



Perspectivas socioeducativas de la alimentación y nutrición en Venezuela



**Ernesto Elías
De La Cruz Sánchez
y Albino José
Rojas Piñango**
(Compiladores)

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez
Subdirección de Investigación y Postgrado
Departamento de Ciencias Naturales y Matemática
Centro de Investigación Juan Manuel Cagigal
Línea de Investigación: Educación Alimentaria y Nutricional

Perspectivas socioeducativas de la alimentación y nutrición en Venezuela

Memorias de las Jornadas Interdisciplinarias
en Educación Alimentaria y Nutricional
2007-2009-2012

Compiladores:
Ernesto Elías De La Cruz Sánchez
y Albino José Rojas Piñango

Caracas 2015

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO



***Perspectivas socioeducativas de la alimentación
y nutrición en Venezuela***

Ernesto Elías De La Cruz Sánchez y Albino José Rojas Piñango (Compiladores), 2015

1era. Edición

Serie de libros arbitrados por el Vicerrectorado de Investigación y Postgrado
Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL)

Dirección: Avenida Sucre. Parque del Oeste, “Alí Primera” Catia, Venezuela

Apartado Postal 2939. Caracas 1010

Teléfonos: 0212-8060067/8060072/8060075

Telefax: 8060118

Comité Editorial:

María Eugenia Carrillo

Ivette Briceño

Thaína Solórzano

Portada:

Nuncia Moccia

Ilustración de la Portada

Unir los dedos para enlazar las alas.

De la serie: “Corpus VII: Integración”

Ana Francia Carpio. 2005.

Diagramación, montaje electrónico e impresión:

L+N XXI Diseños, C.A.

(nunciams@gmail.com / luzmarquez1950@gmail.com)

Reservados todos los derechos

Este libro no puede ser reproducido total o parcialmente, por ningún procedimiento electrónico o mecánico, incluyendo fotocopia, grabación magnética o cualquier almacenamiento de Información y sistema de recuperación sin permiso escrito del autor.

ISBN: 978-980-281-223-3

Depósito legal:

lf24120153703442

Primera edición / diciembre 2015

Impreso en la República Bolivariana de Venezuela



CONSEJO RECTORAL

Raúl López Sayago

Rector

Doris Pérez

Vicerrectora de Docencia

Moraima Esteves

Vicerrectora de Investigación y Postgrado

María Teresa Centeno de Algomedá

Vicerrectora de Extensión

Nilva Liuval Moreno de Tovar

Secretaria

SUBDIRECTORES DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO

Miren de Tejada

Instituto Pedagógico de Caracas

Moraima Campos

Instituto Pedagógico "Luis Beltrán Prieto Figueroa" de Barquisimeto

José Acuña

Instituto Pedagógico de Maturín

Francisca Fumero

Instituto Pedagógico "Rafael Alberto Escobar Lara" de Maracay

José Peña

Instituto Pedagógico de Miranda "José Manuel Siso Martínez"

Gladys Rangel

Instituto de Mejoramiento Profesional del Magisterio

Dilcia De Rosa Hernández

Instituto Pedagógico Rural "El Mácaro"

Luis Eduardo Sánchez

Instituto Pedagógico Rural "Gervasio Rubio"

Contenido

Presentación	9
Introducción Jornadas Interdisciplinarias en Educación Alimentaria y Nutricional	13
Historia de la alimentación en Venezuela <i>Coromoto Méndez Sereno</i>	15
Nutrición para el Bienestar General <i>Robert Rodríguez I.</i>	27
El Instituto Nacional de Nutrición, Órgano rector de las políticas nutricionales para Venezuela <i>Lucy Lucero</i>	35
La construcción del conocimiento sobre nutrición en estudiantes de educación superior. Caso: UPEL-IPC <i>Miguel Bouquet</i>	45
Educación en alimentación y nutrición, una experiencia venezolana. Perspectivas hacia el futuro. <i>Dalia Díez de Tancredi</i>	61
El encanto del saber y del sabor. Una perspectiva interdisciplinaria para la enseñanza de la literatura y la producción textual <i>Marlene Arteaga Quintero</i>	69

6 *Perspectivas socioeducativas de la alimentación y nutrición en Venezuela*

La Fundación José María Bengoa
Comprometida con las prioridades en nutrición para Venezuela
Fundación Bengoa 85

Perspectivas socio-económicas
de la alimentación y la nutrición en Venezuela
Ernesto Elías De La Cruz Sánchez 97

Del sancocho a la espuma: innovación vs. tradición
o el decir de las relaciones sociales 109
Jenny Fraile Velásquez

Enfermedades alimentarias y la conservación de alimentos 117
José Mercedes Marcano Torcat

Alcance de la educación nutricional
y alimentaria en los contenidos de los programas
en la I y II etapa de educación básica de 1997 131
Albino José Rojas Piñango

Alimentación y especie humana en la cocina venezolana 145
Yván Pineda

De “Los Siete Escalones de la Buena Alimentación”
al “Trompo de los Alimentos”. Evolución
de las clasificaciones de alimentos en Venezuela. 157
América Z. Pirela Cb
María Fernanda Dos Santos

Cocido a fuego lento y otras metáforas cotidianas
provenientes del contexto culinario

Jenny Fraile

167

Aportes para el abordaje de la educación alimentaria
y nutricional en el contexto venezolano

Ernesto Elías De La Cruz Sánchez

179

Configuraciones discursivas en torno a la alimentación

Érika Campos Fernández

191

La transdisciplinariedad: “Diente de León”

Un camino a seguir. Caso: UNIMET

María Elena Del Valle de Villalba

201

Centro de Investigación Juan Manuel Cagigal (CIJUMAC)

Línea de Investigación: Educación Alimentaria y Nutricional

219

Presentación

El tema de la alimentación cada día ocupa mayor espacio de interés en el ámbito familiar, de las relaciones sociales y comerciales, entre otros; donde las conversaciones se desarrollan entorno a la diversidad de elementos conceptuales asociados a dicho tema; aspectos como: valor nutricional, elementos dietéticos, cantidad de grasa, proteínas, kilocalorías, trastornos alimentarios, alimentación balanceada, etc., han provocado el surgimiento de una especie de “cultura alimentaria”, en la que ha aumentado el número de personas que, sin ser especialistas en el área de la salud, tienen un buen bagaje intelectual de esta temática, la cual a su vez converge hacia una conciencia alimentaria.

En virtud de esta conciencia alimentaria, los gobiernos de todas las naciones han aunado esfuerzos para optimizar la calidad de los alimentos que se suministran a la población, de este modo, se intensifican los mecanismos de supervisión y controles sanitarios, se han transformado las tradicionales formas de agricultura, ganadería y pesca mediante nuevos métodos que permiten incrementar la producción, disminuir la aplicación de compuestos químicos para el control de plagas y mejorar la calidad del medio ambiente; por ejemplo, hoy hablamos de cultivos organopónicos e hidropónicos, alimentos prebióticos y del cultivo de peces.

Junto a lo descrito, esta conciencia alimentaria ha motivado la realización de eventos a nivel mundial cuyo tema central es la alimentación y la nutrición, de los que se han desprendido importantes pronunciamientos; a modo de ejemplo, la UNICEF en el año 2000 asumió el compromiso de reducir a la mitad el porcentaje de personas que padecen hambre y el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo tiene como primer objetivo del milenio la erradicación de la pobreza extrema y el hambre; propósitos que se han insertado dentro de las políticas públicas de los países y que son consideradas como elementos indispensables para la transformación social porque que se traducen en una mejor calidad de vida.

En el caso de Venezuela, actualmente las políticas públicas en el área de la alimentación, consideradas como de inversión social, están orientadas a la conformación de leyes como la de Alimentación para los Trabajadores y las Trabajadoras del año 2011, subsidios para la adquisición de alimentos mediante el desarrollo de estructuras como MERCAL, PDVAL y Abastos Bicentenarios, la revisión permanente de la denominada “canasta alimentaria”, así como el desarrollo de programas alimentarios, como el PAE (Programa de Alimentación Escolar) para los jóvenes estudiantes del Sistema Educativo Bolivariano.

La conciencia alimentaria, particularmente en Venezuela, ha estado acompañada por el creciente número de estudios e investigaciones en el área, una muestra de éstas se encuentra en la presente publicación, cuyo abanico temático permite apreciar su alcance y relevancia, y que pueden ser agrupados en torno a cuatro ejes: a) Alimentación: pasado, presente y futuro; b) Educación alimentaria en Venezuela; c) Salud y nutrición; y d) Entorno a la cultura culinaria.

En el eje Alimentación: pasado, presente y futuro, encontramos los trabajos: Historia de la alimentación en Venezuela; Situación nutricional en Venezuela; Prioridades en nutrición para Venezuela; Perspectivas socioeconómicas de la alimentación y la nutrición en Venezuela; Evolución de las clasificaciones de alimentos en Venezuela. Todos estos trabajos, al caracterizar la sociedad venezolana en términos de salud y nutrición, logran dibujar los escenarios de acción y de actuación del Estado venezolano, los cuales constituyen referentes esenciales para el diseño de planes estratégicos que sustenten la implementación de políticas públicas en materia alimentaria.

En el eje Educación alimentaria en Venezuela se encuadran los trabajos: La construcción del conocimiento sobre nutrición en estudiantes de educación superior. Caso UPEL-IPC; Educación en Alimentación y Nutrición, una experiencia venezolana. Perspectivas hacia el futuro; Alcance de la educación nutricional y alimentaria en los contenidos de los programas en la I y II Etapa de Educación Básica de 1997; Aportes para el abordaje de la educación alimentaria y nutricional en el contexto venezolano; La transdisciplinariedad:

“Diente de león”. Un camino a seguir. En estos trabajos, los investigadores, a partir de experiencias concretas nos conducen a reflexionar sobre la necesidad de concienciar a la sociedad, a través del sistema educativo en todos sus niveles, que es indispensable formar a la población respecto a la educación alimentaria desde una perspectiva pluri y transdisciplinar, teniendo como norte la formación integral del individuo.

“*Mens sana in corpore sano*”, tal como nos recuerda el poeta romano Decimus Iunius Iuvenalis (Juvenal), que representa una máxima del bienestar general del cuerpo y que apunta a obtener una buena salud física considerando una alimentación adecuada; por lo que salud y alimentación es un binomio comprometido con el bienestar físico e intelectual. Esto es lo que encierra el tercer eje de este trabajo, Salud y nutrición, enfocada desde la perspectiva de los trabajos: Nutrición para el bienestar general; y Enfermedades alimentarias y la conservación de los alimentos.

El antropólogo Claude Levi-Strauss, en su trabajo “lo crudo y lo cocido”, deja ver como la alimentación en su aspecto práctico y conceptual, o mejor dicho en sus categorías empíricas, permite definir e identificar desde una identidad cultural hasta una zona geográfica; que se sustenta en la transmisión de cierta tradición culinaria a partir de la herencia cultural de nuestros antepasados indígenas; tras el tema alimentario se configura toda una “atmósfera cultural” que ha logrado impregnar las manifestaciones artísticas (poesía, música, pintura), y es lo que encierra el último eje de esta publicación y que se encuentran plasmados en los trabajos: El encanto del saber y del sabor: Una perspectiva interdisciplinaria para la enseñanza de la literatura y la producción textual; Del sancocho a la espuma: Innovación vs. tradición, o el decir de las tradiciones sociales; Alimentación y especie humana en la cocina venezolana; Cocido a fuego lento y otras metáforas cotidianas provenientes del contexto culinario; y Configuraciones discursivas en torno a la alimentación.

Finalmente, queremos reconocer el arduo trabajo que se viene desarrollando desde el Centro de Investigación “Juan Manuel Cajigal”, dirigido por el profesor Albino Rojas, hasta el año 2014, a través de la línea de investigación “Educación Alimentaria y Nutricional”, conducida por el Dr. Ernesto De La

Cruz, que se concreta mediante acciones orientadas a fortalecer y consolidar el espacio académico necesario, desde una amplia visión que incluye lo pluri y transdisciplinar, así como lo interinstitucional, cuyos productos están reflejados en la presente publicación.

Dr. José Peña Echezuria
Subdirector de Investigación y Postgrado
Instituto Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez”
Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL)

Introducción

Jornadas Interdisciplinarias en Educación Alimentaria y Nutricional

La línea de investigación en Educación Alimentaria y Nutricional, adscrita al Centro de Investigación “Juan Manuel Cagigal”, con el apoyo del Fondo para el Desarrollo de la Investigación en la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (FONDEIN) ha promovido durante los años 2007, 2009 y 2012 la presentación de tres (03) eventos denominados: “Foros Interdisciplinarios de Educación Alimentaria y Nutricional”, con la finalidad de presentar e integrar los resultados de las investigaciones vinculadas al campo de la alimentación, la cultura y la salud en forma integral, desarrolladas por los profesores del Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez, adscritos a los departamentos de Ciencias Naturales y Matemática, Geografía e Historia, Expresión y Desarrollo Humano.

También han constituido un espacio para que invitados y especialistas en diferentes áreas de otras universidades de Venezuela, instituciones públicas como el Instituto Nacional de Nutrición, organizaciones no gubernamentales como la Fundación José María Bengoa, historiadores y cultores del estado Miranda, contribuyan a la reflexión sobre el tema de la alimentación y nutrición en Venezuela, en el marco de la formación docente, en los diferentes niveles y modalidades del sistema educativo venezolano. Se ha contando con la presentación de diversas publicaciones nacionales dedicadas a la alimentación y nutrición como apoyo y difusión de la productividad e interés de los investigadores del país por el tema alimentario, desde la perspectiva educativa.

La preocupación sobre el tema de la alimentación y la nutrición de la población venezolana y la responsabilidad que exige generarse desde la perspectiva educativa, dieron forma a los foros de los años 2007, 2009 y 2012, con la participación de un total de 16 investigadores los cuales son la base de la presente publicación, como un marco de reflexión y divulgación que contribuya con las siguientes acciones, retos y compromisos que deben ser asumidos

por los investigadores adscritos a la línea de investigación en Educación Alimentaria y Nutricional, y con resonancia en otros escenarios de investigación y alianzas por parte de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador.

La educación alimentaria puede ser abordada como una estrategia que oriente la modificación de los hábitos alimentarios de la población en la búsqueda de una vida más saludable, para lo cual deben comprenderse los factores geográficos, históricos, biológicos, comunicativos, artísticos y educativos que interactúan en forma constante con nuestra alimentación, razón por la cual, una visión interdisciplinaria de estos fenómenos presenta un reto académico para esta casa de estudios en la formación integral de los profesionales de la docencia que requiere el país.

Razón por la cual, educar en la alimentación debe orientarse al desarrollo personal y mejora profesional de su práctica educativa y de todos los agentes implicados en el proceso de su enseñanza, dentro de un contexto bio-histórico-social dirigido a la integración educativa, partiendo del criterio de que este acto pedagógico, nos permitirá tener una actitud flexible y transformadora que debe proponer romper las murallas o barreras para edificar la nueva escuela, cuyos principales apellidos sean: integrada, solidaria, respetuosa, reflexiva, divergente, desarrolladora, abierta y consistente con las necesidades de todos los alumnos. Esto en el marco de una educación alimentaria y nutricional, tiene resonancia significativa.

Historia de la alimentación en Venezuela

Coromoto Méndez Sereno*

Mayo, 2007

El devenir humano se ha escrito en función de las actividades que los hombres han desarrollado a través de los siglos. Indudablemente su desenvolvimiento y acciones han estado estrechamente vinculadas a la satisfacción de sus necesidades, entre ellas la de alimentarse, y como señala el profesor Rafael Cartay (1991), desde el bocado de Eva, la dicha del hombre depende de la comida, por lo que este vital aspecto no ha podido desligarse de disciplinas como la historia, geografía, ecología, antropología y economía, por sólo nombrar algunas, pues son notorios los resultados que arrojan los estudios de la relación entre estas áreas y el patrón alimentario universal.

Los comportamientos y las tradiciones alimentarias, al igual que las culturas, no son algo estático e inmutable. La historia de la alimentación humana presenta la paradoja de perdurables conservadurismos, y de profundas transformaciones. Cambios de los modos de vida, de las condiciones sociales y económicas, innovaciones tecnológicas de muy rápido de muy variado signo y alcance... Todo ha contribuido, con el transcurrir del tiempo, y sigue contribuyendo todavía, a trastornar la gama de los alimentos y los modos de prepararlos... (Contreras, 1993, p. 76)

El hombre siempre ha dependido para subsistir de los recursos que su entorno le ofrece, lo que allí no encuentra, lo busca fuera de éste o lo consigue a través del intercambio con otras agrupaciones humanas. Las transformaciones socio-históricas y culturales, junto a los aportes del medio ambiente, se han encargado de modelar en todas las regiones del mundo lo que es hoy día su tradición alimenticia. Las invasiones, guerras, pestes, fenómenos naturales,

* Licenciada en Historia. Cronista oficial del municipio Antonio José de Sucre. Petare, estado Miranda, por 19 años. Autora del libro *Tradición culinaria de Petare*, Editado por la Fundación cultural José Ángel Lamas (1998). coromotomendez@hotmail.com

el comercio y más recientemente los avances tecnológicos, la publicidad y los medios de comunicación, han propiciado su transformación y pudiéramos aventurarnos a decir, que hasta su globalización.

Una cocina nacional contiene, fundamentalmente, aquellos alimentos y modos de prepararlos que son considerados como normales, propios o típicos de un determinado país y que constituyen un signo de su identidad como grupo. Uno de los aspectos más distintivos de una determinada cocina es una combinación específica de aromas y sabores, lo que permite una fácil identificación de los platos como un producto característico de una cocina en particular. (Contreras, *ob. cit.*, p.71)

Comencemos entonces por lo que es la raíz, la base de nuestra tradición culinaria, nuestra población prehispánica, cuyo modelo alimenticio era común a una extensa área de Centro y Suramérica, incluida en ella el Caribe. Estos primeros pobladores inicialmente cazadores y recolectores, tenía gran conocimiento de la fauna y flora nativa y tomaban de ellas sólo los elementos necesarios para su subsistencia, es decir, alimentos, vestidos, medicinas y utensilios de uso doméstico. Su dominio de las bondades de los variados géneros que les ofrecía el medio ambiente, ya fuera por ensayo y error o por tradición oral, les garantizaba una dieta balanceada y saludable. Entre el aborígen y su hábitat se establece pues, un sano equilibrio.

