiene presente tanto las funciones primarias y las secundarias del proceso educativo. Y esto ocurre por que el ser humano se mueve en contextos socioculturales en los que median, necesariamente, los saberes acumulados por las generaciones que le han precedido. Es en este contexto en el que se puede destacar a las ciencias sociales con responsabilidad, para desempeñar un papel más protagónico en el estudio de la relación población, cultura, ambiente, consumo y desarrollo¹⁷.

Pero el conocimiento no sólo se produce desde la educación que se transmite en la escuela. Los espacios de intercambio comuni-

tario confluyen para enriquecer el proceso de aprehensión de los nuevos saberes, en beneficio de incorporar los nuevos y modificar los inadecuados instalados por influencias culturales. En materia alimentaria, en la que indiscutiblemente se interrelacionan no sólo elementos materiales, sino espirituales de los individuos, es preciso establecer estrategias en las cuales se propicie el cambio de comportamientos desde la interiorización de valores en los miembros de esas comunidades. Estos valores indiscutiblemente son los éticos, los estéticos y los económicos; no restringible a la transmisión de conocimientos, sino que implica los temas afectivos y axiológicos. Cuando converge un pensamiento holístico del fenómeno alimentario en los miembros de las comunidades, las acciones que se desarrollan impactan de una manera decisiva. Con estos elementos se plantea la posibilidad de poder contar con estrategias que garanticen el adecuado Estado Nutricional* de los individuos y las poblaciones³³.

El estado nutricional se mejora al fomentar los cambios conductuales y favorecer la cultura alimentaria, a partir del establecimiento de los estilos de vida saludables. No puede separarse de las dimensiones y dinámica socio-culturales en la que se desarrolla y crecen los miembros de la comunidad educacional; estos presupuestos permiten que a los hombres y mujeres del futuro, se les pueda preparar para la vida desde el presente. Considerar esta preparación como la que nace en el seno familiar, y se materializa en la escuela a través de la educación, con la incorporación de los conocimientos de alimentación saludable y que garanticen la calidad de vida de los individuos. La manera más acertada de lograr estos cambios conductuales es a través de la educación alimentaria y nutricional, como estrategia que no sólo se circunscribe a la educación que se transmite en las escuelas.

En Cuba existen múltiples estrategias diseñadas y dirigidas a favorecer las modificaciones alimentarias saludables. Ya desde los tiempos de la república y a partir de las ideas de Don Fernando Ortiz^{**}, se empieza a visualizar a la alimentación, si bien no desde la perspectiva filosófica, al menos este antropólogo establece conceptualizaciones de interés para la comprensión de los procesos culturales contemporáneos. Así, la transculturación^{***}, a la cual hace alusión en disímiles estudios, y a diferencia del término aculturación^{****}, se posibilitó la interpretación de las tradiciones históricas y antropológicas. En otras ocasiones, y es lo que sucede desde la globalización en la que se produce la deculturación^{*****} de los pueblos.

*Estado nutricional. Es principalmente el resultado del balance entre la necesidad y el gasto de energía alimentaria y otros nutrientes esenciales. FAO/OMS. Conferencia internacional sobre nutrición. Nutrición y desarrollo: Una evaluación mundial. Roma, 1992³⁴. **Antropólogo Cubano que profundizó en las relaciones culturales y sociales de la nacionalidad cubana. ***Transculturación: intercambiar formas de ser, en la que se percibe que no existe una cultura mejor que otra: se complementan. ****La aculturación: se produce normalmente, en momentos de conquistas o de invasiones. Se produce de manera forzosa e impuesta. Ejemplos de ello, se ha dado a lo largo de la historia de la humanidad. La América fue el ejemplo más notable de este fenómeno. *****Deculturación: Se identifica con la pérdida de las características culturales propias a causa de la incorporación de otras foráneas.

Este análisis posibilita establecer las formas en que se genera los intercambios entre los individuos y la naturaleza; y las relaciones entre los hombres y las mujeres desde posiciones antropológicas, las que necesariamente conllevan a la adopción de prácticas alimentarias vinculadas a una relación de género. Al introducir el término género restringiendo el concepto a las posiciones machistas a que se ha sometido a la mujer como hacedora y promotora de las mejores y más ricas esencialidades culturales de la alimentación en Cuba. Es por ello que lo cotidiano se visualiza a partir del surgimiento de una corriente crítica de la historia. Lo cotidiano se comprende como una categoría analítica con un enfoque sistémico de todos los fenómenos que interactúan e influyen en la vida de los individuos. La educación alimentaria con estos presupuestos puede y debe encontrar en las comunidades las herramientas que influyan en los cambios de comportamientos.

De ahí que necesariamente sea recurrente la filosofía marxista, porque considera a los individuos como entes activos y dinámicos, creadores de su hacer cotidiano. En la vida cotidiana, está comprendida la totalidad de las formas de reacciones, naturalmente no como expresiones puras, sino más bien caótico-heterogéneas³⁵; Se puede entender entonces, la vida cotidiana como constituyente de la base de todas las reacciones espontáneas de los hombres y mujeres en su ambiente social, en la cual aparenta una dinámica caótica. En esta cotidianidad es en la que se logra que los individuos establezcan, a partir de su complejo mundo imaginario y concreto, la selección de los alimentos que incorporará a ese espacio cotidiano del que no puede sustraerse.

En lo cotidiano se establecen interacciones entre los miembros de generaciones diferentes al compartir el mismo espacio físico en las viviendas. Abuelas con una cultura culinaria que realza o enfatiza la cultura alimentaria de la que ha sido portadora, y trata de "imponerla", a veces de una manera ingenua, sutil a los otros miembros de la familia. Es en lo cotidiano donde se percibe y construye lo oculto y dinámico del origen de todos los espacios individuales y colectivos. Es en esta dinámica en la que se puede lograr, utilizando a la educación de la selección a favor de prácticas culinarias que favorezcan la cultura alimentaria e influya en la salud de los miembros de las comunidades.

Y es precisamente desde la perspectiva filosófica, en que se establece el análisis porque la alimentación cobra cada día más fuerzas y, esta puede facilitar el diálogo entre las distintas disciplinas y evitar el discurso dicotómico que repercutirá en definitiva en el accionar a favor de los individuos de la comunidad.

En las acciones de educación alimentaria debe esclarecerse que la alimentación es un proceso voluntario, por lo que el individuo tiene conciencia de lo que ingiere. Mientras que la nutrición no depende de la voluntad, ni de los conocimientos que posea el individuo. Es por ello tal vez, que antes de que se descubriera los incontables procesos bioquímicos y las sustancias que participan en él, ya el hombre había dedicado tiempo al pensamiento acerca

de la selección y utilización de los alimentos, así la biblia describe entre sus mandamientos la censura a las ingestas indiscriminadas de energía a partir de algunos que se identificaban como dañinos a la salud. De acuerdo a la selección que se haga de los alimentos, así será la repercusión el estado nutricional y en la salud en sentido general.

El ser humano como objeto y sujeto de la cultura alimentaria

La Educación Alimentaria se dirige a la modificación de prácticas, hábitos y costumbres inadecuadas. Pero para accionar en esta dirección es necesario considerar algunos factores, entre los que se puede citar los demográficos, y los socioeconómicos, que influyen en el perfil nutricional de los escolares. Uda et al.³⁶ señalan que existe consenso internacional en definir a la educación alimentaria y nutricional como un *"Proceso Educativo de Enseñanza-Aprendizaje permanente, dinámico, participativo, integral, bidireccional que tiene por finalidad promover acciones educativas tendientes a mejorar la disponibilidad, el consumo y la utilización de los alimentos, con un perfil epidemiológico de potenciar y/o reafirmar los hábitos alimentarios saludables y neutralizar o reducir los erróneos, respetando las tradiciones, costumbres e idiosincrasia de las comunidades, contribuyendo al mejoramiento del Estado Nutricional y por ende a la Calidad de Vida de una región o país."*

Como se aprecia en la definición de estos autores, se hace indispensable replantear el fenómeno alimentario desde una perspectiva educativa que permita que esos saberes que requiere el mundo de hoy, es decir, los conocimientos, la información toda, sea capaz de orientarse y hagan posible el desarrollo integral de los miembros de la sociedad.