Cuando la población autóctona se hace sedentaria, establece sus pueblos cerca de corrientes de agua que le garanticen además del alimento, el preciado líquido, vital para mantener las sanas costumbres higiénicas que le caracterizaron. Reduce así sus incursiones a otros territorios pero mantiene sus hábitos de caza, pesca e inicia la domesticación de especies nativas, con ello obtiene proteínas y carbohidratos base de su alimentación, pero suma a estos la producción agrícola a través del conuco, sementera o agricultura itinerante y de subsistencia, que le provee de yuca, maíz de dos colores, ocumo, batata, papa, frijoles, auyama, mapuey, nabo, maní, caraotas y frutos como guayaba, guanábana, anón, hicaco, lechosa, piña, guamo y mamey.

...“un patrón agrario seminómada o itinerante, que va a proveerle de alimentos propios de la tierra americana. Para su organización debe escoger

un pedazo de tierra, eliminar el monte bajo, luego los grandes árboles (de los que obtiene la madera para los estantillos o cerca del sembradío), y luego quema la madera restante y riega sus cenizas como abono al terreno. Allí pernocta por dos o tres cosechas y luego se muda a otro paraje, donde inicia un nuevo sembradío”. (Méndez, 2005, p.2)

Quienes se ubicaban a las márgenes de ríos y mares, comercializan con pescado y sal, utilizada por estos pueblos fundamentalmente para salazón y curtiembre; como instrumentos de uso diario tienen objetos hechos de piedra, hueso, conchas, madera, algodón y fibras vegetales diversas, del totumo y barro obtienen objetos de cocina (ollas, budares, paletas, cucharas, jarras), del árbol denominado onoto, extraen el color amarillo y de otras especies el violeta, para dar color a los alimentos, al cuerpo, a los cueros y fibras vegetales empleadas en la elaboración de vestidos, del maguey y caroata construyen sus viviendas y tejen cuerdas y redes. Con la yuca dulce preparan buñuelos, su harina es también llamada tapioca; con la amarga casabe, licores, leña y hasta veneno para su defensa. La versatilidad del maíz les permitió usarlo sancochado, tostado o retoñado en la elaboración de bollos, arepas, cachapas, tortillas, chicha, mazamorra, atoles y sopas espesas o poleadas, aromatizadas con hojas vegetales y cocidas en vasijas y budares al fuego sobre tres topias o piedras.

...Para comer el pan cuecen el grano en agua, estrujan, muelen, y amásanlo o lo cuecen en el rescoldo, envuelto en sus hojas, que no tiene hornos o lo asan sobre las brasas; otros lo muelen el grano entre dos piedras como mostaza, no tienen molinos. Da menos trabajo su siembra y cosecha, menos que el trigo. (Cartay, 1991, p.60)

Consumen además miel (obtenida en colmenas silvestres o de la cría de abejas negras en taparas), uva de playa, jobo, cañafistola, corozo y guamo. La caza les provee de animales pequeños, pues no son comunes los de gran tamaño en esta región del continente, entre ellos pavas de monte, paujies, guacharacas, gallinas de indios, palomas silvestres, manatíes (carne con sabor a puerco), iguanas y un perro natural de la región (llamado perro mudo). La carne es seca o cocida en barbacoas, es decir, a la parrilla, este método les permite además ahumar los alimentos con lo cual prolongan su duración. Del pescado y de los huevos de tortuga obtienen aceite y como único aliño usan el ají.

El cronista de Indias, Lope de Gómara dijo de los que habitaban en Cumaná

Comen erizos, comadreja, murciélagos, langostas, arañas, gusanos, orugas, abejas, piojos crudos, cocidos y fritos. No perdonan cosa viva para satisfacer su gula. (*Ob.cit.* p. 49)

Aun cuando resulte monótono escuchar la larga lista de productos naturales americanos, su conocimiento nos explicará posteriormente como ocurrió el mestizaje culinario en este continente y especialmente en nuestro país. Por ello resulta apropiado recordar que además de las especies animales y vegetales antes mencionadas, provienen de América los tomates, maguey, quinchoncho, cacao, vainilla, yerba saní (parecida a la mostaza blanca), puchirí (con usos similares a los de la nuez moscada, en el siglo XVIII eran usadas en Italia e Inglaterra para aromatizar licores), canela, belembé (de hojas como la lechuga), achira, níspero, lapa, picure, báquiro, iguana (cuya carne fue comparada por los españoles con la del faisán), tortuga, baba, de los ríos y mares obtenían mojarra, lisa, jurel, guabina, palometa, róbalo, parguete, cazón, pulpo, raya, mariscos, tiburón, toninas, pavón, cachama y bagre, entre muchos otros.

Las técnicas de conservación utilizadas por la población autóctona merecen mención aparte, pues durante siglos serán los mecanismos empleados por la sociedad para preservar los alimentos. Son algunas de ellas la salazón, el secado al sol y el ahumado de la carne, granos y hortalizas, cocimiento de los productos con condimentos propios de la región, además de la confección de trojas sobre los fogones con el fin de resguardar la sal y otros alimentos de la humedad y de los animales.

Muchos son los aportes de la cultura prehispánica al desarrollo posterior de la gastronomía americana, entre ellos, sus conocimientos de astronomía, agronomía además de la biología para determinar el tiempo apropiado para la siembra y cosecha de un producto o el momento propicio para el consumo de estos (muy maduros en su mayoría), también para establecer las bondades o peligros de unos y otros frutos y evitar así envenenamientos (diferencia entre yuca dulce y amarga, por ejemplo).

Con el arribo de los europeos llegaron también múltiples elementos, usos y costumbres alimenticios transformando los existentes, pues estos trataron de reconstruir su paisaje alimentario, como señala el profesor Lovera (1988), en estas tierras. Los españoles ya habían recibido siglos atrás los embates de las invasiones de los pueblos romanos, árabes y asiáticos, quienes además introdujeron productos oriundos de África y la India, por lo que no podemos endosarle el origen de sus productos sólo a la Península ibérica. Es así como introducen el trigo, la vid, caña de azúcar, tubérculos, cereales, leguminosas, hortalizas, bulbos, tallos, legumbres, frutos, plantas aromáticas, grasas vegetales y animales y condimentos y especias que enriquecieron notablemente el menú local. Entre estos podemos mencionar: lentejas, garbanzos, nabo, puerros, calabacines, zanahoria, ajo, cebollas, cebollín, apio, acelga, espinaca, lechuga, berenjena, pepino, melón, cítricos, higos, duraznos y muchas, albaricoque, mandarina, limón, naranja, membrillo, melocotón, olivo, arroz, hinojo, anís, cilantro, perejil, comino, yerbabuena, orégano y habas, entre muchos otros.

Esto aunado a gran variedad de carnes, entre las que se cuentan cerdos, reses, ovejas, aves, y otras especies venidas de diversas latitudes, conformaron lo que en adelante sería el mestizo menú venezolano. Los pocos indígenas que sobrevivieron a la violenta intervención, junto al europeo y más tarde el africano, ajustaron su paladar al diversificado patrón culinario americano. A pesar del rechazo manifiesto del recién llegado por el menú criollo, debió adaptarse a éste, para asegurar su permanencia y dominio en la región.

El afianzamiento de novísimas formas de cultivo, la aclimatación de muchos de sus productos y el intercambio entre colonias, constituyeron la base de la nueva dieta americana, esto en algunos casos fracasó, por lo que se hizo necesario adaptar las recetas foráneas a los ingredientes producidos en esta parte del trópico.

Desde entonces se establecieron dos modos de cultivo, el conuco y la plantación, con la hacienda y el hato como unidades de producción, estos últimos estimularon la trata de negros en América, ya que para estas actividades resultaba insuficiente la mano de obra nativa. En ellos se consumía

básicamente carne de res, azúcar y cacao, complementada esta dieta con maíz, yuca, frijoles, frutales, hortalizas, legumbres y café. Del aporte africano se incorporó el sorgo, mijo, garbanzos, lentejas, patilla y el plátano. Los alimentos requeridos diariamente eran suministrados por el conuco, y la plantación o agricultura extensiva proveía los productos requeridos para la exportación y con ella el desarrollo de la actividad económica nacional. Entre los cultivos que se sembraron a gran escala se cuentan la caña de azúcar, café y cacao.

En lo que al impacto ambiental se refiere, el establecimiento de estas formas de producción acarreo consigo la destrucción de la floresta venezolana, la primera (el conuco) con menos voracidad que la segunda (la hacienda), con lo cual no sólo se perdieron valiosísimas especies vegetales, sino que paulatinamente contribuyeron a la extinción de numerosos especímenes de la fauna silvestre, empobrecieron los suelos mermando su fertilidad y capacidad de producción y secaron las fuentes de agua. Todo ello por supuesto contribuyó a la desaparición dentro del menú venezolano, de algunas de las que hasta el momento fueron la base de la nutrición de los nativos venezolanos.

Así las cosas se conformaron progresivamente los pueblos de la colonia venezolana en donde se instalaron posadas, expendios de víveres, mataderos, y otros establecimientos comerciales que eran surtidos desde las unidades de producción. La dieta diaria estaba constituida por frijoles, caráotas, arroz, cacao, yuca, carne, plátano, casabe, arvejas, sal, papelón y quinchonchos. El trigo y las hortalizas se adaptaron al clima tropical. Otros productos debieron ser importados entre ellos: vino, vinagre y aceite de oliva. El maíz aumentó su demanda en las mesas coloniales, la guayaba y el onoto ocuparon el espacio imposible de llenar por el membrillo y el azafrán. La manteca de res y cerdo fue la grasa de uso general. Los africanos incorporados a las labores domésticas introdujeron en la cocina de la época el arte de guisar y dieron a conocer el tarcarí o guiso con curri, el sofrito empleado sobre preparaciones de harina o funche (obtenida de raíces como ocumo y ñame) que eran la base de su dieta, el pan de plátano o tajada frita y tostones, papillas o poleadas base de la conocida cafunga barloventeña (banana y coco mezclados con azúcar y cocidos en leche) y aun cuando no fueron ellos quienes lo trajeron al continente, incorporaron también el uso de la pimienta, el jengibre, tamarindo, ajonjolí, el

ñame y como si fuera poco el pilón, instrumento que tanto facilitó la preparación del maíz y otros granos, para enriquecimiento del fogón americano ya acostumbrado al uso del ajo, aceite, tomate, vinagre, salmorejo, potajes, calderetas, escabeches, chanfaínas y estofados impuestos por la cocina española.

El eterno predominio del poderoso sobre el desprotegido se manifestó y mantuvo también en la mesa, toda vez que, en el viejo mundo la forma de alimentarse siempre constituyó el mejor indicador o referencia del nivel social que se detentaba y la mejor forma de reafirmarse en él, algo que sociológicamente se mantiene hasta nuestros días. De igual manera los productos de la dieta diaria adquirían estatus de acuerdo a quien los consumiera. La alimentación propia de la clase acomodada proliferó y creció con ayuda de los bastimentos extranjeros, las posadas dieron paso a novedosos restaurantes donde comenzaron a ofrecerse innovaciones culinarias hasta el momento desconocidas.

Durante la época republicana, superados los escollos ocasionados por la gesta emancipadora y después de restituirse completamente la actividad agropecuaria y comercial, se inició la avalancha importadora desde Europa y el Norte de América; entonces múltiples exquisiteces llegaron desde el exterior (jamones, avena, licores, pastas, embutidos) para satisfacer fundamentalmente la mesa de los adinerados; estos convivieron junto al menú criollo compuesto por olleta de aves, sancocho o hervido, mondongo o menudo, chanfaina, entreverado, asado, carne frita, hallaca, revoltillo, caraotas, arepas, casabe, tajadas, arroz, chocolate, buñuelo, dulces en almíbar, y majarete, muchos de ellos tenían como base para su preparación la manteca de cerdo. En la mesa del pobre, el condumio continuó inalterado, la comida tradicional heredada de los antepasados y basada en la yuca, maíz y en menor proporción el trigo.

A fines del siglo XIX ya se ofrecían máquinas para moler maíz, surgen las fábricas de alimentos, el uso de utensilios no tradicionales de hierro, y cocinas de metal que usaban carbón.

Durante el pasado siglo, los hábitos alimenticios del venezolano cambiaron como producto de las transformaciones socio-económicas acarreadas

por el inicio de la explotación petrolera y la Segunda Guerra Mundial, entre ellas la sustitución de la actividad agrícola por la minera y el incremento de las importaciones. Fenómenos como el éxodo campo-ciudad, el desatado proceso urbanizador y el arribo de grandes corporaciones alimenticias extranjeras, hicieron sentir su influencia sobre la forma de alimentarse y en las costumbres en la mesa de los venezolanos.

...producen el desarraigo de la población rural que viene a engrosar la urbana, perdiendo rápidamente su identidad para ser presa fácil del modo de vida citadino, negador de sus tradiciones, destructor de sus hábitos, uniformador de la vida cotidiana, en aras de la generalización de la conducta que imponen las grandes concentraciones humanas... (Polar, *ob. cit.*, p.104)

Los requerimientos propios de la vida moderna donde el tiempo ha sido el factor fundamental, conjuntamente con la lamentable y creciente penetración de hábitos y costumbres foráneas, la industrialización, la explotación petrolera y las masivas exportaciones, amén de las exigencias económicas que alejaron a las amas de casa, de la que siempre fue su amorosa tarea, terminaron con la función socializadora de la comida a nivel familiar y dieron paso al establecimiento e incremento de lugares donde se expide comida rápida, desplazándose con ello las hermosas veladas familiares, donde se compartía alegremente y se degustaban las exquisiteces locales, inolvidables momentos y tradiciones ya muy lejanos en la memoria de muchos e inexistentes en los recuerdos de los más jóvenes.

Pero no solo los horarios de la mujer se han modificado. Antes, los ritmos de la jornada laboral estaban subordinados, en buena medida, a los rituales de la alimentación colectiva: aperitivo, almuerzo y cena en casa. Hoy, por el contrario, es la alimentación la que queda subordinada a los ritmos de las jornadas de los diferentes componentes del grupo doméstico... (Contreras, *ob. cit.* p.85)

También fue mermando la producción agropecuaria a nivel artesanal, pues llegó el momento en que resultaba más económico llevar los productos elaborados desde la ciudad al campo, que producirlos en las casas y pequeñas haciendas.

Las arepas y el casabe indígena fueron una herencia aborigen felizmente preservada a través de los siglos, nunca han perdido su vigencia dentro del menú nacional, si bien para su confección se emplean modernos métodos que facilitan su preparación y comercialización.

La hallaca una variedad del tamal mexicano según los entendidos y la polenta fueron integradas definitivamente al menú venezolano, esta última conserva las características de la cocina europea, con una clara evidencia de la fusión de los productos de los dos continentes, ajustando para ello la receta a los ingredientes ofrecidos por la tierra americana, obteniéndose así una especie de bollo o torta muy sazonada y sabrosa parecida a las oriundas de los fríos parajes hispanos.

En Petare, ese rinconcito colonial que aún conserva la capital venezolana, se han rescatado y preservado muchas de nuestras tradiciones, no se dejan de preparar en las reuniones y festividades que aún celebran, los ricos manjares que hasta hace unas décadas eran los invitados de honor en las celebraciones populares. Entre sus comidas tradicionales se recuerdan: la olleta de gallo, el tere-tere, las hallacas, empanadas, arepitas dulces y casabe en su modalidad de naíboa, comunes a todo el país, menestrón, frijoles, guaracaros y tapiricusos. De la granjería criolla preparada en nuestro pueblo se cuentan la pelota, el tequiche, bolitas de San Pedro, guargüeros, candilejas, torrejitas, hueca, gofio pisado, polvorosas, bollitos de cambur o cafunga, y el infaltable carato de acupe. También exquisiteces de panadería como los golfeados y los cachitos tuvieron su origen en este lugar.

Muchos nos resultarán familiares porque teniendo todos los venezolanos, origen en ancestros producto del mestizaje colonial, inevitablemente estas raíces han dejado profundas huellas en lo que hasta hoy constituye la mesa venezolana.

La hallaca que degustamos en época navideña tuvo entre las familias petareñas un ritual por medio del cual se aseguraba el producto final. El mismo se iniciaba con el rezo del santo rosario por el grupo familiar, para lo cual utilizaban granos de maíz, que más tarde eran sembrados.

La morcilla que consiste en rellenar las tripas de cerdo con sangre del animal y aliñarlas con arroz, perejil, azúcar y otras especias, para después freír- las eran vendidas por Blas Hernández. Los plátanos rellenos muy ricos y de fácil preparación se consumían mucho en la vecindad.

El salpicón es un plato típicamente petareño, pues no se conoce en otra zona del país, consistía en elaborar las tradicionales hallaquitas de maíz o de hoja, cortarlas en rodajas de 3 ó 4 centímetros de espesor, a éstas se les colocaba encima sardinas o salmón preparados en salsa de tomates, cebollas, ajíes y otros condimentos. El salpicón era un infaltable invitado en las fiestas patronales y Semana Santa, sus raciones eran vendidas a una locha en la plaza local, la familia Arvelo era especialista en su elaboración, también Oscar Fumero vendió durante mucho tiempo este curioso manjar.

El menestrón ese típico asopado de garbanzos, patitas de cochino y verduras muy alimenticio y de incomparable sabor, junto a los frijoles y otros granos como los guaracaros (caraota blanca con manchas marrones), tapiricuos, tapiramós o gallinazos, otro tipo de caraota silvestre (blanca con una raya negra) que crecía en todos los patios de Petare, también estuvieron presentes en nuestra mesa. Esta última era hervida y desaguada varias veces para que perdiera el sabor amargo que tenía.

Otro de los alimentos que acostumbraban comer los petareños era lairén sancochado, éste era amarillo, parecido a la castaña y tenía muy buen sabor. También anguilas fritas o ahumadas pescadas en la quebrada El Oro y en el río Guaire.

Además de algunas frutas como la maya o curujujul, una planta parecida a la piña, pero cuyo fruto eran unos pequeños camburitos cítricos como la mencionada planta.

Las arepitas dulces, café y el chocolate muy solicitadas en los días de misas de aguinaldo, eran preparadas por la popular Martinita y Los Parra. Las arepas y las empanadas de los desayunos y cenas tampoco faltaron a nuestra mesa, para ello en la casa de Jesús María Hernández compraba el maíz molido

toda la comunidad, pero si la tarea resultaba difícil la familia Pimentel vendía las arepas y empanadas, también Cornelia vendía arepas en la calle El Oro.

Hoy Silvino Rojas con sus bebidas tradicionales entre las que se cuentan la mistela, guarapitas, ponche crema, zamurito y los famosos amargos; también Isbelia Castro Viana y sus dulces criollos, junto algunos otros miembros de la comunidad, insisten en mantener el recuerdo de los hermosos días en que podíamos escapar del frío decembrino tomando guarapitas, café con leche, chocolate y arepitas dulces al salir de la misa de aguinaldos o degustar exquisiteces culinarias al disfrutar de las fiestas patronales del pueblo, la semana santa o el carnaval.

REFERENCIAS

- Alvarado, A. (1903). *Menú Vernaculismo*. Caracas: Ediciones EDIME,
- Cartay, R. (1991). *Estelas de Bien*. Caracas: Ediciones Trípode.
- Contreras, J. (1993). *Antropología de la Alimentación*. Madrid, España: Eudema.
- Enciclopedia Conocer Venezuela. (1986). Cultura y Folklore. Caracas: Salvar Editores.
- Fundación Polar. (1988). Diccionario de Historia de Venezuela. Caracas: Salvar.
- León, R. (1974). Geografía Gastronómica de Venezuela. Caracas: Talleres del INCE.
- Méndez, C. (s/f). Tradición Culinaria en Petare. Caracas: Fundación J. A. Lamas.
- Méndez, C. (2005 julio). Impacto Ambiental Histórico del Proceso de Poblamiento en el municipio Sucre – estado Miranda. (Ponencia)
- Lovera, J. (1989). Gastronómicas. Caracas: Centro de Estudios Gastronómicos.
- Lovera, J. (1988). *Historia de la alimentación en Venezuela*. Caracas: Monte Ávila Editores.
- Rojas A. (1988). *Crónicas de Caracas*. Ministerio de Educación, Caracas.

Nutrición para el bienestar general

Robert Rodríguez I.*

Mayo 2007

INTRODUCCIÓN

La ciencia de la nutrición estudia la relación entre los alimentos, la salud, y el funcionamiento del cuerpo humano. Si bien falta mucho por aprender, desde hace mucho tiempo las investigaciones científicas han establecido un vínculo entre la buena nutrición, la salud, y el bienestar. Buena nutrición implica que la dieta suministra todos los nutrientes necesarios para el crecimiento, la reparación y el mantenimiento de los tejidos. La dieta también debe suministrar suficientes fuentes energéticas para el trabajo, la actividad física, y la recreación.

Actualmente, debido a la pobreza en nutrientes de los alimentos a causa de los procedimientos de cultivo modernos, a los métodos de procesado industrial, y al hecho de que estamos expuestos a más factores oxidativos ambientales y de estrés psíquico que en la antigüedad, los alimentos por sí solos no pueden cubrir la demanda de micronutrientes, solicitada por nuestro organismo para mantener la salud.

En *deporte de alto rendimiento* hay que tener en cuenta, además, *un factor añadido de estrés físico y psíquico*, lo que provoca una oxidación y un consumo de sustancias esenciales mayor que la producida en la población normal, circunstancia que debe ser cuidada con atención por los deportistas.

* Profesor de Educación Física, egresado de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Entrenador deportivo de Natación de alta competencia.

Una *alimentación equilibrada* combinada con una *suplementación adecuada de vitaminas, minerales y demás micronutrientes* ayudará, no sólo en el logro de un rendimiento deportivo óptimo, sino en la *prevención de lesiones innecesarias* y como *apoyo en la recuperación* de las ya existentes, además de *evitar problemas de salud general asociados*.

¿QUÉ ES UNA DIETA SANA?

Es una dieta que proporciona niveles óptimos de nutrientes para el mantenimiento y regeneración del organismo, y bajos niveles de alimentos perjudiciales para la salud. Todo lo que ingerimos a lo largo del día representa una medicina o un tóxico en potencia para nuestro organismo.

Una alimentación equilibrada tiene una amplia base de hidratos de carbono complejos (cereales integrales, pan, pasta, arroz integral, patatas, legumbres, etc.), mucha fruta y verdura (contienen fibra, vitaminas y minerales), aceites vegetales no refinados y pescado azul. Alimentos como los lácteos, la carne y los huevos han de ser ingeridos de forma eventual. Otros como el azúcar o los alimentos procesados industrialmente y las grasas saturadas, deben ser evitados, como veremos más adelante.

NUTRIENTES ESENCIALES

Los nutrientes esenciales para el cuerpo son los carbohidratos, las grasas, las proteínas, las vitaminas, los minerales. Los carbohidratos, proteínas, grasas se les denominan macro nutrientes, ya que grandes cantidades son requeridos diariamente. Las vitaminas y los minerales son denominados micronutrientes ya que sólo se requieren pequeñas cantidades de ellos (Coultrate y Davies, 1997; Jaffé, 2002).

El agua aunque no constituye un nutriente es un componente indispensable de la dieta, ya que se requiere en los procesos fisiológicos de la digestión,

la absorción y la excreción; es un componente de los tejidos corporales, y como solvente, hace que muchos solutos estén disponibles para las funciones celulares y es el medio necesario para todas las reacciones bioquímicas.

Dependiendo de la cantidad de nutrientes y calorías, los alimentos se clasifican en alimentos de Alta densidad nutritiva y de baja densidad nutritiva. Los alimentos de Alta densidad nutritiva tienen un alto valor nutritivo y son bajos en calorías. Los alimentos altos en calorías y bajos en nutrientes, frecuentemente se les denomina “chucherías”, son de baja densidad nutritiva

Carbohidratos

Los carbohidratos son la fuente de calórica más importante para proveer energía para el mantenimiento celular y la producción de calor. Estos ayudan a digerir y regular las grasas y el metabolismo proteico. Cada gramo de carbohidratos sule al cuerpo con 4 calorías. Las fuentes principales son el pan, los cereales, las frutas, los vegetales, y la leche y sus derivados.

Proteínas

Las proteínas son sustancias primordiales usadas por el cuerpo para formar y reparar tejidos como los músculos, la sangre, los órganos, la piel, y los huesos. También forman parte de hormonas, enzimas, anticuerpos, y ayudan a mantener el balance líquido corporal. Las proteínas pueden ser utilizadas como energía, pero sólo en caso de que no haya suficientes carbohidratos. Las fuentes más importantes son las carnes, la leche, y los derivados de ambos.

Grasas

Las grasas o lípidos son usados por el cuerpo como fuente de energía. Son la fuente más concentrada de energía. Cada gramo de grasa le proporciona al cuerpo 9 calorías. Las grasas forman parte de la estructura celular y se usan como reserva energética y para mantener la temperatura corporal. También amortiguan y protegen los órganos vitales, suministran ácidos grasos esenciales, y transportan vitaminas solubles en grasa (A, D, E, y K). Las fuentes básicas son la leche y sus derivados y las carnes.

La fibra dietética es un tipo de carbohidrato complejo compuesto de un material vegetal que el cuerpo humano no puede digerir. Se encuentra fundamentalmente en las hojas, cortezas, raíces, y semillas. El procesamiento y refinamiento de alimentos le extrae casi toda la fibra natural a estos. Las fuentes principales de fibra dietética en la alimentación diaria son el pan y granos de trigo integral, las frutas, y los vegetales.

Vitaminas: son sustancias orgánicas necesarias para el metabolismo, el crecimiento, y el desarrollo humano. Las vitaminas funcionan como antioxidantes, coenzimas (principalmente complejo B) que regulan las funciones de las enzimas; y en el caso de la vitamina D, puede inclusive funcionar como hormona.

Minerales: son elementos inorgánicos encontrados en el cuerpo y los alimentos y ellos sirven de diferentes funciones. Los minerales constituyen parte de la célula, especialmente de las partes duras del organismo (huesos, uñas y dientes). Los minerales son importantes en el mantenimiento del balance de agua y el balance ácido-básico. También son componentes importantes de los pigmentos respiratorios, enzimas y sistemas enzimáticos, y regulan la estimulación muscular y nerviosa.

Agua: está presente en casi todos los alimentos, pero fundamentalmente en los líquidos y en las frutas y los vegetales. Además del contenido natural en los alimentos, se debe tomar de 8 a 10 vasos de agua al día.

Es importante añadir que con el sudor no sólo perdemos agua sino también minerales, vitaminas y oligoelementos. Las bebidas ligeramente hipotónicas, se absorben más rápidamente que las isotónicas, resultando ser las más adecuadas según los últimos estudios para reponer los niveles hídricos y de minerales

ALIMENTOS RECOMENDABLES

Obligados

- Frutas completas y zumos naturales no ácidos. 4 raciones diarias.
- Verduras y hortalizas crudas, al vapor, al horno (de hoja verde, todo tipo de coles, raíces, etc). 1 ración cruda (ensalada) y otra cocinada al día, como mínimo.
- Cereales integrales, al menos en un 70% de los totales ingeridos (arroz, trigo, avena, centeno, mijo, cous-cous, pasta, pan, etc) Legumbres (soja, lentejas, garbanzos, judías, guisantes, etc.). Tofu, seitán. 2 raciones diarias.
- Germinados (brotes de soja, de alfalfa, de trigo, etc). 2/3 veces semanales.
- Semillas y nueces (en poca cantidad). 2 veces semanales o más.
- Aceite de oliva virgen prensado en frío, aceite de lino. Diario.
- Pescado azul de aguas frías (salmón, arenque, sardinas, boquerones, caballa, trucha de río) Se puede sustituir por una cucharada diaria de aceite de lino. 2/3 veces semanales.
- Agua mineral y zumos (3:1). 8 vasos grandes al día (entre los dos).

Opcionales

- Lácteos (mejor olvidar la leche de vaca; la leche de cabra es más digestiva). Es mejor tomar productos fermentados como yogur biológico (con bifidobacterias, etc.) y quesos frescos (mejor de oveja o cabra). 1 ración diaria, máximo.

- Carnes biológicas (mejor de caza o no estabuladas). Evitar el cerdo. 1 vez cada 10 días.
- Huevos biológicos. 2 a la semana.

Se recomienda que todos los alimentos procedan de cultivos o cría biológicos, en la medida de lo posible, debido a la ausencia de pesticidas, metales pesados, antibióticos, hormonas y otras sustancias tóxicas, en su interior (Cervera, Clapes y Rigolfas, 1994).

ALIMENTOS PERJUDICIALES

Limitar su consumo al máximo, ya que, no sólo no aportan ningún nutriente, sino que provocan, tarde o temprano, trastornos en la salud, los cuales son:

- Azúcar refinada y dulce.
- Grasas saturadas (de procedencia animal) y grasas “Trans” o hidrogenadas (margarina, bollería, aceites refinados, etc.), las cuales por regulación debes estar eliminadas de estos productos, por ello se recomienda revisar el etiquetado de los alimentos y verificar si están libres de “Grasas Trans”.
- Sal en exceso.
- Embutidos (a excepción del jamón ibérico de bellota, en pequeñas raciones).
- Harinas blancas refinadas (pan blanco, pasta blanca, etc.).

Productos procesados industrialmente (productos preparados, precocinados, enlatados, en conserva) con conservantes o colorantes químicos.

- Carne roja y aves, en exceso (más de una vez por semana). Procurar que la carne sea de origen biológico o de caza. En especial, evitar el cerdo y la grasa animal (Fox y Cameron 2004).

ESTRATEGIA PARA LOGRAR UN CONTROL PERMANENTE DEL PESO CORPORAL

Alcanzar y mantener el peso corporal recomendado no es una tarea imposible, pero sí requiere determinación y resolución. Para lograr controlar el peso a lo largo de la vida es necesario modificar ciertos hábitos de conducta. Cambiar hábitos viejos y desarrollar nuevos requiere tiempo (Mahan y Escott-Stump, 1998)

1. Tome una decisión ferviente de controlar el peso.
2. Planifique metas reales e incorpore el ejercicio físico al programa.
4. Desarrolle hábitos alimenticios saludables.
5. No asocie comida con conductas.
6. Manténgase ocupado.
7. Planifique las comidas.
8. Cocine prudentemente.
9. No se sirva más comida de la que debe comer.
10. Coma lentamente y en la mesa solamente.
11. Evite “comilonas” sociales.

12. Use técnicas para controlar el estrés
13. Observe su progreso y galardone sus logros
14. Sea positivo en todo momento

No existe manera rápida y sencilla de perder peso el exceso de grasa corporal y luego mantenerla en el tiempo. El control del peso se logra por intermedio de un programa permanente de ejercicio físico y selección adecuada de alimentos. Durante el proceso de modificación de la conducta es inevitable que se repitan algunos hábitos nocivos. Todos cometemos errores, los que fracasan son aquellos que se dan por vencidos y no usan sus experiencias para desarrollar destrezas que les permitan evitar tropiezos en el futuro. “Querer es poder”, y los “que perseveran triunfan.”

REFERENCIAS

- Cervera, P; Clapes J. y Rigolfas, R. (1994). *Alimentación y Dietoterapia*. Interamericana. McGraww-Hill. España.
- Coultate, T. y Davies, J. (1997). *Alimentos, lo que conviene saber para una alimentación correcta*. Editorial Acribia, S.A. España.
- Fox, B. y Cameron, A. (2004). *Ciencia de los alimentos, Nutrición y Salud*. México: Ediciones LIMUSA.
- Jaffé, W (2002). *Nuestros alimentos. Ayer, hoy y mañana*. Caracas: Ediciones Fundación Bengoa.
- Mahan K. y Escote-Stump, S. (1998). *Nutrición y Dietoterapia de Krause*. México: McGraw-Hill Interamericana.

El Instituto Nacional de Nutrición, Órgano rector de las Políticas Nutricionales para Venezuela

Lucy Lucero*

Mayo 2007

INTRODUCCIÓN

El Instituto Nacional de Nutrición (INN) se creó formalmente el 15 de noviembre de 1949 por decreto presidencial n° 320, publicado en Gaceta Oficial n° 23.074. Desde sus inicios el INN ha desarrollado una destacada labor en materia de seguridad alimentaria para todos los venezolanos y venezolanas, así como capacitación de recursos humanos en las áreas de nutrición y dietética, además de afianzar alianzas estratégicas con organismos internacionales.

Su Misión se define en velar junto con el poder popular para la salud por la nutrición de la población venezolana como elemento de la suprema felicidad. Su Visión se ubica en regir las políticas nutricionales del Estado venezolano.

Dentro de los programas emblemas del INN se destacan:

Programa Nutrición para la Vida (NPV)

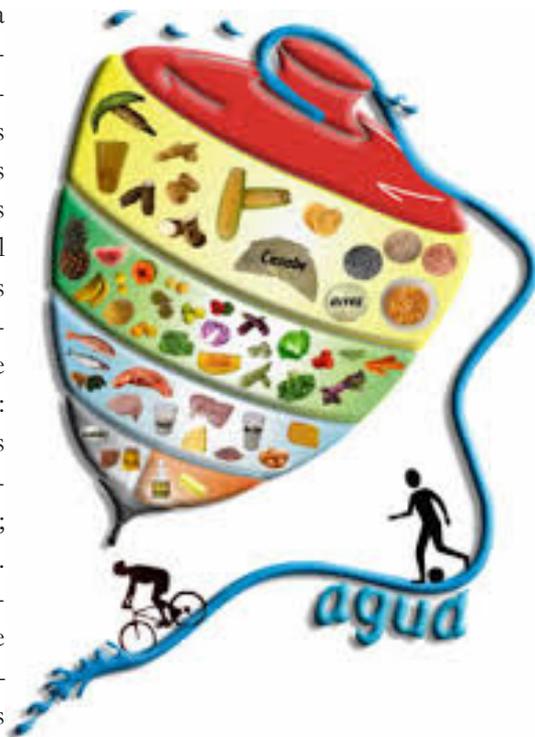
Proyecto bandera desarrollando desde el 2006 por el INN y que busca mejorar la situación nutricional del país, acelerando las medidas necesarias para atender las deficiencias y riesgos encontrados a partir de la participación directa del Poder Popular – para obtener soluciones eficaces a los problemas

* Licenciada en Nutrición. Directora del Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (SISVAN). Instituto Nacional de Nutrición (INN).

que originan la desnutrición – y un enfoque institucional que recupere la infraestructura y dotación de los SERN (Servicios de Educación y Recuperación Nutricional) y capacite al personal de salud que asiste a niños o niñas con malnutrición. El INN, en un esfuerzo por lograr mejorar el perfil nutricional de los anteriormente excluidos, adaptó el NPV para beneficiar a los pueblos indígenas, que desafortunadamente y debido a un negativo proceso de transculturización, han modificado sus hábitos alimenticios.

Trompo de los grupos de alimentos

Nuevo modelo de cultura nutricional y alternativa a la pirámide nutricional. Esta propuesta incluye alimentos autóctonos requeridos en las despensas venezolanas según los hábitos de consumo, la producción del campo y las recientes políticas agroalimentarias. De acuerdo al trompo, los alimentos se han reclasificado en 5 grupos: 1- Granos, cereales, tubérculos y plátanos; 2- Hortalizas y frutas; 3- Leche, carnes y huevos; 4- Azúcares; 5- Grasas y aceites. Estos grupos deben complementarse con el consumo de agua – de 8 a 10 vasos al día – y de actividad física –al menos 3 veces por semana durante 30 minutos –.



Una variante es el Trompo Indígena de Alimentos, herramienta educativa que busca revitalizar, consolidar y fortalecer las costumbres alimen-

ticias de los pueblos originarios, reivindicando sus alimentos propios y sus modos de producción y costumbres ancestrales.

Servicios de Educación y Recuperación Nutricional (SERV)

Los SERN constituyen, desde su creación en 1966 por Dr. José María Bengoa, uno de los programas de asistencia médico-nutricional más emblemáticos del INN y con mayor proyección comunitaria. El primer SERN fue el Centro de Especialidades Nutricionales “Hipólita Bolívar”, Hoy en día, los 26 SERN instalados a nivel nacional funcionan a través de centros de atención para niños y niñas, buscando disminuir las tasas de morbimortalidad por desnutrición y enfermedades relacionadas.