Entonces, los desafíos a los que está sometido el mundo crece, es más complejo, de ahí la necesidad de disponer de conocimientos más sólidos, apoyados en criterios éticos y coherentes. El hombre de las comunidades y la sociedad toda de nuestros días, vive en la constante sensación de incertidumbre ante tantos problemas, entre los que la alimentación se manifiesta con un sentido especial. En materia alimentaria, sea desde la escuela o en las estrategias educativas dirigidas a las comunidades, debe reformarse los viejos preceptos y con una visión renovadora aceptar para el futuro. Debe trabajarse para desentumecer la sociedad -apoltronada- en esquemas del pasado y, sobre todo, para influir en los jóvenes nuevos bríos y razones de vivir, así como nuevas metas y modos para la vida activa, la vida en sociedad y el reencuentro con uno mismo²².

Paulo Freire, reflexionando sobre el sistema educativo, decía: *"es una estructura jerárquica, autoritaria, rígida, con un sentido profundamente político, que tiene sus víctimas y sus instrumentos tanto en el docente como en el alumno. El aprender a aprender que se da en el sistema educativo apunta a una ena-*

*jenación de la propia necesidad, a un pensamiento metafísico, no dialéctico, a un pensamiento idealista y a un identificar el conocimiento con la repetición de la palabra autorizada, es decir, a una negación del sujeto como sujeto cognoscente*⁴⁰. Las palabras de Freire permiten dirigir la mirada hacia un fenómeno que se presenta en algunas sociedades, al relacionar el nivel educacional con el consumo de alimentos.

Algunos autores³⁷⁻⁴² señalan que el nivel educacional familiar influye de forma manifiesta en los hábitos alimentarios de los individuos, por tanto, los adolescentes no están excepto a estas consecuencias. Para estos autores, cuando existe un mayor nivel socioeconómico y elevado nivel de instrucción de la madre y las personas responsables de la alimentación en el hogar, la dieta es más diversa y balanceada. De esta manera, el desarrollo y crecimiento de los niños y adolescentes se logra satisfactoriamente.

Pero esta situación no se presenta uniforme en todas las sociedades. En las industrializadas se tiende a homogeneizar los hábitos alimentarios de los grupos de población urbana y rural; sin embargo todavía existen algunas diferencias relacionadas tanto con la accesibilidad, como con la capacidad económica a los alimentos, y esta diferenciación se asocia fundamentalmente a la herencia cultural que existe entre ambas poblaciones. Igualmente Roos *et al.*⁴¹ y Anderson *et al.*⁴³ establecen una relación positiva entre la profesión de los padres y el nivel educacional de éstos con un acercamiento a las recomendaciones dietéticas saludables que permiten la diversificación de los alimentos que se consumen en el contexto familiar y por tanto, el balance de la dieta.

El problema de la alimentación en el seno familiar* con repercusiones en la comunidad, al decir de Dynesen *et al.*⁴⁴; se destaca desde los siguientes presupuestos *"existe un acuerdo en que el nivel socioeconómico y el nivel educacional de los padres influye en la ingesta alimentaria de los hijos"*. Es decir, son sujetos que actúan como mediadores en el sistema de elementos que conforman la cultura alimentaria, precisamente, desde una manera particular de educación, la que se establece en la cotidianidad e interacciones de la familia. El nivel de educación de los padres predice el status socioeconómico de la familia, puesto que éste está determinado no sólo por los ingresos familiares, sino también por la educación y ocupación de los padres. Pero Dowler⁴⁵ refiere que el nivel educacional y el socioeconómico no son los únicos que deben ser considerados, pues existen otros elementos que influyen, entre los que se puede mencionar: el lugar de residencia, el poder adquisitivo, y otros condicionantes relacionados con la alimentación, entre las que cita a las preferencias y las aversiones, la posibilidad de almacenar alimentos, para épocas de crisis, que influye directamente en la calidad de la dieta de los individuos.