Nutripuntos

Son una estrategia del INN que consiste en la asistencia directa a la comunidad en lo que a temas de nutrición y salud respecta. En ellos un grupo de nutricionistas realiza de manera gratuita diagnósticos nutricionales (toma de peso y talla), cálculos de Índice de Masa Corporal y despistaje de malnutrición tanto por déficit como por exceso en niños, niñas, adolescentes y adultos, además de recomendaciones nutricionales y entrega de material educativo a los asistentes.

Centros Dietéticos Socialistas (CeDiS)

Los CeDiS son una iniciativa del INN para brindar atención nutricional integral con dietas personalizadas y medición antropométrica para pacientes con un vulnerable estado de salud. En los CeDiS, pues, no sólo se ofrece comida de calidad a las personas que la requieran sino que también cada be-

neficiario contará con los servicios de los consejos comunales, las juntas parroquiales y las misiones, a fin de obtener una atención integral. El Comedor de Crucecita, que con más de 40 años de tradición de servicio es reconocido como uno de los estandartes del INN, será reinaugurado como CeDiS en el 2008.

Otros logros

Dentro de los avances que ha impulsado el INN están la Ley de Alimentación para el Trabajador, que protege y mejora el estado nutricional de los trabajadores y trabajadoras; la certificación para los servicios de alimentación de preescolares y afines; la formulación y planificación de menús –con la cual se asesoran, planifican y ajustan los menús a los requerimientos nutricionales de cada grupo, respetando su cultura y hábitos alimenticios –; los Centros Comunitarios de Enseñanza Nutricional y Alimentaria (CCENA); los comedores docentes; la evaluación de programas y proyectos alimentarios-nutricionales a nivel comunitario; y la asesoría en materia de alimentación y nutrición dirigida a medios de comunicación masivos, institucionales, comunidades organizadas, entre otros.

SISTEMA DE VIGILANCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL

La expresión Vigilancia Nutricional se acuñó por primera vez a raíz de la Conferencia Mundial de la Alimentación, cuando la UNICEF y la Organización Mundial de la Salud (OMS), decidieron reunir en 1975 un Comité Mixto de Expertos del cual se emitió un informe denominado Metodología de la Vigilancia Nutricional.

En Venezuela a partir del año 1980, se incrementaron los esfuerzos para desarrollar un sistema de vigilancia en el campo de la nutrición, cuando el INN crea el Departamento de Vigilancia Epidemiológica con el fin de implementar el Sistema de Vigilancia Epidemiológica Nutricional (SISVEN).

Dicho sistema tenía como objetivo recopilar información nutricional (antropometría, anemia y bocio endémico), en el sector salud y educación a objeto de planificar, reorientar y asignar programas de atención nutricional, así como obtener recursos financieros para los mismos.

En el año 1985, el consejo directivo del INN aprueba nuevos indicadores en el sistema de vigilancia nutricional provenientes del sector agrícola y económico, transformándose en el Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (SISVAN), cuyo objetivo general es proporcionar información continua sobre la situación nutricional de la población y los factores que influyen en ella.

Actualmente, el Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional se conoce como el conjunto de procedimientos mediante el cual se recolecta, analiza e interpreta la información para la toma de decisiones en políticas y programas que afectan la alimentación y nutrición de la población considerándose como el instrumento básico para efectuar la vigilancia alimentaria y nutricional en Venezuela.

El SISVAN se basa en el acopio sistemático de datos cuyo análisis permite obtener indicadores de la evolución presente y futura del estado nutricional de una población.

El SISVAN en Venezuela tiene 9 componentes:

Área nutricional

- Menores de 15 años.
- Preescolar institucionalizado.
- Desnutrido grave hospitalizado.
- Peso al Nacer.
- [Pone en la otra página](#)

Área alimentaria

- Estadísticas alimentarias, Hojas de Balance de Alimentos (HBA).
- Control sistemático de la yodación de la sal.
- Área Socioeconómica Poblacional
- Estadísticas demográficas y socioeconómicas

Área de Salud

- Morbilidad y Mortalidad por Enteritis y otras infecciones diarreicas.
- Estadísticas de Salud.

SITUACIÓN NUTRICIONAL EN VENEZUELA

Venezuela se encuentra en “plena transición demográfica”. En relación a las últimas décadas. Observamos que nuestra tasa de crecimiento ha descendido hasta el 1,7% en el año 2005.

Esta cifra es el resultado directo de una disminución moderada de la natalidad, desde el 42,8 por 1.000 habitantes durante la década de los años 1950, hasta 21,3 por cada 1.000 habitantes en la actualidad (2005), combinada con una disminución de más de 4 puntos por cada mil habitantes en la tasa de mortalidad (de 9,3 a 4,4 en el mismo período) y un indiscutible y continuo proceso migratorio externo, especialmente desde los países amigos cercanos a nuestra Patria.

Las mujeres venezolanas han reducido notablemente el promedio de hijos que tienen durante su vida fértil. A comienzos de los años cincuenta, ese promedio (tasa global de fecundidad) era cerca de siete; al iniciarse el nuevo siglo apenas llega a un promedio de 2,7 hijos.

La disminución de la fecundidad ha provocado una disminución proporcional de los menores de 15 años, que representa el 31,5% de la población 2005. Para este mismo periodo, el incremento de la esperanza de vida al nacer

nos ha llevado a engrosar la cúspide de la pirámide poblacional mayor de 65 años que ha aumentado de 2,8% a 4,9% del total poblacional. Este cambio comienza a perfilar al país como “relativamente maduro”.

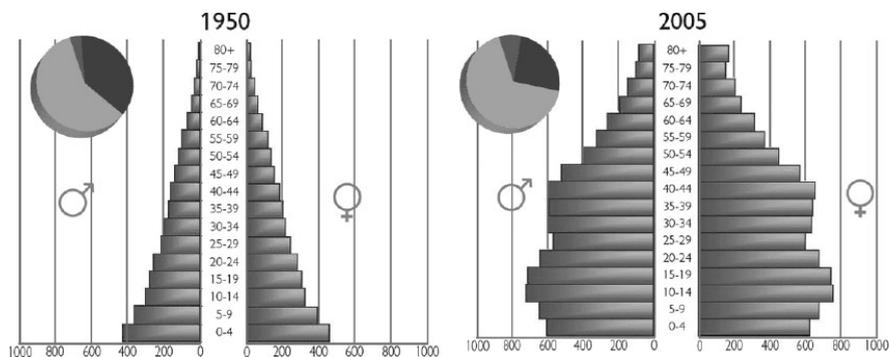


Figura N° 1. Estructura poblacional por edad y sexo 1950 – 2005.

Fuente: Instituto Nacional de Estadística. Censo 1950 y proyecciones de población Censo 2001.

En cuanto a la conformación territorial se refiere, en las últimas décadas del siglo pasado, la población vivió un proceso migratorio interno de gran movilidad. Producto de una actividad económica centrada en la renta petrolera y en el área de servicios, la población venezolana, en búsqueda de fuentes de empleo, se concentró en la zona norte-costera. Este proceso ocasionó un notorio abandono de nuestras zonas agrícolas.

Las estructuras de aquel momento histórico se organizaron para dar protección a quienes integrarían la fuerza productiva nacional. Se “asistió” a los excluidos históricos en el proceso de “modernización” económico y social del país, impulsado por los ingresos petroleros, pero no se elaboraron verdaderos planes para nuestro desarrollo sustentable.

Adicionalmente, se minimizó la participación del Estado y se dedicó, nuestro mayor capital, al pago de intereses de la deuda externa y a la atención de intereses foráneos, sin impulsar efectivamente la actividad económica interna. Se privatizaron las instituciones del Estado y se trató de “compensar” con programas de corte asistencialista a los grupos poblacionales identificados como “pobres o marginales”.

El mayor contraste es que Venezuela era, tal como antes y ahora, un país de cuantiosas riquezas naturales.

Como resultado lógico de esta situación, en la evolución del área agroalimentaria se presentaban insuficiencias en las disponibilidades calóricas y altos porcentajes del componente importado dentro de estas disponibilidades.

El plan de desarrollo (2001-2007) preve estimular la diversificación de la economía, busca modificar el patrón de poblamiento consolidando la actividad económica en todos los espacios de la República potenciando tres fachadas de integración (Amazónica, Andina y Caribeña) y tres ejes o polos de desconcentración (Occidental, Orinoco-Apure y Oriental), estimulados por la dinámica regional de un nuevo modelo socio-productivo agrícola sustentable, que enfatiza la protección del sector agrícola, regulariza la tenencia de la tierra y es ambientalmente benigno, con elementos básicos que se constituyen en función de los recursos potencialidades de la Nación.

Cuadro N° 1

Plan de Desarrollo Económico y Social de la Nación (2001-2007)

Económico	Desarrollar la economía productiva	<ul style="list-style-type: none"> • Garantizar la Seguridad Alimentaria • Unidades de Producción Endógeno • Red de comedores populares Escuela • Organizar cooperativas de servicio de alimentación
<hr/>		
Social	Alcanzar la justicia social	<ul style="list-style-type: none"> • Incentivar el desarrollo de rede sociales. • Fomentar la corresponsabilidad ciudadana. • Fortalecer la economía social. • Estimular la sociedad contralora de lo público.

Político	Construir la democracia Bolivariana	<ul style="list-style-type: none"> • Transferir el poder al pueblo. • Participación protagónica responsable. • Control Social de la Gestión pública nutricional
Territorial	Consolidar el territorio	<ul style="list-style-type: none"> • Redistribuir los servicios • Fortalecer los espacios menos favorecidos
Internacional	Proyectando programas a nivel internacional.	<ul style="list-style-type: none"> • Tecnología alimentaria • Promover y proyectar la gastronomía nacional.

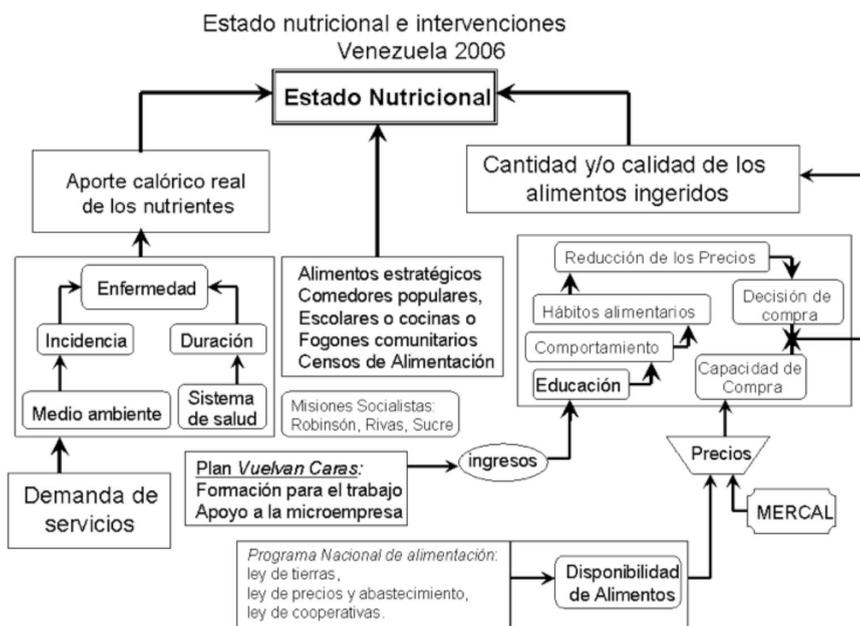


Figura N° 2. Estado Nutricional Actual de un Individuo. Fuente SISVAN.

CONCLUSIÓN

El estado nutricional actual de un individuo o de una población, no es un hecho aislado, este depende directamente del estado nutricional previo y de las variaciones que experimenten los factores condicionantes del mismo.

REFERENCIAS

- INN. (2007). *Anuario del Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (SISVAN)*, año. 2007. [Documento en línea]. Disponible: www.inn.gov.ve/sisvan/anuario2007.pdf. [Consulta: 2007, Marzo 3]
- INN. (2007). *Las Políticas Alimentarias y Nutricionales en la Revolución Bolivariana. Análisis desde el Instituto Nacional de Nutrición. Ministerio del Poder Popular para la Salud.* [Documento en línea. [Documento en línea] Disponible: www.inn.gov/pdf/sisvan/polinutri.pdf. [Consulta: 2007, marzo 6]
- INN. (2007). *Perfil Alimentario y Nutricional para Venezuela. Ministerio del Poder Popular para la Salud.* [Documento en línea]. Disponible. www.inn.gov.ve/innw/ [Consulta, 2007, marzo 6]

La Construcción del Conocimiento Sobre Nutrición en Estudiantes de Educación Superior Caso: UPEL-IPC

Miguel Bouquet*

Mayo 2007

Durante la historia de la humanidad, incluyendo su historia religiosa, el mantener la salud corporal y espiritual gracias a una buena alimentación y nutrición, ha sido siempre un tema de gran importancia y de preocupación. De hecho, en ciertas partes del mundo algunas religiones contemplan limitaciones en cuanto a la ingesta de ciertos alimentos como el cochino o también, si la ingesta de carne está asociada a una fecha sagrada, tal y como lo exponen por ejemplo, la Biblia o el Torá.

En la actualidad, los hábitos alimenticios se ven afectados por factores políticos, económicos y sociales. Incluso grandes investigadores del tema, como José María Bengoa, explican que los hábitos alimenticios adquiridos durante la infancia son decisivos y condicionan la conducta futura del individuo ante los alimentos. Esto en muchos casos, es el origen de problemas de salud en los seres humanos y es aquí, donde padres y docentes deben cumplir un papel fundamental en la educación alimentaria.

La Organización Mundial de la Salud y la Panamericana de la Salud, muestran en estadísticas recientes que el americano promedio presenta grandes problemas de salud debido a la obesidad, que si bien no es la primera causa está a punto de serlo. Asimismo, en Venezuela estudios recientes (INN,

* Doctor en Medicina, Doctor en Educación. Profesor Asociado de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL), con más de 40 años de experiencia docente e investigativa en las cátedras de anatomía y fisiología humana, puericultura salud y nutrición, en el Instituto Pedagógico de Caracas (IPC).

2007) aseveran que aproximadamente el 20% de la población tiene problemas de sobrepeso y obesidad, lo que es considerado ya un problema epidemiológico de salud. La pregunta es: *¿Puede la educación ayudar a solventar estos problemas de salud?* Este planteamiento existe no sólo a nivel mundial, sino también en Venezuela.

Si analizamos la bibliografía, publicaciones y revistas internacionales encontramos que la enseñanza de los aspectos correspondientes a la nutrición va perdiendo protagonismo a medida que el estudiante avanza en su formación.

Los maestros en los primeros años de enseñanza hacen énfasis en la alimentación balanceada, sin embargo, a medida que el alumno avanza en los diferentes niveles educativos, se habla menos del tema de la nutrición. Asimismo, las ciencias (siendo la nutrición una de ellas), es presentada con menos calidad en las aulas. Esto es aseverado por Pozo (1987, 1993), investigador español de las áreas de las Ciencias y Nutrición. Otros investigadores como Giordan y De Vecchi (1989) han encontrado que los estudiantes a pesar de haber obtenido conocimientos sobre ciencia y nutrición, con el paso del tiempo vuelven este conocimiento un archipiélago que no es conectado con otros conocimientos de su vida diaria o su cotidianidad, así, que no es usado con la pertinencia que se requiere quedando una especie de rompecabezas en su mente y por lo tanto se pierde, volviéndose una concepción errónea la cual es muy difícil de remover.

Aunque las explicaciones científicas sean muy valederas si no se logra estremecer las bases sociales, psicológicas y sentimentales donde esta afianzada esa concepción previa y errónea, esta no será removida.

Justamente en el aspecto de nutrición es donde parecen existir más de estas concepciones, las cuales son reforzadas y empeoran debido al bombardeo diario publicitario mundial que existe sobre información de nutrición con efectos de tipo comercial y económico como por ejemplo: pastillas para rebajar de peso, vitaminas o medicinas, dietas, etc., capaces de convencer a aquellos que no están preparados para hacer frente a dicha información. La mayoría de estos comerciales están creados por psicólogos, psiquiatras o so-

ciólogos especialistas en sembrar conceptos en la mente del individuo, conceptos erróneos que precisamente el docente han tratado de esclarecer y/o combatir, con poco éxito.

Por otra parte, las aplicaciones constructivistas hacen referencia a que el docente para facilitar el aprendizaje, debe saber que conocimientos posee previamente el alumno, de manera que pueda montar, explicar y profundizar sobre estos, los nuevos conocimientos. Sin embargo, hoy por cuestiones de tiempo o grupo, esto se práctica muy poco.

Otro aspecto del constructivismo es la famosa aseveración de Ausubel, el factor más importante que influye en el aprendizaje es el conocimiento previo del alumno, pues a partir de allí, la consecuencia de la enseñanza.

Observamos entonces que hoy día en la educación los temas sobre nutrición presentan una dispersión y falta de coherencia, sumado a la problemática de lo que individuo ya ha aprendido y el maestro no puede combatir.

Considerando los aspectos teóricos del constructivismo, los representantes del constructivismo social como: Vigotsky (1979), Coll (1999), Gómez (1990) expresan que los factores externos al individuo, representados por el entorno familiar, social y escolar son fundamentales para el aprendiz, quien también elabora su conocimiento en un contexto cultural determinado, considerando las fuentes socio culturales de donde proviene, como la educación no formal ya mencionada anteriormente: el bombardeo publicitario y comercial.

Los investigadores de estas corrientes sociales del constructivismo definen el conocimiento como el resultado de un consenso social, encontrándose en él todos los ingredientes necesarios para resolver los problemas de la vida. Este enfoque permite una mayor aproximación e integración entre la teoría y la práctica, contribuyendo de forma esencial a una mejor explicación de la forma de adquisición y construcción del conocimiento de las áreas.

Dentro de estos aspectos resulta interesante investigar en nuestra casa de estudio, la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL), ins-

titución pública dedicada a la formación de los docentes y maestros que requiere el sistema educativo venezolano en sus diferentes niveles y modalidades. En este contexto recobra pertinencia indagar sobre que está pasando en la construcción del conocimiento sobre nutrición en nuestros estudiantes y en nuestros profesores también. Por ello, emergen estas interrogantes:

- ¿Cómo es el proceso de formación del conocimiento sobre nutrición en nuestros estudiantes?
- ¿Cómo es la relación con el contexto social que tiene el proceso de formación del conocimiento sobre nutrición en nuestros estudiantes?
- ¿Cómo ocurre el proceso de formación de las destrezas didácticas y pedagógicas de los futuros docentes en el área de nutrición.