Los criterios anteriores pudieran sugerir que la baja ingesta de energía y nutrientes es una consecuencia directa del nivel socioeconómico y del nivel educacional de los padres. Sin embargo, está demostrado que los ingresos familiares influyen y no determinan en los hábitos alimentarios de los hijos. No basta con que los alimentos estén disponibles, es necesario que sean adquiridos, y para ello deben poseerse los medios económicos necesarios. En las sociedades tanto desarrolladas como subdesarrolladas se observa con frecuencia que muchos niños y adolescentes, al carecer de los medios o ingresos suficientes, no pueden adquirirlos, afectando los indicadores de crecimiento y desarrollo, entre otros. Autores como Roos *et al.*⁴¹ considera que los factores socioeconómicos y educacionales afectan la dieta de los grupos vulnerables de la población, condicionando que estos factores sean los responsables de la adquisición y las ingestas insuficientes de los alimentos indispensables para el adecuado estado de salud de las poblaciones. Pero coincidir con estas consideraciones, es aceptar que no son necesarios tener en cuenta a los factores políticos y culturales para establecer adecuados regímenes alimentarios.

Navia *et al.* (2003)³⁹, estiman que a pesar de los cambios ocurridos en las últimas décadas en los valores familiares**, la mujer es la que sigue teniendo la mayor responsabilidad a la hora de elegir los alimentos que se consumen en los hogares, esto responde a la herencia socio-cultural a que ha estado supeditada, y la convierte en víctima de esta situación. De ahí la necesidad de que se establezca delimitaciones claras respecto a la educación alimentaria en las comunidades, para que desde el diálogo familiar esta situación se modifique. La comunidad educacional debe erigirse como un modelo que garantice una adecuada alimentación, con influencias marcadas en los miembros de las familias a las que corresponde, apoyados en los principios de la alimentación saludable. La educación alimentaria, con enfoques participativos, activos y enriquecedores deben ser los que logren establecer las pautas alimentarias que permiten a sus hijos la adquisición de hábitos alimentarios saludables⁴⁰. Las mujeres y los hombres son los responsables de la salud de sus hijos, a ellos corresponde la tarea de educarles en los principios de la alimentación saludable.

En este sentido, Federico Engels destaca la igualdad social de la mujer y el hombre como única vía para la independencia de la mujer en la sociedad moderna. Sustenta que la emancipación de ésta, se relaciona de manera directa con el alcance que se conquiste desde el espacio que consiga para sí en la vida laboral. Profundiza en este aspecto desde su obra *El origen de la familia*,

*Aún cuando se esta refiriendo el discurso a las influencias alimentarias en la Comunidad, la familia como núcleo central de la comunidad, no debe ser omitido. ** Los padres empiezan a asumir mayor responsabilidad en la adquisición y preparaciones culinarias familiares.

la propiedad privada y el Estado; al plantear que "(...) el carácter particular del predominio del hombre sobre la mujer en la familia moderna, así como la necesidad y la manera de establecer una igualdad social efectiva de ambos, no se manifestarán con toda nitidez sino cuando el hombre y la mujer tengan, según la ley, derechos absolutamente iguales"⁴⁶.

Referir la complejidad alimentaria en la que aparezca la mujer y su familia omitiendo aspectos medulares como los que se destacan en diversos estudios, es parcelar el criterio integrador de la educación alimentaria a favor de la cultura de la alimentación saludable. Autores como Dynesen⁴⁴; Groth y et al.⁴⁷ señalan a este respecto que "la influencia del número de miembros de una familia que conviven, a veces, en situaciones de hacinamiento, poseerán menores posibilidades de garantizar una adecuada alimentación de sus miembros". En estos casos, por tradición, puede afectarse la ingesta de alimentos a niños, mujeres en edad fértil o que lactan y a los ancianos, entre otros miembros de la familia. En las condiciones del mundo actual, y debido a la importancia que se le concede a la alimentación de los niños* y los adolescentes, así como el especial cuidado a las madres; se hace indispensable desarrollar acciones comunitarias encaminadas a lograr la cultura de la alimentación a través de la educación alimentaria y nutricional, ya sea por las vías formales o no formales⁴⁸.

Estas acciones que conciernen a las comunidades de todo el mundo se hacen necesarias debido al cuadro que se observa tanto en las sociedades del primer mundo, como las que se encuentran en vías de desarrollo. Según Yach Hawkes et al.⁴⁹, las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) constituyen una de las principales causas de muerte en el mundo. En los últimos años ha representado el 60% de todas las defunciones y el 47% de las causas de morbilidad en todo el mundo; para el año 2020 se espera que estas cifras asciendan a 73% y 60%, respectivamente. La OPS/OMS; destaca que los principales factores de riesgo para estas enfermedades son el sobrepeso, la mala alimentación, el sedentarismo, el alcoholismo y consumo de tabaco, todos, modificables. En Cuba, según el Anuario Estadístico⁵⁰, en las primeras causas de mortalidad aparece: los tumores malignos (primera en los hombres y segunda en las mujeres), enfermedades del corazón (primera en las mujeres y segunda en los hombres), enfermedades cerebro vasculares, y desde el 2001 estas aparecen como las tres primeras causas de muerte.

Es por ello que la educación para la salud, comprenda las oportunidades de aprendizaje creadas conscientemente porque suponen una forma de comunicación destinada a mejorar el conocimiento de la población en relación con la salud y el desarrollo de habilidades que conduzcan a la salud individual y comunitaria. Entonces el conocimiento definido por Concharov⁵¹,

"es el reflejo subjetivo de algún aspecto concreto de la realidad objetiva que fue concientizado por el individuo a partir de las interacciones dialécticas desarrolladas entre factores externos e internos a través de su participación activa en el proceso de la enseñanza".

Por tanto, el conocimiento posee una naturaleza histórica y puede servir de hilo conductor de la actividad en la construcción de la cultura. En este contexto se hace necesario puntualizar que, en la educación alimentaria debe transmitir información acerca de las condiciones sociales, económicas, ambientales y del ecosistema en que se desarrolla esa comunidad, ello permitirá el fomento de la motivación, las habilidades personales y la autoestima, necesarias para adoptar medidas encaminadas a mejorar la salud y evitar o disminuir los factores y los comportamientos de riesgo de los individuos en la comunidad. Con estos elementos, la Educación Alimentaria y Nutricional, que se inserta como una estrategia factible en la educación para la salud, debe concebir todos los aspectos que potencien la movilización de las actitudes, las conductas, los hábitos y las costumbres hacia la adopción de prácticas de selección y consumo de los alimentos saludables.

Otros presupuestos de interés en el desarrollo de la educación alimentaria es la motivación, que desde la óptica de Leontiev^{52,53}; constituye la "fuerza interna que mueve al sujeto como individuo consciente, hacia la satisfacción de alguna de sus necesidades a través de la actividad y que en su desarrollo más avanzado transforma su premisa en resultado concreto". Para este autor la actividad es la "forma en que el sujeto responde a determinada necesidad, que tiende hacia el objeto que la satisface, desaparece al ser satisfecha, se reproduce nuevamente y nunca puede existir sin un motivo, externo-perceptual o ideal imaginario".

Todo lo anterior sugiere que las comunidades, cualesquiera que sean, deben disponer de suficiente organización para prestar los cuidados a los grupos vulnerables, ya sea directamente: -evaluando sus propios problemas y decidiendo las medidas apropiadas-; e indirectamente, mediante la capacidad que posea de sobrevivir en un ambiente ecológico y económico hostil⁵⁴.