El objetivo general de este planteamiento, es proponer a partir del análisis, interpretación y la comprensión de los procesos educativos en estudio, un cuerpo de aporte teórico que sirva para rediseñar la dinámica de los contenidos, de las estrategias didácticas y pedagógicas que orientan los estudios de instrucción en el Instituto Pedagógico de Caracas, ente adscrito a la UPEL, pionero en la formación docente en el país y con más de 70 años de funcionamiento en la capital de Venezuela.

Aunque este planteamiento no está circunscribiendo estas investigaciones al IPC y al Departamento de Biología en el ámbito de las investigaciones cualitativas de tipo etnográfico, pueden ser tomadas como referencia para investigaciones posteriores expandiendo este tipo de conocimiento. Sin embargo, el objetivo propuesto a investigar es interpretar a partir de la observación, de grupos de discusión, de consulta de expertos y el análisis de la información obtenida, los factores que tienen efectos como: el proceso de construcción del conocimiento en los temas de nutrición en los estudiantes del Departamento de Biología y Química, la formación didáctica y pedagógica de los futuros docentes en los temas de nutrición.

¿Cómo se justifica esta investigación desde el aspecto cualitativo? Las escasas investigaciones realizadas hasta el momento en la enseñanza y aprendizaje de la nutrición han sido de corte hipotético inductivo cuantitativo, enfocadas en la determinación de la efectividad de algunos métodos o estrategias de enseñanza y en la valoración del aprendizaje por medio del rendimiento estudiantil.

No es por dejar de lado estas investigaciones, pero este tipo de investigaciones hipotéticas cuantitativas son muy focalizadas, son investigaciones donde se presuponen hipótesis, se elabora un instrumento de investigación, se aplica y se toma la data, para corroborar si la hipótesis es cierta o no. Por supuesto que está validada y respaldada por una gran cantidad de métodos estadísticos formales, rígidos y matemáticos, pero tiene un gran problemática y es que son extremadamente focalizadas y no consideran el entorno, volviéndose extremadamente laboriosas y puntualistas.

Por otro lado, y sin ánimos de redundar, las investigaciones ya realizadas tienen la característica de no haber ahondado en determinar o esclarecer los posibles orígenes y la dinámica de los procesos que envuelven la construcción del conocimiento de esta área. Tampoco se ha estudiado en particular las relaciones de los estudiantes con el contenido, el entorno social, y otros factores durante el proceso.

¿Cómo hemos abordado este tema? Primero, el ámbito de la investigación está fijado por el Instituto Pedagógico de Caracas, el Departamento de Biología y Química y estos cursos que tienen que ver con nutrición, a pesar que desde hace muchos años no se dictan. Sin embargo, como participantes del estudio en investigaciones cualitativas, (siendo incluso el investigador uno más dentro la investigación, al coordinar, ordenar y acoplar la discusión entre todos), se tiene a los estudiantes de anatomía y fisiología, los de educación para la salud, los de ciencia, tecnología y social, quienes fueron de gran aporte, los docentes de los cursos citados y otro grupo de docentes que fueron consultados como expertos.

Así, la orientación de esta investigación hay que ubicarla dentro de un paradigma, refiriéndose a la esencia del conocimiento, específicamente en tres aspectos:

- La Ontología de la realidad, es decir, de donde proviene
- La Epistemología, que es lo que se conoce de esa realidad,
- Por último, la Metodología que permitirá conocerla.

Dentro de este marco que se encuentra la investigación, plantaremos entonces lo siguiente, los estudiantes desarrollan su conocimiento dentro de un ámbito social al cual ellos pertenecen, viven y construyen, existiendo para estos individuos variados enfoques dentro de una realidad social dinámica, cambiante y significativa. Por ello, resulta imperativo utilizar varias técnicas para su estudio, lo cual permite entender como los sujetos estudiados interpretan su realidad apoyados desde su esquema de referencia, pues la realidad del estudio es de naturaleza social.

La actitud valorativa del investigador a lo largo del proceso investigativo en las entrevistas, discusiones entre grupos, construcciones situacionales del proceso de búsqueda y la compenetración que tenga en el tema, ubica la investigación dentro del paradigma naturalista interpretativo.

El diseño de la investigación por su parte, se encuentra bajo un enfoque etnográfico que procura una recopilación más significativa de la información, necesaria para construir la cultura y conocer los fenómenos sociales propios de las comunidades y de grupos específicos. De esta manera, la investigación aborda en su ámbito natural, como las aulas de clases, los sujetos o grupos que el investigador considere involucrado en la problemática en estudio, para así conocer, explicar, comprender e interpretar los fenómenos y la dinámica que la caracteriza, por eso esta investigación se puede pensar como cualitativa fenomenológica, etnográfica y naturalista interpretativa.

Para la recolección de la información se utiliza la observación participante, que consiste en que el investigador va al sitio donde ocurre el acontecimiento y participa de él, como son las aulas de clases, compenetrándose con el grupo. Una vez que se han hecho los contactos, se identifica aquellas personas que tienen participación significativa y se les convoca luego a discutir aspectos más precisos formando así los grupos de discusión.

Las entrevistas en profundidad, se realizan a aquellas personas que han dado opiniones interesantes o pertinentes y así recopilar más información para procesarla, incluso si es necesario volverla a entrevistar hasta lograr aclarar al máximo lo que el individuo expresa.

Las consultas con expertos del área, se llevan a cabo con personas que han tenido destacada actuación en esta área del conocimiento y entonces se le consultan las interpretaciones que se van construyendo y se discuten. A partir de allí, se van elaborando categorías de nivel.

En cuanto al muestreo dirigido, luego que se ha recopilado una cantidad de información, hay puntos que quedaron dudosos, entonces se vuelve a las personas entrevistadas y se le pregunta nuevamente a fin de aclarar.

Tal como lo plantean Strauss y Corbin (2002), el muestreo teórico se sustenta en un proceso de recolección de datos derivado de la teoría sustantiva que se está construyendo, enlazado con la teoría que emerge al momento de realizar las entrevistas.

De acuerdo con lo expuesto anteriormente, se le van dando validez a estas investigaciones y al instrumento, corroborándose a cada momento con las retroalimentaciones que se obtienen de las entrevistas.

Para el procesamiento de la información, la teoría fundamentada explica que la información o conclusiones finales pueden ser extraídas directamente de la data, contrastándola con una teoría preexistente, categorizando las opiniones de acuerdo con las coincidencias existentes en ellas, considerando si en las entrevistas realizadas posteriormente, se genera una adición o contradicción. Se construye entonces lo que se conoce como una plantilla de categorización inicial de un grupo de opiniones certificadas sobre un aspecto. Luego, al integrar las categorías establecidas de acuerdo con sus dimensiones y significación, así, se procede a construir la síntesis conceptual inicial que es el cuerpo de ideas inicial resultante de la observación participativa, los muestreos y de las entrevistas. Si se tratara de una investigación cuantitativa, ésta se convertiría en la hipótesis la cual se cotejara con un instrumento que le dará o no, la validez.

Pero para las investigaciones cualitativas, esta síntesis conceptual está influenciada por prejuicios, lo que hace necesario la creación de un modelo y cotejarlo nuevamente con todos los entrevistados utilizando un muestreo dirigido, a fin de contrastar las conclusiones y poder remodelar los resultados de esa síntesis conceptual final, obteniendo un proceso más elaborado y depurado.

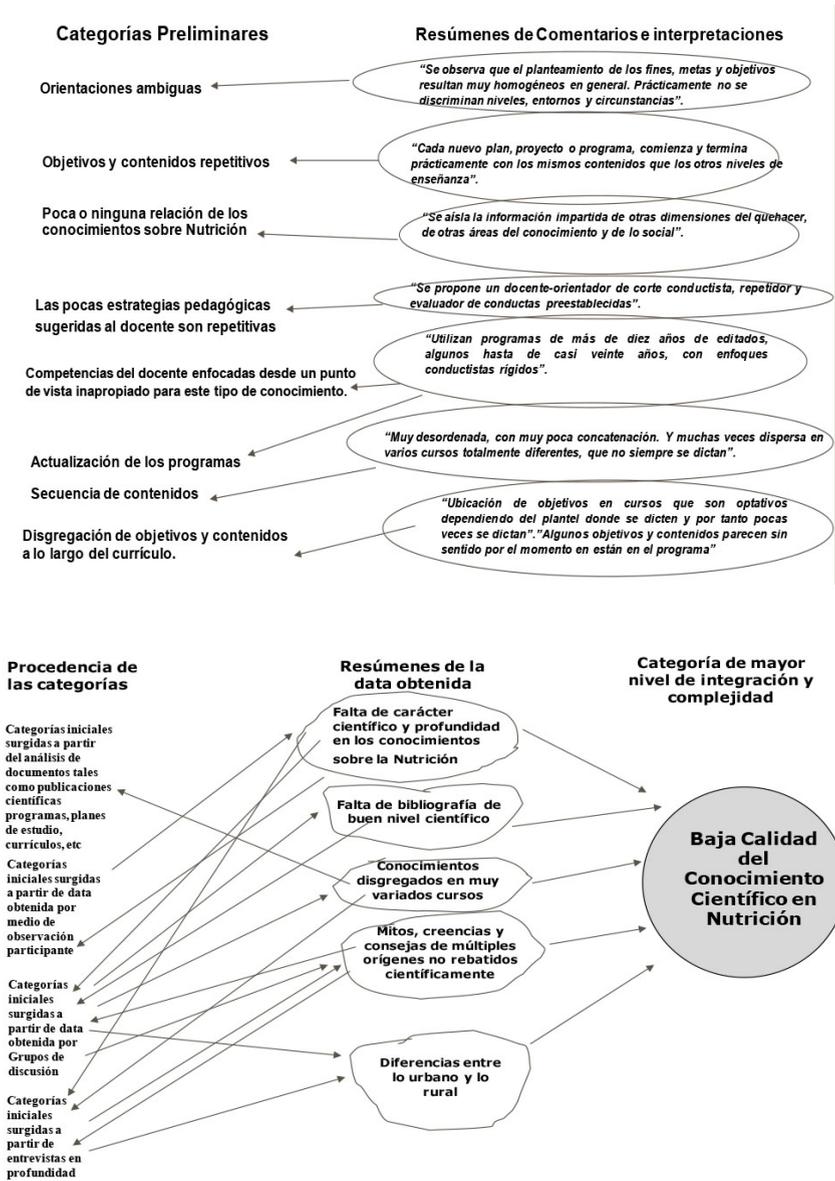
A continuación se muestra la figura N° 1, la cual da una idea de cómo se hace el procesamiento de datos, del lado derecho se encuentra una lista de pequeños resúmenes de las entrevistas y opiniones de las personas abordadas siendo estas las categorías preliminares que se organizan del lado izquierdo. Una vez realizado esto, tenemos entonces grupos de categorías que se puede reorganizar en categorías superiores.

Ahora, ya tabulada la información, a partir del marco referencial que se obtuvo a partir de las informaciones, publicaciones, observaciones participantes, grupos de discusión y entrevistas con expertos, conllevó a una codificación general de la data obtenida que a su vez, deriva en la construcción del cuerpo de ideas iniciales, que en caso de que fuese una investigación cuantitativa, estaríamos hablando de hipótesis, pero en este tipo de investigación es más que una hipótesis porque abarca muchos aspectos (Ver Figura 1).

Este cuerpo de ideas iniciales tal y como se muestra en la Figura N° 2 es llevado nuevamente al sitio y a cada uno de las personas participantes de la investigación, cada quien opina del modelo que se está formando. Esto se hace a través de un muestreo teórico y dirigido. Se vuelve a procesar la información y se hace un modelo pues es mediante el muestreo dirigido y la discusión con los expertos que se termina de elaborar la síntesis conceptual final (Ver Figura 2).

Si observamos la Figura 2, 3, 4 y 5, la organización de la data y su categorización, nos permite elaborar la primera síntesis conceptual. Las esferas dan idea de la importancia de cada uno de los aspectos, una vez cotejada la información teórica y las primeras entrevistas, etc., conlleva a pensar que la esfera central de mayor tamaño que representa la baja calidad científica de conocimiento en el área de nutrición, es la dominante sobre la esfera pequeña que es la realidad sobre el conocimiento de nutrición de los estudiantes del IPC.

Figura N° 1. Procesamiento de la información



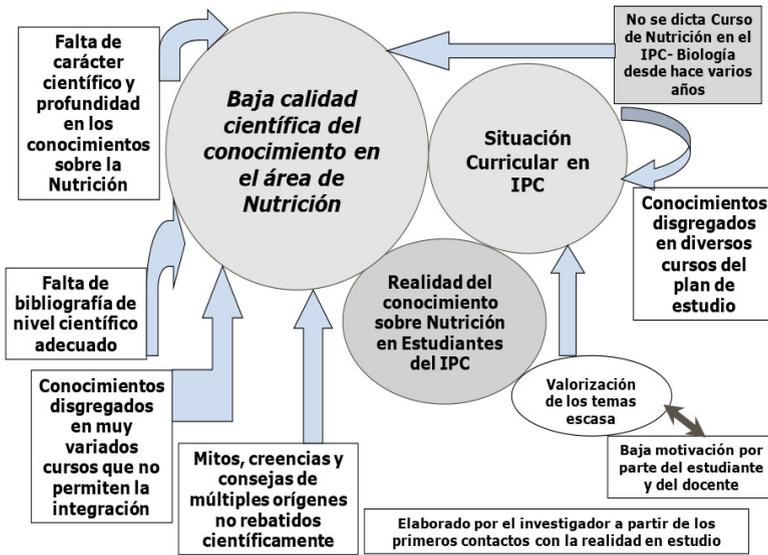


Figura N° 2. Síntesis conceptual inicial: Cuerpo de ideas iniciales.

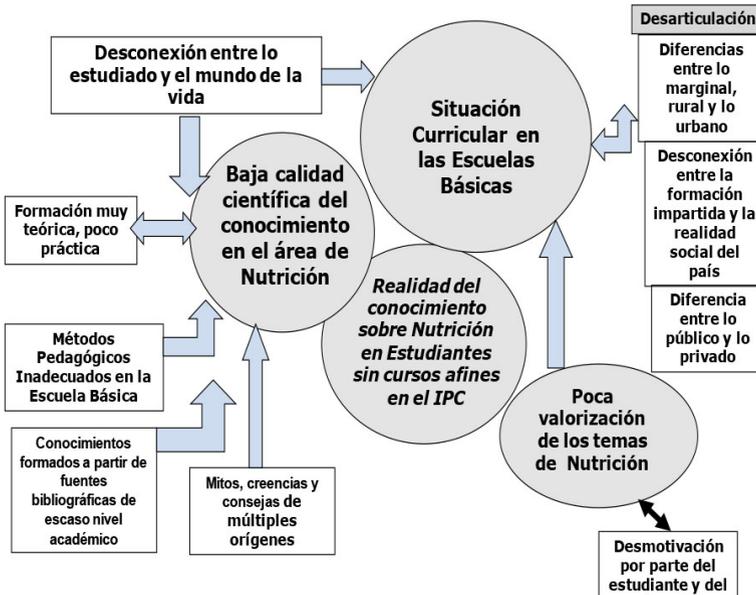


Figura N° 3. Realidad del conocimiento sobre Nutrición que posee el estudiante del IPC sin cursos afines a Nutrición.

Esta última esfera fue elaborada a través de la opinión y recopilación de la información. Existe gran cantidad de mitos y creencias de múltiples orígenes que no son rebatidas científicamente cuando el estudiante asiste a la escuela básica y a la universidad *-pedagógico-*. Sólo se le da el conocimiento y no se discute, quedando ese conocimiento allí y convirtiéndose en concepciones erróneas. De igual forma, existen conocimientos disgregados en muchos cursos entre los que no hay ni interpretación ni integración. Asimismo, hay falta de buena bibliografía para el nivel del estudiante, contrario a lo que el nivel de profesor puede obtener. También hay una falta de carácter científico en los conocimientos sobre nutrición como ya se ha venido estableciendo por las investigaciones anteriores, pero obviamente tenemos un defecto curricular: estudiantes, profesores y expertos en cuanto a la falta de cursos de nutrición como sucede en el IPC, así como, el conocimiento minusválido sobre el tema de nutrición bajo las creencias de que eso se aprende en el hogar.

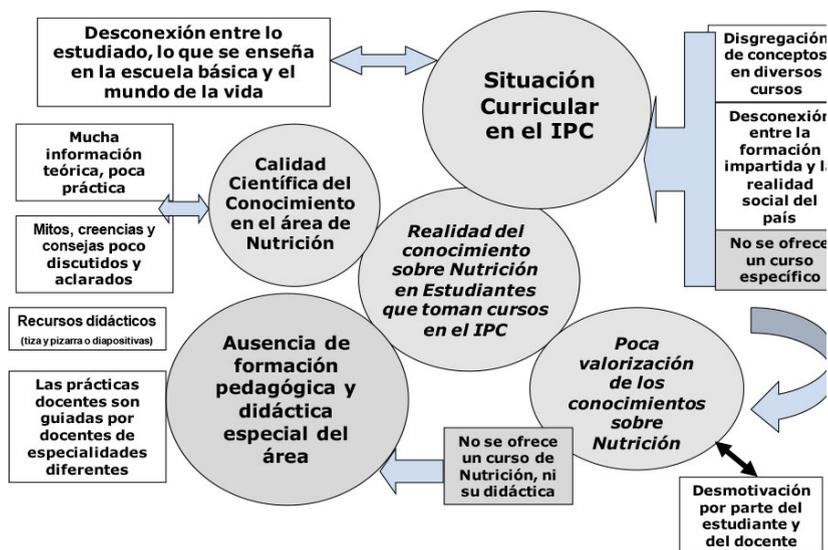


Figura N° 4. Realidad del conocimiento sobre Nutrición que posee el estudiante que toma los cursos que se dictan en el IPC.

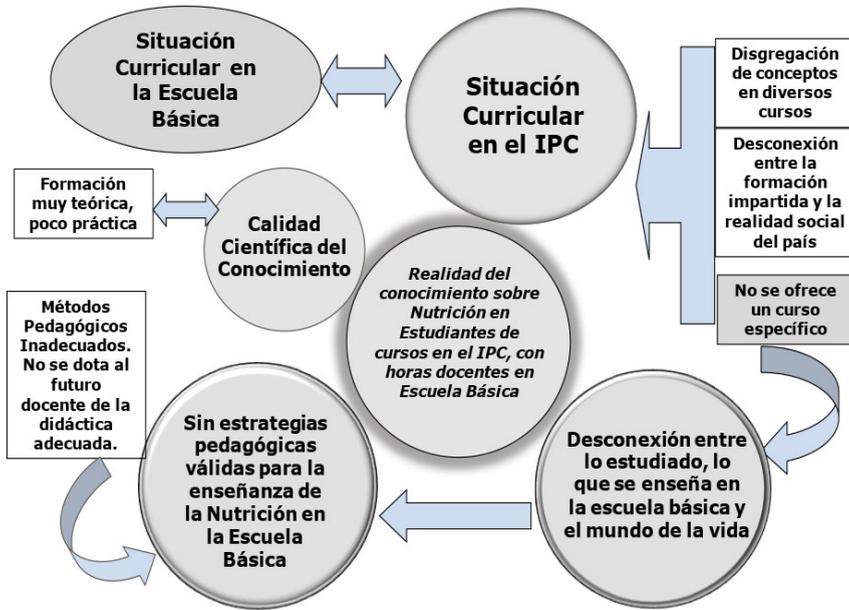


Figura N° 5. Realidad del conocimiento sobre Nutrición que posee el estudiante de los cursos que se dictan el IPC y ejerce horas docentes en las Escuelas.

Estas propuestas se pueden elaborar también con modelos de la población estudiantil que labora como docentes en otros niveles educativos y que se encuentran con una situación interesante. Existen estudiantes que no han tomado ningún curso que posea contenidos sobre nutrición y otros que sí, otros grupos que han tomado los cursos, que tienen alguna relación con nutrición y están dictando clases en Educación Básica, siendo este último grupo el más interesante porque este estudiante-docente nos permite obtener una retroalimentación de la información. La cual se sintetiza en la Figura N° 6.

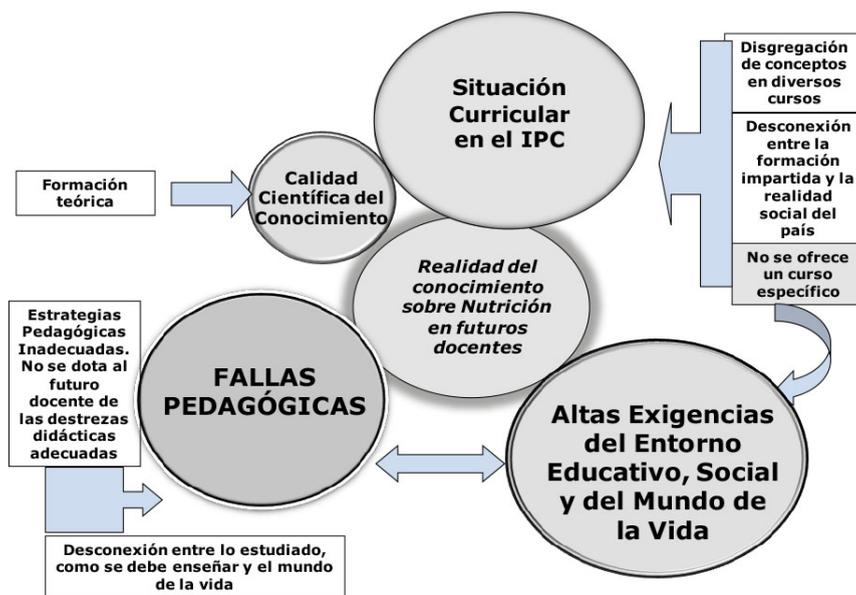


Figura N° 6. Síntesis Conceptual Final sobre Nutrición que posee el estudiante de educación. Caso. UPEL-IPC.

REFLEXIONES FINALES

La realidad del conocimiento sobre nutrición que posee el estudiante del IPC es de baja calidad científica, debido a que se presenta un problema curricular debido a que la institución no le ofrece un curso de este tipo y que los conocimientos obtenidos en otros cursos están disgregados, etc.

Este estudiante recibe una cantidad información no en un curso de nutrición pero si en Biología Celular, Bioquímica, Ciencia Tecnología y Sociedad, y piensa que no sabe como dictar este contenido. Tal y como se muestra en la esfera de color oscuro.

Finalmente, el grupo de estudiantes que cursó materias que tienen que ver con nutrición y dictan clases a nivel de Educación Básica son los que apor-

ta la información más interesante, al encontrarse con la problemática de la situación curricular de la Escuela Básica; como es la falta de secuencia en los objetivos, su disgregación, etc., sumado a la falta de preparación suministrada por parte del IPC, generando desconexión y falta de estrategias pedagógicas en la enseñanza de los contenidos de nutrición.

Procesada toda esta data y estos modelos remodelamos la síntesis conceptual final, cambiando la esfera tal y como se muestra en la Figura 6. Lo que se busca con este tipo de estudios es una orientación en la formación del profesor y/o docente para esta área del conocimiento, debe hacerse hincapié en el aspecto pedagógico de cómo impartir dicho conocimiento. Nuestros estudiantes, contrario a lo que se creía, poseen un preparación bastante buena y aceptable del aspecto bioquímico referente a la nutrición, pero hay que mejorar las fallas pedagógicas que existen, mejorar el aspecto curricular y prepararlo en el sentido de cómo llevar el día a día en el aula.

RECOMENDACIONES

Partiendo de lo expuesto nos permitimos enumerar una serie de recomendaciones en las diferentes dimensiones consideradas:

A Nivel curricular Educación Superior: Crear cursos de pregrado y de actualización para los egresados.

A Nivel curricular Escuela Básica: Reordenamiento de objetivos, contenidos y modificación de estrategias de enseñanza vinculados al tema de la nutrición.

Aspecto Pedagógico Educación Superior y Escuela Básica:

- a) Usar estrategias pedagógicas que permitan incorporar el tratamiento y control de los variados factores que influyen en la construcción del conocimiento sobre Nutrición.

- b) Aplicación de la didáctica con base en la problemática social y tecnocientífica.
- c) Dotación de mejores recursos didácticos.

REFERENCIAS

- Coll, C. (1999). *El constructivismo en el aula*. Madrid, España: Ediciones Grao.
- Giordan, A. y De Vecchi (1987). *Les origines du Savoir. Delachaux et Niestlé*: Neuchatel.
- Gómez, I. (1990). Concepciones psicoeducativas e intervención pedagógica. *Cuadernos de Pedagogía*, 183, 38-42.
- INN. (2007). *Anuario del Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (SISVAN)*, año. 2007. Ministerio del Poder Popular para la Salud. [Documento en línea]. Disponible: www.inn.gov.ve/sisvan/anuario2007.pdf. [Consulta: 2007, Febrero 8]
- Pozo, J. L. (1987). *Aprendizaje de la Ciencia y pensamiento causal*. Madrid: Visor.
- Pozo, J. L. (1993). Psicología y Didáctica de las Ciencias de la Naturaleza. ¿Concepciones alternativas? *Infancia y Aprendizaje*, 62-63, 187-204.
- Strauss, A. y Corbin, J. (2002). *Bases de la Investigación Cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Colombia: Universidad de Antioquia.
- Vigotsky, L. S. (1979). *El Desarrollo de los Procesos Psicológicos Superiores*. Barcelona, España: Crítica.

Educación en Alimentación y Nutrición, Una experiencia venezolana. Perspectivas hacia el futuro.

Dalia Diez de Tancredi *

Mayo 2007

ALGO DE HISTORIA

Para hablar de la Educación Alimentaria en Venezuela es imprescindible remontarse a importantes trabajos iniciales que paradójicamente estuvieron, en manos de Nutricionistas y Médicos de destacada trayectoria y del porte del Dr. José María Bengoa, Werner Jaffé, Velez Boza y otros, quienes desde el incipiente Instituto Nacional de Nutrición (siendo Bengoa uno de sus primeros directores) tuvieron una visión futurista acerca de las implicaciones de la educación en nutrición en la salud del venezolano.

Es importante destacar como los educadores no han logrado acordar sobre cómo trabajar la enseñanza de un conocimiento tan importante no sólo para el profesor de biología o educación física, sino también para el profesor de sociales, arte o el de educación inicial y primaria, en fin para todos aquellos que tienen la responsabilidad de que un contenido científico, que no es sólo declarativo sino que es procedimental, aptitudinal y potencialmente transversal a todas las áreas y disciplinas del conocimiento en la escuela.

* Profesora de Biología UPEL-IPC. Maestría en Psicología de la Instrucción en la Universidad Central de Venezuela y Doctora en Investigación en Enseñanza de las Ciencias en la Universidad de Burgos, España. Coordinadora del Programa de Educación en Alimentación y Nutrición entre CENAMEC-INN-Fundación CAVENDES hasta 1999 y coautora de las guías de Alimentación en la Escuela de 1 a 3 grado; 4 a 6 grado y 7 a 9 grado.

Al hablar de conocimientos hay que tener cuidado, pues conocimiento no es sólo hablar de proteínas, los enlaces covalentes sino del que hacer, como proceder, valorar, apreciar ese conocimiento. Desde este punto de vista, la educación nutricional es un conocimiento importante, aunque aprecio las intervenciones de los especialistas en ciencias, pero es importante saber, hacer y valorar.

Esbozaré brevemente cómo a partir de 1986 y hasta 1999 se llevó a cabo un programa Interdisciplinario e Interinstitucional para atender la Educación Alimentaria y Nutricional desde la **ESCUELA**. En el cual participaron la Fundación CAVENDES, dirigida por el Dr. José María Bengoa, el Instituto Nacional de Nutrición y el Centro Nacional para el Mejoramiento de la Enseñanza de las Ciencias, CENAMEC. Para ello hay que señalar que fueron los profesores de Biología asistentes de las III Jornadas Nacionales de Enseñanza de la Biología de 1986, organizada por el CENAMEC, quienes solicitaron expresamente que como parte del temario de las mismas se incluyera Educación Nutricional, dando como fundamento de dicha solicitud NO HABER sido formados académicamente en estos temas en sus estudios Universitarios. Razón por la cual consideraban que se les dificultaba atender las exigencias que hacían los estudiantes, padres y representantes y otros integrantes de la Comunidad educativa sobre Educación Alimentaria y Nutricional. Es así como en esas jornadas se incluyó la participación de destacados expositores: Dr. José María Bengoa, Dr. Hernán Méndez Castellanos, Dr. Eleazar Lara Pantín, Lic. Miriam de Costabella, entre otros, iniciándose un proyecto de largo alcance para atender las necesidades e intereses de los maestros y profesores en este importante tema que relaciona la Biología, la Tecnología y la Sociedad.

Así, entre 1986 y 1999 se elaboraron las guías de alimentación para la población venezolana, trabajo realizado por venezolanos basado en la realidad de alimentación del pueblo, no sobre la pirámide mexicana o sobre las recomendaciones cubanas sobre cereales, sino sobre lo que come el venezolano cuando tiene con que comprar y cuando no tiene también. Ese material, la Guía de Alimentación para la Población Venezolana, es el deber ser de la población, sin embargo, hay que hacer adaptaciones pues tienen mucho tiempo de su origen. Fueron elaboradas por el Instituto Nacional de Nutrición, la

entonces llamada fundación CAVENDES, hoy Fundación José Ma. Bengoa y el CENAMEC, por su pericia como educadores

Lo interesante de las guías de alimentación para la escuela, es que el fundamento teórico científico proviene de las guías de la alimentación de la población venezolana. Son materiales impresos elaborados por científicos, biólogos, médicos, nutrólogos y educadores a la par, siendo la primera vez que se realiza un trabajo donde ambos profesionales comparten sus experiencias y aportan sus conocimientos.

Ya no era como cuando comenzó la educación nutricional llevada por José Ma. Bengoa en el Instituto Nacional de Nutrición si no que ahora están a la par educadores y nutricionistas. En estos programas se llevaron a cabo desde 1985 hasta 1999 y dieron origen a materiales para educadores, pero hoy lo que me impresiona es que son utilizados en este momento por nutricionistas, es decir, un material que basado en una investigación diagnóstica y que permitió producir, seleccionar y diseñar materiales educativos, que llevó talleres de actualización y formación a educadores en ejercicio, quienes no habían recibido ninguna formación en su casas de estudio

De este material, se hicieron varias versiones, uno dirigido al maestro de pre-escolar basada en la guías de alimentación del menor de 0 a 6 años, luego las guías de la alimentación de la escuela de primer a tercer grado y de cuarto a sexto. Para la tercera etapa de educación básica se elaboró un material que nadie conoce pero que existe, uno dirigido a ciencias sociales y otro a ciencias naturales. Incluso se llevaron alrededor de 5 ó 6 países como experiencia venezolana pero como nadie es profeta en su tierra, no es conocido en el centro donde se forman los docentes actualmente.

PROGRAMA DE EDUCACIÓN EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN COORDINADO DESDE EL CENAMEC

El programa en cuestión tuvo varios componentes:

- 1.- La investigación *diagnóstica* de contenidos en los programas de formación de docentes, licenciados en educación y nutricionistas sobre educación nutricional; análisis de los programas educativos de Venezuela para educación básica (1985 a 1997) en todas las áreas y asignaturas del pensum de estudios; diagnóstico de las necesidades e intereses de los profesores y maestros de todo el país a través de una muestra seleccionada y consultada mediante los coordinadores del CENAMEC en cada zona educativa.
- 2.- La *selección diseño y elaboración de materiales educativos* que respondieran a los intereses y necesidades de los docentes, con contenidos actualizados, sobre ejemplos de Venezuela. De allí las Guías de Alimentación en la escuela en siete (7) versiones.
- 3.- *Talleres de actualización y formación de profesores* en ejercicio realizados en todos los estados, talleres a la comunidad, acompañamiento del Programa de Alimentación Escolar (PAE).
- 4.- Difusión en eventos.
- 5.- Representación de Venezuela en eventos internacionales.

PERSPECTIVAS PARA UN MEJOR FUTURO

Desde el punto de vista del aprendizaje de contenidos de ciencias, es importante considerar las implicaciones de la teoría del aprendizaje significativo de Ausubel (2002) en este aspecto. Los conocimientos que la persona tienen sobre contenidos, conceptos, temas, es determinante en un nuevo aprendizaje.

El aprendizaje significativo puede ser o no un “conocimiento científicamente aceptado” y ser significativo (Rodríguez-Palmero, 2004). Por ello, la dificultad de lograr cambiarlo (Cambio Conceptual), pues lo que se requiere en todo un proceso desde el punto de vista de la Psicología Cognitiva donde nuevas situaciones, considerando a Vergnaud (1996) provoquen en la persona el uso de los esquemas que posee y al tratar de solucionarlas o enfrentarlas evolucione en su conceptualización. Ello no es una tarea fácil ni a corto tiempo, por lo que las actividades educativas que se lleven a cabo tienen que ser reconsideradas, con estrategias que favorezcan la aplicación de esquemas conceptuales y la posibilidad de su revisión y reconstrucción (Moreira, 2002).

A partir de las experiencias previas existe:

- 1.- Una serie de materiales venezolanos con ejemplos, estrategias, contenidos del país sobre el tema, que hasta la fecha se empleaban los proporcionados por las empresas de alimentos de otros países.
- 2.- Una experiencia para desarrollar actividades de educación nutricional con la experticia de los dos tipos de profesionales involucrados en la temática: Nutricionistas y Educadores, pues ninguno de los dos por separado ha dado resultados.
- 3.- A pesar de lo importante que son los talleres de capacitación o actualización, es necesario trabajar desde el currículo, específicamente en la formación de profesores.
- 4.- Las ideas previas, experiencias de vida, conocimientos que tienen las personas, etc., permanecen y son muchas veces obstáculos de nuevas conceptualizaciones, de allí la importancia de atacar la educación nutricional desde varios ángulos y simultáneamente: en *las comunidades*: familias: padres, madres, vecinos, etc.; entre los *integrantes de la escuela* (madres preparadoras de alimentos, la cantina escolar, el abastos de la cuadra), con los maestros y *maestras, profesores, directivos, administrativos*. Y por supuesto nuestros estudiantes *desde el currículo*.

En cuanto al material potencialmente significativo

Las Guías de Alimentación para la escuela, son un material de partida que puede orientar estas actividades, hoy en día las usan en las escuelas de Nutrición, entre ellas la Universidad Central de Venezuela para orientar a los estudiantes en sus pasantías a nivel de las comunidades; La Fundación José María Bengoza las emplea para sus exitosos trabajos de atención a las comunidades, donde además de maestros están las madres, los niños y otros.

En los Institutos Pedagógicos, lamentablemente no se emplean, a pesar de conocerse la importancia que tiene este componente en el pensum de estudios de la universidad, no solamente para la formación del estudiante sino para su vida. Considerando a Pozo, 1998. Pues si hay un tema que incide en ello es precisamente Educación Alimentaria y Nutricional.

A partir de las revisiones de trabajos recientes, es posible plantear dentro de la reorganización curricular de la Universidad en la totalidad de los pedagógicos la incorporación de la Educación Nutricional con una nueva visión y un importante reto.

REFERENCIAS

- Ausubel, D. (2002). *Adquisición y retención del Conocimiento. Una perspectiva Cognitiva*. México: Paidós.
- CENAMEC, Fundación CAVENDES, Ministerio de Educación y el Instituto Nacional de Nutrición. (1995). *Las guías de Alimentación en Educación Preescolar*. Caracas: Ediciones CENAMEC-Fundación Cavendes.
- CENAMEC, Fundación CAVENDES, Ministerio de Educación y el Instituto Nacional de Nutrición. (1995). *Las guías de Alimentación en la Escuela. Vol I. de 1° a 3° Grado*. Caracas: Ediciones CENAMEC-Fundación Cavendes.
- CENAMEC, Fundación CAVENDES, Ministerio de Educación y el Instituto Nacional de Nutrición (1995). *Las guías de Alimentación en la Escuela. Vol II. de 4° a 6° Grado*. Caracas: Ediciones CENAMEC-Fundación Cavendes.