De la misma manera en que las sociedades no permanecen estáticas, la cultura, por corresponderse a la obra humana, es dinámica, así como las relaciones que se establecen entre los sujetos que participan de manera directa o indirecta en la creación de su cultura.

Por tanto, las preferencias alimentarias responden siempre a los intereses de grupos sociales con identidades definidas. El caso más elocuente de ello lo representa, durante la colonización española en América, cuando los pueblos originarios continuaron y continúan alimentándose a partir de los alimentos identificados y utilizados desde épocas remotas. Aún en pleno siglo XXI, con la

*Durante el amamantamiento y prácticas de destete.

globalización y el Mercado de Libre Comercio, los pueblos meso-americanos utilizan el maíz, en la dieta habitual. Esto prueba y demuestra que en primera y última instancia, la selección de los alimentos posee un profundo origen cultural. La educación alimentaria, se convierte en una necesidad imprescindible de los hombres de hoy, los que perpetuaran su memoria a partir de las habilidades heredadas y las que transmitan a las futuras generaciones.

De lo anterior se concluye que la cultura alimentaria representa el desarrollo y evolución alcanzado por los grupos humanos, en un contexto histórico determinado, con repercusión sobre el individuo en cuanto a los conocimientos sobre los alimentos, los hábitos y las costumbres, las tradiciones, los valores, las creencias, los mitos y tabúes; así como al arte culinario y el acto de ingerirlos en el entorno individual y social, de manera tal que se garantice una influencia en los estilos de vida que trascienda a las futuras generaciones. En esta cultura las mujeres y los hombres aprenden, comprenden, transforman y crean de acuerdo a sus necesidades, tanto materiales, espirituales, individuales y grupales, a partir de los conocimientos que se transmiten de una generación a otra, en un contexto histórico-social concreto, en la cual se inserta y reevalúa para superarse a sí misma.