- CENAMEEC, Fundación CAVENDES, Instituto Nacional de Nutrición y el Ministerio de Educación (1998). *Guías de Alimentación. Ciencias Naturales y Salud. 7º, 8º y 9º Grado de Educación Básica*. Caracas: Ediciones CENAMEEC-Fundación Cavendes.
- CENAMEEC, Fundación CAVENDES, Instituto Nacional de Nutrición y el Ministerio de Educación (1998). *Guías de Alimentación. Ciencias Sociales. 7º, 8º y 9º Grado de Educación Básica*. Caracas: Ediciones CENAMEEC-Fundación Cavendes.
- Fundación CAVENDES y Ministerio de la Familia (1997). *Guías de Alimentación para el Niño menor de 6 años. Con la orientación formativa del Instituto Nacional de Nutrición y el aval de la Sociedad Venezolana de Puericultura y Pediatría*. Caracas: Ediciones Cavendes.
- Instituto Nacional de Nutrición y Fundación CAVENDES (1991). *Guías de Alimentación para Venezuela*. Caracas: Edición INN-Fundación Cavendes.
- Moreira, M. A. (2002). *La Teoría de los Campos Conceptuales de Vergnaud, la enseñanza de las ciencias y la investigación en el área. Investigacoes em Ensino de Ciencias*. 7 (1). Art 1 Traducción Isabel Iglesias. Disponible: <http://www.if.ufrgs.br//public/ensino/vol7/n1/v7-n1-a1.html> [Consulta: 2007, Marzo 5]
- Pozo, Gómez y Crespo. (1998). *Aprender a enseñar ciencias. Del conocimiento cotidiano al conocimiento científico*. Madrid: Morata.
- Rodríguez- Palmero. (2004). *La Teoría del Aprendizaje Significativo*. Concept Maps: Theory, Methodology, Technology Proc. of the First Int. Conference on Concept Mapping A. J. Cañas, J. D. Novak, F. M. Gonzalez, Eds. Pamplona, Spain.

El Encanto del Saber y del Sabor. Una Perspectiva Interdisciplinaria para la Enseñanza de la Literatura y la Producción Textual

Marlene Arteaga Quintero*

Mayo 2007

“El amor no da de comer pero alimenta”

Gabriel García Márquez

LOS TEXTOS LITERARIOS EN SU RELACIÓN CON LA ALIMENTACIÓN, LA COMIDA Y LOS SABORES

Todos los géneros que se ofrecen plantean a los estudiantes las posibilidades de leer textos literarios y producir diversas superestructuras discursivas mediante el estímulo de la vinculación con los placeres sensoriales.

Como motivación se realiza la lectura de este poema que fue escrito hacia el siglo XII y que, cargado de erotismo, contiene evocaciones gustativas.

* Profesora de Literatura y Lengua Castellana. Msc. en Literatura Latinoamericana Contemporánea. Doctora en Filosofía y Ciencias de la Educación. Docente de Literatura y Jefa de Relaciones Públicas en el Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez”. Coordina los proyectos: Canta y Lee - La narración como modelo transdisciplinar para orientar la promoción de la lectura y la praxis educativa y Mujer y educación: Mujeres UPEL en la WEB. Profesor Asociado de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador adscrita al Departamento de Expresión y Desarrollo Humano. Caracas, Venezuela. marlenearteagaquintero@yahoo.es.

Su aliento es como miel aromatizada con clavo de olor.

Su boca, deliciosa como un mango maduro.

Besar su piel es como probar el loto.

La cavidad de su ombligo oculta acopio de especias.

Qué placeres yacen después, la lengua lo sabe,

pero no puede decirlo.

Srngarakarika, KUMARADADATTA

Esta lectura genera comentarios espontáneos, indefectiblemente relacionados con los placeres de la mesa, con los postres, con lo dulce. A partir de esta motivación, el primer tema a tratar es sobre la mitología y la alimentación debido a que existen una gran cantidad de mitos y ritos vinculados con los alimentos tanto en sus valores estéticos como en su contenido sensorial. Los mitos han acompañado al ser humano desde los albores de la humanidad. Cada historia, cada relato e interpretación de la realidad se ha configurado en una visión de mundo de la cultura que los ha construido.

Los mitos no pueden entenderse como “mentiras”, “inventos”, “meras fantasías”. Esas formas de verlos podrían ser, ciertamente, acepciones que se encuentran en los diccionarios, pero que remiten a una manera informal de utilizar el término. En una conversación algunas personas podrían utilizar la palabra “mito” como sinónimo de “mentira” pero en lo que respecta a la significación original no es ésta la que mejor lo precisa. Inclusive, la Real Academia Española define *mito* de la siguiente manera:

1. Narración maravillosa situada fuera del tiempo histórico y protagonizada por personajes de carácter divino o heroico. Con frecuencia interpreta el origen del mundo o grandes acontecimientos de la humanidad.
2. m. Historia ficticia o personaje literario o artístico que condensa alguna realidad humana de significación universal.
3. m. Persona o cosa rodeada de extraordinaria estima.

4. m. Persona o cosa a las que se atribuyen cualidades o excelencias que no tienen, o bien una realidad de la que carecen

Debe notarse, que la primera acepción considera al mito como una “narración maravillosa” y los protagonistas son los héroes que todos respetan en las comunidades, aun cuando su origen se haya perdido en el devenir de los tiempos. El mito ofrece una relación de acontecimientos de los orígenes sagrados; y los héroes que realizan las acciones son los modelos de conducta de cada sociedad. Además, la concepción de Dios está asociada a ese tiempo primordial que se pierde en los afanes de la génesis universal. La creación de los seres humanos, de la tierra, los planetas, los animales siempre está revestida de explicaciones simbólicas, pero que no dejan de ser interpretaciones basadas en la experiencia humana.

Mircea Eliade (1972) considera que el mito es “una historia sagrada que relata un acontecimiento sucedido durante un tiempo primordial, la edad de oro, el fabuloso tiempo en el que todo comenzó”. Por lo tanto, los mitos están relacionados, directa y profundamente con el sentimiento religioso. Han existido diversos enfoques para estudiar los mitos: positivista (Augusto Comte), estructuralista (Claude Levi-Strauss), psicoanalítico (Freud, Jung y Kerenyi); pero todos los han visto en su estrecha relación con lo humano, natural y supranatural.

Todas las religiones, inclusive, tienen su base en mitos antiguos de cada cultura, por lo que no pueden separarse los momentos de la creación divina, de cualquier creencia religiosa, de los mitos sagrados. Asimismo, todos los seres humanos se sienten relacionados con un momento especial de la creación que les ha sido ofrecido mediante su herencia cultural. De allí que todos nos sentimos vinculados con lo absoluto, con la cosmogonía, con un creador y nos sabemos beneficiarios de nuestros dioses y de un tipo de conducta proveniente de los paradigmas que nos dejan los mitos.

Tanto en el lejano oriente, como en el Asia menor, el mundo griego y romano, como en las creencias del nuevo mundo indígena, los mitos seguirán siendo el soporte fundamental de una estimulante recreación de la cultura.

Con la idea clara de la enorme profusión de mitos que existen en todos los cuadrantes del orbe se revisan algunos relatos primordiales vinculados, por supuesto, con los alimentos, con el comer, con el paladar. Seguidamente, se presenta a los estudiantes la lectura denominada *Kronos devora a su descendencia*.

Kronos, fue considerado por los griegos y las antiguas culturas del Asia menor como dios del tiempo. Era hijo de Gea (la Madre Tierra) y Urano (padre cielo) y esposo de Rhea. Con ésta tuvo varios hijos, pero a medida que iban naciendo los iba devorando, debido a que el oráculo había vaticinado que iba a ser destronado por uno de sus descendientes. Tal cual, como él mismo había destronado a su padre Urano. De este modo, los fue tragando uno a uno hasta que Rhea, aconsejada por Gea, le dio a comer una piedra envuelta en pañales, cuando nació su último hijo. Ese hijo era Zeus. Rhea, y para esconderlo de su padre lo envió a la montaña Dicte, en Creta. Allí, lo alimentó la cabra Amaltea y la abeja Melisa, con lo que creció fuerte y saludable.

Ya convertido en hombre, Zeus ideó junto a su madre Rhea y a la diosa Metis (personificación de la prudencia o la perfidia) la forma de destronar a su padre. De tal forma que Metis le dio a beber a Kronos una poción con propiedades eméticas. El dios vomitó a todos sus hijos y entre todos –Hestia, Deméter, Hera, Hades y Poseidón – comandados por Zeus, lo enviaron a las profundidades del tártaro. De esta forma, el tiempo, que todo lo devora, fue vencido.

Los comentarios se dirigen a los aspectos vinculados con la alimentación que se pueden encontrar en este texto y al por qué Kronos devora a sus hijos y no los asesina de otra forma. ¿Por qué es importante saborear, paladear, deglutir, engullir al adversario?

También se revisan otras historias vinculadas con los alimentos, propias de la mitología griega. Deméter, considerada la madre nutricia, identificada como Ceres (de allí el origen de la palabra Cereal) enseñó a los seres humanos a cultivar el trigo. Asimismo, otro de los mitos más difundidos de la cultura occidental ofrece una explicación sobre el transcurso de las estaciones, el nacimiento de la agricultura y la relación del ser humano con la tierra.

Deméter, Kore y Hécate, deidades supremas simbolizan los más altos niveles de creación y fertilidad. Deméter es una diosa muy anterior a Zeus (la misma Ceres); está asociada a la fertilidad de la tierra, a los cereales, al cultivo, a la agricultura y a la producción de frutos. Kore es una diosa siempre adolescente; es la representación de la juventud, la fragilidad y la belleza femenina. Hécate, es una diosa preolímpica antiquísima, se le asocia con el culto, la magia, los ritos y el encantamiento (Arteaga, 2000; Guerber; 2000; Hope, 2000; Kerényi, 1999; Lezama, 1974; Riskey, 1985). Kore es raptada y desposada por Hades, por lo que tiene que vivir bajo la tierra; Deméter, su madre, no lo acepta y se niega a vivificar la tierra hasta tanto no le sea devuelta su hija. De esta forma, los campos se hielan y los animales huyen a sus madrigueras. Cuando Zeus interviene para que la joven sea devuelta, Hades accede pero antes de liberarla le da a comer una frutilla para retenerla en los infiernos. Luego de una puja por la liberación de la hija, Deméter llega a un acuerdo: tres partes del tiempo permanecería con la joven y una parte Kore se iría al infierno con su esposo. Cuando madre e hija se reúnen la naturaleza florece, se hace cálida y magnífica; cuando está pronta la separación las hojas de los árboles comienzan a caer y durante la ausencia todo se vuelve helado. La historia de estas tres diosas, con sus esencias femeninas generadoras de vida, constituye un entramado complejo de relaciones consustanciadas con la naturaleza, con la tierra, con el ciclo indetenible de la vida y de la muerte.

Se comenta oralmente la lectura y se destacan los procesos relacionados con la alimentación, para seguidamente revisar otros mitos en sus relaciones con el mundo natural, los alimentos y la creación. En la América Precolombina existen extraordinarias narraciones entre las que se encuentra la del Popol Vuh, Biblia de la cultura Maya Quiché (Guatemala y parte de México). Es sumamente interesante esta historia debido a que la creación del ser humano se realizó en cuatro intentos y la que tuvo éxito estuvo marcada por las tradiciones sagradas de la alimentación en el mundo americano. Los dioses creadores y formadores de la cultura Maya Quiché, Tepeu, Gucumatz, Huracán, Raxá-Caculhá, Chipi-Caculhá, Ixpiyacoc e Ixmucané se dedicaron a crear a los hombres que ocuparan el mundo. Luego de dos intentos fallidos (con barro y madera como elementos), resolvieron crear al hombre con un maravilloso alimento llamado maíz.

Se observa cómo existe la presencia de la alfarería y el trabajo con madera, el trabajo de los dioses en comunidad para lograr la creación, la importancia del maíz como alimento primordial de las culturas precolombinas. Es el maíz la verdadera fuente de alimento, de intercambio y sustento que puede llevar adelante la civilización de Centroamérica.

Es una tarea estimulante, luego de estas lecturas crear el argumento de un mito que explique por qué en las tierras venezolanas se cultiva el cacao más sabroso del mundo o por qué la oliva o los dátiles se consideran verdadera riqueza. Privan en la escritura audacia y creatividad.

Seguidamente, puede realizarse la lectura del mito venezolano *Makunaima, mito pemón*. A – PANTONÍ-PE NICHII (p.173) en el que los procesos de siembra, cosecha y alimentación están presentes en su relación con la creación, el sol y el agua. Asimismo, se evidencian los elementos cosmogónicos, culturales, sociales y personales.

El proceso de trabajo intelectual en una actividad de este tipo continúa con algunos textos principales en donde tienen relevancia elementos relacionados con los placeres de la mesa. Mencionar el deseo por los alimentos, describir los platos a ser ingeridos, mostrar la belleza de una mesa bien servida o hacernos evocar los aromas y sabores de panecillos, salsas y especias ha sido frecuente en los grandes libros de la literatura universal. En *La Ilíada*, se asan pingües, presas para el favor tanto de dioses como de hombres; los reyes de los pueblos aliados se sientan a la mesa a disfrutar de comidas y vinos, el placer se asocia al paladar y la larga vida a la ambrosía y al icor (alimento y licor sagrado de los dioses que conferirían la vida eterna –curioso que no haya sido a través de incienso o bendiciones, sino a través de los placeres de la mesa). En *La Odisea*, Calypso retiene a Odiseo y a sus hombres luego de envenenar el banquete ofrecido en su honor. Mediante una pócima que coloca en el vino convierte a los guerreros en cerdos y a Odiseo en un amante solícito, atado a su lecho y a su mesa, por cuatro años. En el *Cantar de los cantares*, atribuido al Rey David, observamos la relación entre los placeres del amor y los que proporciona el gusto:

Cuan hermosa eres y qué graciosa, amor mío, en la hora de las delicias. Tu estatura es semejante a la palmera y tus pechos a los racimos. Dije: subiré a la palmera y cogeré los frutos de ella. Y serán tus pechos para mí como racimos de viña y tu alimento como olor de manzanas, tu boca como un vino exquisito que corre dulcemente y humedece los labios del amante adormecido.

En el siglo XII, se encuentra el austero, recio e imprescindible *Poema de Mío Cid*. En éste las relaciones con los alimentos no tienen un carácter propiamente sensual, pero llama la atención que la primera huelga de hambre, reportada en la historia castellana, la encontramos en este maravilloso poema.

Se lee, de esta forma el texto correspondiente en donde, notaremos que el Conde de Barcelona, Don Ramón (o Remón en castellano medieval) es tomado prisionero por el Cid. Por ser un prisionero de guerra de alta alcurnia se encontraba en la tienda del Cid. Éste le ofrece alimento, pero el Conde se niega y amenaza con dejarse morir de hambre si no se le libera. Rodrigo Díaz de Vivar, el Cid campeador se preocupa y al darse cuenta de la determinación del Conde, decide ceder a las demandas de la huelga de hambre. Le permite marcharse y le otorga, además, a dos caballeros que lo acompañen. Al final el trabajo de producción se orienta a escribir un texto que cuente las hazañas de un ladrón de alimentos en la época medieval.

En los textos literarios la presencia de descripciones que pueden hacernos evocar las más exquisitas sensaciones nos hacen despertar las formas sensibles de lo anímico. Juan Ruiz, El Arcipreste de Hita, en *El Libro de Buen Amor*, escrito en 1330 –pleno siglo XIV– se ocupa largamente de los placeres de la mesa siempre asociados a la imaginación descriptiva y a la sensualidad de la piel. La belleza del texto se aprecia a través de su deseo ávido de disfrutar de los dulces preparados por las monjas. Allí, además, se despliega su postura en la defensa de la institución de la barraganía. Y no puede más que asumir que parte de su deseo de estar cerca de las mujeres (en este caso un grupo de monjas) es el de disfrutar de los dulces elaborados con gran primor (se realiza la lectura del episodio: *De cómo Trotaconventos aconsejó al Arcipreste que amase alguna monja e de lo que conteció con ella*).

Es conveniente solicitar a los estudiantes, en esta instancia, la elaboración de un texto en el que relacionen, de forma sutil y fundamentada, una profesión moderna con algunos alimentos y otros placeres, así como la investigación sobre los orígenes de la fabricación del azúcar y los usos más importantes que se le dan en la actualidad.

Ya en pleno Renacimiento Francois Rabelais escribió seis libros dedicados a mostrar su visión de la necesidad de obtener conocimientos; éstos reflejaban su postura contestataria ante las limitaciones de la intelectualidad. Para ello narró las vidas de dos portentosos gigantes: Pantagruel y su hijo Gargantúa. *Pantagruel* (1532) y *La vida inestimable del gran Gargantúa* (1534) constituyen obras maravillosas de la prosa renacentista europea. Rabelais relata la vida de dos gigantes groseros, permanentemente hambrientos, vulgares, sabios y rebeldes ante las convenciones. Según la crítica especializada representarían la voracidad renacentista por el conocimiento, su apertura a la diversidad de las experiencias, saberes y oficios. Jean Markale (1989) afirma que Gargantúa y Pantagruel son viejas trasformaciones del dios céltico Dagda en quien la sed de conocimientos y la glotonería y la avidez por el placer sexual conviven armoniosamente. La revisión de algunos fragmentos es propicia para comentar los elementos humorísticos e hiperbólicos de esta lectura y establecer la relación con el conocimiento y la camaradería. Igualmente, se investiga sobre otros textos que enaltezcan los placeres de la mesa en combinación con el saber enciclopédico.

Por ser la obra cumbre, de todos los tiempos, en cuanto a lengua española se refiere, *Don Quijote de la Mancha* (1605 – 1615) es, verdaderamente, la revelación de todos los placeres sensuales de la España del siglo XVII. Cervantes, no deja de mencionar los platillos castellanos y todos aquéllos que se encuentren en su camino. Las fondas, las posadas y las cortes tienen su correlato en los manjares que pueden (o no) disfrutar don Quijote y su escudero Sancho Panza. En muchos de los capítulos de esta obra se mencionan tanto los manjares de la mesa española como la condición famélica de los héroes: posturas antagónicas que muestran los deseos y la necesidad de satisfacerlos para sentirse humanos más allá de la supervivencia.