Bibliografía

1. Tylor EB. Cultura primitiva. En: Antropología. Editores: Bohannon Paul; Glazer Mark. Lecturas. Segunda Edición. La Habana: Edi. Felix Valera, 1993;61-78.
2. Linton R. Cultura y Normalidad. En: Bohannon P; Glazer M. Antropología. Segunda Edición. La Habana: Ed. Felix Valera, 2003;187-204.
3. Núñez N. El cacao y el chocolate en la historia y la cultura cubana. Aproximación etnohistórica (segunda mitad del siglo XVI- primera mitad del siglo XX)". Tesis doctoral. Universidad de La Habana, 2007.
4. Gracia Arnaiz, M. (coordinadora). Somos lo que comemos. Estudios de alimentación y cultura en España. Barcelona: Ariel, 2008.
5. Abbagnano N. Diccionario de Filosofía. La Habana: Ed. Instituto Cubano del Libro, 1960;188;213-598-599-809.
6. Rodríguez López Y. Estudio Etnohistórico de los fundidores de San José de las Lajas. Tesis de maestría. Inédita. La Habana, 2009.
7. Hope Ponce M, Mora Eguarte D. Diccionario Antropológico. México: Escuela Nacional de Antropología e Historia, 2002.
8. ECIMED. Colectivo de autores. Lecturas de filosofía, salud y sociedad. La Habana: Editorial Ciencias Médicas, 2004;26.
9. Freire P. La naturaleza política de la educación. Hacia un diseño de la enseñanza y las profesiones. Ministerio de Educación y ciencias. Barcelona: Paidós Editores, 1990.
10. Freire P. Pedagogía del oprimido. La Habana: Ed. Caminos, 2009: pp 40.
11. Márquez PJ. "El filósofo, ciudadano del mundo" en Humanistas del siglo XVIII. México: UNAM, 1962;133.
12. Lowenberg ME, Todhunter N, Wilson ED, Feeney MC, Savage JR. Los alimentos y el hombre. México: Ed. Limusa, 1985;13-327.
13. Haddinnott J. Operationalizing household food security in development projects:an introduction. In: technical guide for food security. Washington: IFPRI, 1999;1-1-1-19.
14. Figueroa Pedraza D. Seguridad alimentaria familiar. Rev. Salud pública y nutrición (Mex.) 2003; 4(2). Disponible en: <http://www.respyn.uanl.mx/index.html>. [Consultado el 17-10- 2006].
15. Benítez ME. Panorama sociodemográfico de la familia cubana., La Habana: Editorial Ciencias Sociales, 2000.
16. Álvarez M, Díaz M, Rodríguez I. et. al. La familia cubana: cambio, actualidad y retos. Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS). La Habana: Ministerio de Ciencias Tecnología y Medio Ambiente, 1996.
17. Cabrera Trimiño GJ. Población, educación ambiental, consumo, desarrollo. ¿Nuevas interrogantes y viejos problemas? Sevilla: FACUA, 2002: pp 118-135.
18. Hervieu B. Los campos del futuro. Madrid: Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, 1997.
19. Núñez Aragón E, Castillo Suárez S, Montano Jorrin S. La escuela y la familia en la comunidad: una realidad socio-educativa de hoy. En: García Batista G. Compendio de Pedagogía. La Habana: Ed. Pueblo y Educación, 2002: pp 279.
20. Moreno García D. Cultura Alimentaria. 2006; V(4) No.3 Julio-Septiembre 2003. Disponible en: URL http://www.respyn.uanl.mx/iv/3/ensayos/cultura_alimentaria.htm. [Acceso: enero 29].
21. Clark ET, Damian Juárez V, Krishna P, Lee M, Roberts TB, Snow Gang P, Gallegos Nava R (dir). El destino invisible de la educación. México: Edi. PAX, 1997.
22. VV.AA. Educación y desarrollo. Aprender para el futuro. Documento básico. Madrid: Fundación Santillana, 1996: pp 15-63.
23. Sierra Salcedo RA. Modelación y Estrategia: Algunas consideraciones desde una perspectiva pedagógica. En: García Batista G. Compendio de Pedagogía. La Habana: Edt. Pueblo y Educación, 2002;311-321.
24. Lucas B. Nutrición en la infancia. En: Mahan K, Escott-Stump S (eds). Nutrición y Dietoterapia de Krause. México: McGraw-Hill Interamericana Editores, 2001;260-279.
25. Capdevila F, Llop D, Guillén N, Luque V, Pérez S, Sellés V et al. Consumo, hábito alimentario y estado nutricional de la población de Reus (X): evolución de la ingestión alimentaria y de la contribución de los macronutrientes al aporte energético (1983-1993) según edad y sexo. Medicina Clínica 2000; 1(115): 7-14.
26. Castellanos D, Grueiro I. ¿Puede ser el maestro un facilitador? Una reflexión sobre la inteligencia y su desarrollo. La Habana: Edic. IPLAC-CeSofte, 1996.
27. Delgado Díaz C. Hacia un Nuevo saber. La bioética en la revolución contemporánea del saber. La Habana: Publicaciones Acuario. Centro Félix Varela, 2007.
28. Rosental M, Iudin P. Diccionario Filosófico. La Habana: Editora Política, 1981;332-355; 370-371; pp: 433 pp: 568.
29. Horruitiner Silva P. La Universidad Cubana: el modelo de formación. Disponible en URL: [http://ftp.ceces.upr.edu.cu/centro/repositorio/Textuales/Libros/Peda_Nueva_Universidad_Cubana_PHorruitiner.pdf]
30. López Hurtado J, Esteva Boronat M, Roses MA, Chavéz Rodríguez J, Valera O, Ruiz Aguilera A. Marco conceptual para la Elaboración de una Teoría Pedagógica. En: García Batista G. Compendio de Pedagogía. La Habana: Edt. Pueblo y Educación, 2002: pp 45-61.
31. Rico P, Silvestre M. Proceso de enseñanza aprendizaje. En: García Batista G. Compendio de Pedagogía. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 2002: pp 68-79.
32. García Ramis L. La escuela y el maestro: El modelo de escuela. En: García Batista G. Compendio de Pedagogía. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 2002. pp: 283-286.

33. Gross R, Schoeneberger H. Las Cuatro Dimensiones de Seguridad Alimentaria y Nutricional: Definiciones y Conceptos. Agencia Alemana de Cooperación Técnica (GTZ), 2002.
34. FAO-OMS. Conferencia Internacional Sobre Nutrición. Informe Final de la Conferencia. Roma: FAO, 1992.
35. Lukács G. Histoire et conscience de classé. París: Les Éditions de Minuit, 1971.
36. Uda AN, Díaz de Aliaga M, Tomas MC. Educación Alimentaria Nutricional (E.A.N.). Escuela de Nutrición de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Córdoba, 2005.
37. Ballew C, Kuester S, Serdula M, Bowman B, Dietz W. Nutrient intakes and dietary patterns of young children. *J Pediatr* 2000; 136(6):p. 181-187.
38. Gliksman MD, Lazarus R, Wilson A. Differences in serum lipid in australian-children: is diet responsable? *Int J Epidemiol* 1999; 22: 247-254
39. Navia B, Ortega RM, Requejo AM, Perea JM, López Sobaler, Faci M. Influence of maternal education on food and energy and nutrient intake in a group of pre school children from Madrid. *Int J Vitam Nutr Research* 2003;73(6):439-445.
40. Aranceta J; Pérez Rodrigo C; Ribas I; Serra Majem L.L. Sociodemographic and lifestyle determinants of food patterns in Spanish children and adolescent: the enKid study. *Eur J Clin Nutr* 2003; 57(S1): 540-544.
41. Roos E, Lahelma E, Virtanen M, Prattala R, Pietinen PG. Socioeconomic status and family status as determinants of food behaviour. *Society of Sciences Medicals*. 1998;46(12):1519-1529.
42. Omar KO. Meal planning and its relation to the nutritional status of preschool children in Egypt. *Egypt Roc. Pantsw Zakl. Hig.* 2000;51(2): 163-166.
43. Anderson AS, Macyntire S, West P. Dietary patterns among adolescents in the west of Scotland. *Br J Nutr* 1994; 71:111-122.
44. Dynesen AW, Haraldsdottir J, Hola L, Astrup A. Sociodemographic differences in dietary habits described by food frequency questions-results from Denmark. *Eur J Clin Nutr* 2003; 57:1586-1597.
45. Dowler E. Inequalities in diet and physical activity in Europe. *Public Health Nutr* 2001;4(2B):701-709.
46. Engels F. El origen de la familia, la propiedad privada y el estado. La Habana: Instituto cubano del libro, 1972.
47. Groth MV, Fagt S, Brondsted L. Social determinants of dietary habits in Denmark. *Eur J Clin Nutr* 2001;55:959-966.
48. Schinitman NI. Seguridad alimentaria, Hambre y Malnutrición. Disponible en: <http://www.ecoportal.net/content/view/full/55074> [Acceso octubre 16 2010].
49. Yach D, Hawkes C, Gould CL, Hofman KJ. The global burden of chronic diseases overcoming impediments to prevention and control. *JAMA* 2004; 291:2616-22.
50. Anuario Estadístico de Salud. Dirección Nacional de Registros Médicos y Estadísticas de Salud. La Habana: Ministerio de Salud Pública, 2008.
51. Concharov NK. Fundamentos filosóficos de la Pedagogía Soviética Soviet-skaia Pedagogika 1944; No. 7.
52. Leontiev AN. Problemas del desarrollo del Psiquismo. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1974:368-378.
53. Leontiev AN. Actividad, conciencia, personalidad. La Habana: Ed. Pueblo y Educación, 1982;155-156.
54. Romero SA, Bracamonte M, Molina M, De Rolo M. Alimentación en el Hogar, en el ámbito local y la comunidad. Acerca de la Seguridad. SEGURIDAD INIA-CENIAP, Maracay Revista Digital CENIAP HOY 2006; N° 12 septiembre-diciembre.