Es oportuno, en este momento realizar la lectura de un fragmento del Capítulo 47, en donde *Se prosigue cómo se portaba Sancho Panza en su gobierno*. Efectivamente, en su trabajo como gobernador de la Ínsula Barataria, Sancho llega a ser más prudente, sensato y equilibrado que don Quijote y se comporta de forma honrada y justa. En este texto, se observan costumbres y platos de la época que perviven hasta nuestros días y que ya para el año 1600 eran tradicionales. Sancho Panza se dispone a trabajar y a juzgar con ecuanimidad y paciencia; al terminar desea saciar su hambre, pero los hombres del Duque se burlan de él y no lo dejan probar bocado.

Es propicio en un trabajo interdisciplinar, proceder a elaborar una lista de los platos venezolanos (o de cualquier nacionalidad) que tengan tradicional raigambre en la cultura y a contar una historia plena de mundos sensitivos. Para ello, se revisa además la superestructura del discurso narrativo y las posibilidades inmensa del género discursivo de la narración mediante la producción de algunos subgéneros: chistes, crónicas, cuadros de costumbres, noticias.

Y si de hablar de frutos, copiosidad o alimentos de la tierra americana se refiere, no puede olvidarse a Andrés Bello, por supuesto. En la *Silva a la agricultura de la Zona Tórrida*, entre muchos otros temas se destaca la presentación de la fertilidad de la tierra del nuevo continente. Para destacar las bondades del suelo tropical en América, el poeta elabora una relación de estos dones y se cuida de compararlos con los que poseen otras latitudes, de tal forma que no quede duda de su grandeza. Las descripciones están llenas de adjetivos afectuosos y aun cuando el texto, publicado en 1826, responde a patrones neoclásicos ya se asoma el sentimiento romántico en las emociones desatadas frente a la abundancia de la naturaleza. Con la lectura de la *Silva a la agricultura de la Zona Tórrida* se puede extraer del texto una lista de los frutos de la tierra y comentar la descripción que hace el poeta. Seguidamente, la actividad lleva a construir textos en versos con multiplicidad de temas tratados.

En definitiva, todo lo bueno se compara con los placeres que se asocian con la boca, por lo que debemos, entonces, entender que las diferencias de gustos pueden ser viscerales, cuando alguien dice: “el color verde me gusta más que el azul”, “me gusta más el beisbol que el futbol”, o sencillamente,

“prefiero el pescado al pollo”. Asimismo, se pueden tener predilecciones intelectuales al decidirse por un autor o pintor, sin descalificar al que no es favorito. Pero siempre habrá un rasero para los gustos y no podremos enfrentar a dos contendores totalmente desiguales: el saber degustar con la apreciación de los conocedores, por una parte, a un no saber nada de lo bueno, por la otra. No en balde se habla de “educar el gusto”, “tener buen gusto” o “¡qué mal gusto!”.

Unos saben disfrutar de ingentes placeres, otros, muchas veces, ni siquiera saben que existen. Vuelve a establecerse una relación entre un placer y todos los placeres. La buena comida y el buen vino, en sí mismos, atraen la idea de las mejores imágenes que gravitan en nuestra memoria.

En Doña Bárbara, por ejemplo, novela de don Rómulo Gallegos, en el capítulo “Miel de aricas”, existen relaciones simbólicas entre el sabor, la textura de la miel y las sensación de fuego que deja en la garganta, con el amor que siente Marisela por Santos Luzardo. Asimismo, es obvia la remota posibilidad de que Genoveva, nieta de Melesio, pueda disfrutar de los amores de Santos, por más que suspire, debido a que – ella misma lo dice- “no se ha hecho la miel para el burro”

Doña Bárbara. VII. Miel de Aricas (Fragmento)

[Marisela le contesta a Genoveva al ver la imposibilidad de su amor con el dueño de casa, el señorito Santos Luzardo]

– Yo también digo como tú Genoveva: no se ha hecho la miel para el burro.

Y ahora son dos quienes tamborilean sobre la mesa, mientras las aricas que revolotean por allí se van apoderando de los panales, a cuya picante dulzura ya no acuden los dedos golosos.

Carraspea Marisela, disimulando nudos de llanto, y Genoveva pregunta:

- ¿Qué te pasa mujer?
- Que me arde la garganta de tanto panal que he comido.
- Eso malo tiene la miel de las aricas. Es muy dulce pero abrasa como un fuego.

Es evidente la relación entre ese fuego de la miel y de la pasión, por lo que es oportuno solicitar a los estudiantes la creación de un texto breve en donde se compare algún alimento con el amor.

Finalmente, es el momento de conducir a los estudiantes a la lectura del ensayo y a su producción. De tal forma, que pueden tener -previa la revisión de las teorías sobre el discurso argumentativo y los tipos de ensayo- la posibilidad de plantear una tesis y defenderla con argumentos, ejemplos y citas textuales.

Para ello, se comienza por plantear el objetivo de valorar la expresión tanto del saber como del sabor a través de los poderes de la lengua. Se ofrece un texto ensayístico para que luego prueben su capacidad de opinar de manera fundamentada sobre los temas tratados.

ENSAYO: LA LENGUA ATA Y DESATA EL SABER Y EL SABOR

Disfrutamos del mundo de la comida con la consciencia de la participación de los sentidos en una celebración en la que se impregnan nuestra boca y olfato con las delicias de los aromas y sabores. Sentimos la textura de un alimento cremoso, se pueden ver aquéllas magníficas disposiciones de colores contrastantes en la mesa: ensalada de berros y aguacates frescos, un corazón de lomito en su jugo, yuca bañada con el mojo criollo.

También deseamos oír, -oír, una y mil veces- al ser amado y a los amigos ponderar la experiencia sensual de una buena mesa. Al final, los placeres se

hacen realmente tales a través de la responsabilidad de la palabra. Conversar sobre la vivencia de un banquete nos acerca a la ultimidad de nuestra razón, en ese momento nos distanciamos del hombre que apenas subsiste con un trozo de alimento y nos acercamos al ser humano que se deleita en su existencia.

Decididamente, los sabores, olores, colores, texturas y aún el crujir del pan y el chisporrotear del sofrito convertidos en experiencia estética crean una nueva conciencia sobre la realidad inmediata. Al respecto Gumbrecht (2007), con una amplia visión de la alimentación y los placeres expresa en una prosa exquisita (valga el término) la complejidad oscilante de la buena mesa.

Significa que podemos ampliar y concebir el mundo de lo estético más allá de las tradicionales formas establecidas y seremos capaces de encontrar un discurso sublime en la elaboración gastronómica. En ese momento, frente a los placeres de la cocina, los platos de la mesa tradicional o los de exóticos manjares hacemos conscientes nuestras posibilidades infinitas de creación y goce. Nos sumergimos en un éxtasis semejante al provocado por los más altos registros de la soprano en la última aria de *Madame Butterfly*, a la complacencia sentida en nuestra visita –al fin- a la Piazza de San Marco, a la melancolía que nos hacen sentir las damas solitarias de Armando Barrios. A veces una inmensa alegría que no está vinculada, directamente, con recuperar vitaminas y minerales en el torrente sanguíneo brota de nuestras pailas.

Son, entonces, experiencias estéticas totalmente acabadas la vivencia de preparar deliciosos bocados, del acto creativo de dedicarse a los fogones, el placer exquisito de una buena mesa, rociada con caldos tintos o espirituosos. No en balde Gumbrecht (2007) afirma que

Un hermoso vestido, un sabor exquisito, una obra elevada, todos producen momentos de intensidad que repentinamente nos apartan de lo habitual y nos transportan a un estado de “insularidad” y “autonomía” al imponernos la inquietud productiva de una oscilación entre la percepción sensual y la experiencia conceptual. De modo que si dudamos con respecto a subsumir nuestros nuevos placeres a la noción de “estético”, una razón podría ser que nos sentimos abrumados por la tarea subsiguiente de redefinir esos campos.

Pero esas experiencias pueden ser consideradas como tales a partir de que se les nombra, se les hace palabra, se les hace discurso y se conversa sobre ellas. Porque nada ascenderá a otro nivel de placer más allá del sensorial si no se le hace concepto, se le enaltece en la palabra. En fin, conversar sobre lo que comemos, cómo y por qué lo comemos y bajo cuáles criterios de excelencia lo convierte en un acto de simbolismo intelectual.

Debe aclararse en este punto, no obstante, que los placeres de la mesa conectados con el goce estético no tienen relación directa con el precio de los restaurantes, ni con la cocina de la aristocracia; mucho menos con las supuestas “delicateses” que deben ser del gusto de comensales refinados. La comida costosa y buena, pero poca, no alegra el corazón de nadie. La comida cara y mal servida puede producir ataques de ira (lo contrario de un placer estético) y la comida buena, bien servida y muy costosa sólo es privilegio de algunos (buen provecho para los afortunados).

La buena mesa tampoco es un privilegio de los intelectuales, de aquellos que se han dedicado a la filosofía, la literatura o el arte; poder disertar sobre la experiencia estética de la alimentación no es propio, únicamente, de quienes tienen el manejo exquisito de la lengua.

Entonces, ¿por qué se afirma que el goce estético está vinculado con la consciencia de hacer discurso las bondades de la gastronomía? ¿Quiénes pueden hacerlo? La respuesta es simple. Pueden hacerlo todos aquellos que entienden la experiencia de comer y cocinar como actos de cultura y no de mera supervivencia: la vecina que vende empanadas a la puerta de su casa y le cuenta al visitante que el sabor de su mercancía conserva la tradición de su pueblo y, seguidamente, le da detalles de la historia que ha acompañado esas tradiciones; el hombre que se sienta a la mesa y justifica el hecho de colocar un trozo de papelón en el plato de caraoas negras porque es la forma de sentirse venezolano; la mujer o el hombre que pasan toda una tarde escogiendo lo mejor de las verduras y las carnes para preparar suculentos manjares mientras toma una copa de jerez; la pareja que experimenta con el libro de cocina y juega a ser parte de los ingredientes; la mujer que sueña a ser chef del mejor restaurante de Inglaterra; la madre, en fin, la mamá de cada uno cuando describe

para su familia cada ingrediente, cada salsa, cada paso del procedimiento de las hallacas, el pabellón o el sancocho de mero, con la esperanza de perpetuar la receta y así el sabor familiar.

Convertir la comida en palabra es darle espacio en el mundo de la conciencia y con ello valor de experiencia estética. Pero, no se debe confundir lo exquisito con lo exótico, lo exótico con lo estrambótico, y de allí a los inventos malos... La comida legítima, exquisita, hecha con respeto es como el texto sencillo, profundo, sensual e inolvidable. Por tanto, no es conveniente mezclar sabores incompatibles con la esperanza de crear un “plato exótico”. Se puede ser muy creativo sin caer en un mundo de metáforas absurdas con un texto desprovisto de ángel. Es lo mismo con la comida.

En *Paradiso*, de Lezama Lima, se observa esa incompatibilidad que también refleja el duelo entre culturas por el poder. (Fragmento)

Se dirigió al caldero del quimbombó y le dijo a Juan Izquierdo: -¿Cómo usted hace el disparate de echarle camarones chinos y frescos a ese plato? Izquierdo, hipando y estirando sus narices como un trombón de vara, le contestó: Señora, el camarón chino es para espesar el sabor de la salsa, mientras que el fresco es como las bolas de plátano, o los muslos de pollo que en algunas casas también le echan al quimbombó, que así le van dando cierto sabor de ajíaco exótico. Tanta refistolería, le dijo la señora Rialta, no le viene bien a algunos platos criollos.

Finalmente, la experiencia de escribir ensayos se realizará con una guía superestructural, con un índice genotextual (Álvarez, 2007) que implique plantear ideas, actualizarlas, ejemplificar y plantear una tesis propia, así como algunas orientaciones sobre la forma de estructurar una opinión fundamentada. Para dar los primeros pasos se ofrecen dos temas seleccionados: (1) la frase de Isabel Allende, de su libro *Afrodita* (1997). “Me arrepiento de los platos deliciosos rechazados por vanidad, tanto como lamento las ocasiones de hacer el amor que he dejado pasar por ocuparme de tareas pendientes o por virtud puritana”; (2) la comparación entre algún alimento con el amor y la literatura.

Los ensayos tendrán la función de convencer o polemizar sobre esos temas vinculados con las sensaciones, los alimentos, el cuerpo, la literatura, la cultura, los placeres. De allí que los argumentos deberán ser altamente convincentes. Se pueden utilizar contraargumentos, argumentos de autoridad, de competencia, de analogía, de normas o leyes, de datos, de beneficios o argumentos afectivos. La tesis debe estar claramente expresada y la argumentación será la suficiente para dejarnos con la idea de que amar y comer, es decir, los placeres de la mesa y de la piel se funden en el texto literario.

La experiencia es altamente gustosa.

REFERENCIAS

- Allende, I. (1997). *Afrodita*. Barcelona: Plaza y Janés.
- Álvarez, L. (2007). *Estrategias para el mejoramiento de la enseñanza de la redacción*. Caracas: Vicerrectorado de Investigación y Postgrado, UPEL.
- Bello, A. (1981). *Silva a la Agricultura de la Zona Tórrida*. Caracas: Monte Ávila.
- Arteaga, M. (2000). Naturaleza y mito. Deméter, Kore y Hécate generan vida sobre la tierra. *Aula y Ambiente*, Año 1, N° 1.
- Eliade, M. (1972). *El mito del eterno retorno*. Madrid: Alianza Editorial.
- Gallegos, R. (2005). *Doña Bárbara*. Caracas: Biblioteca Ayacucho.
- Guerber, H. (2000). *Grecia y Roma. Mitología*. Madrid: Edimat Libros.
- Gumbrecht, H. U. Por qué es importante hablar de comida rica (entre otras cosas) Revista El cuerpo de Cristo. Experimentación culinaria. (Traducción Laura Kopouchian) Disponible: <http://elcuerpodecristo.com/article/588>. [Consulta: 2007, Enero 19]
- Hope, A. (2000). *Mitología Clásica*. Madrid: Edimat Libros.
- Juan Ruiz. Arcipreste de Hita. (1974). Libro de Buen Amor. Madrid: Ed. Espasa-Calpe.
- Waköpünska, K. (2007). Criança do Futuro (2007) Disponible: karipuna.blogspot.com/2007/08/koch-grnberg-na. [Consulta: 2007, Diciembre 2007]

Kerényi, K. (1999). *Los dioses de los griegos*. Caracas: Monte Ávila.

Lezama Lima, J. (1996). *Paradiso*. México: Editorial Era.

Lezama, H. (1974). *Diccionario de Mitología*. Buenos Aires: Editorial Claridad.

Rabelais, F. (1978). *Gargantúa y Pantagruel*. Barcelona: Bruguera.

Risquez, F. (1985). *En torno a la feminidad*. Caracas: Editorial Arte.

La Fundación José María Bengoa Comprometida con las Prioridades en Nutrición para Venezuela

Fundación Bengoa*

Mayo 2009

INTRODUCCIÓN

La Fundación José María Bengoa para la Alimentación y Nutrición es una organización social sin fines de lucro, de acción pública, creada en el año 2000 por profesionales, investigadores y científicos venezolanos que tiene como: *Misión*: Promover propuestas de políticas y desarrollar estrategias y acciones para mejorar la alimentación y nutrición de los venezolanos, en especial los grupos más vulnerables de la población: niños y mujeres. *Visión*: Ser una organización de la sociedad civil líder en el mejoramiento de la situación alimentaria y nutricional de Venezuela. La Fundación Bengoa para la Alimentación y Nutrición pertenece a las siguientes Redes: Venezuela sin límites, Red Venezolana para Organizaciones para el Desarrollo Social (REDSOC) y la Red de Malnutrición en Iberoamérica (RED MEI - CYTED)

Actualmente, participa en el desarrollo de los siguientes programas y servicios: *Faro Nutricional*; Contribuye con el monitoreo del estado nutricional de los venezolanos e informa a los organismos competentes y a la colectividad la presencia de síntomas de alerta. *Información y Difusión*; Promueve el

* Fundación Bengoa para la Alimentación y Nutrición, 8va Transversal con 7ma Avenida. Quinta Pacairigua. Altamira. Telfs: (58-212) 263.7127 / 263.6918. Fax: (58-212) 263.6918. e-mail: info@fundacionbengoa.org. www://fundacionbengoa.org. Este artículo fue publicado posteriormente en extenso en: Anales Venezolanos de Nutrición 2009; Vol 22 (1): 41-46.

acceso de la población a los conocimientos de alimentación y nutrición y a los avances tecnológicos en esta área, además de difundir la producción científica de los profesionales venezolanos en el área de alimentación y nutrición. *Asistencia Técnica y Capacitación*; Desarrolla y fortalece capacidades de profesionales y técnicos del área de alimentación y nutrición, de organizaciones sociales y grupos comunitarios y de empresas, en función de la ejecución de acciones de intervención para mejorar situaciones nutricionales de grupos poblacionales específicos. *Nutrición Comunitaria*; Desarrolla y fortalece capacidades y actitudes en los actores comunitarios que constituyen la red de relaciones primarias de los niños, padres, madres y docentes.

En este contexto la campaña de educación nutricional de la alianza Farmacia SAAS – Fundación Bengoa, comenzó en 2004, mediante la conquista de un espacio en la población que ha recibido una información focalizada en algunos problemas alimentarios y nutricionales. Estas actividades se iniciaron con la consulta de un grupo de expertos que aportó información muy valiosa para fundamentar las acciones desarrolladas en estos años, en los cuales se han producido 5 comerciales y 4 guías para la distribución masiva que han tenido una gran receptividad en la población de todos los estratos sociales. Después de cuatro años se consideró de interés realizar una actualización de la problemática nutricional del país en el 2008.

Esta información se tomará como base para la selección de los temas prioritarios en los próximos mensajes educativos que serán difundidos a través de medios masivos de comunicación. Para aproximarnos a este objetivo se utilizaron dos estrategias. En primer lugar, una encuesta por correo electrónico dirigida a un directorio de expertos en el área para conocer su opinión sobre la problemática nutricional, su prevalencia, factores determinantes y estrategias para contribuir con su solución. En segundo lugar, grupos focales con profesionales de las distintas áreas de la nutrición que trabajaron junto a la Fundación Bengoa.

ENCUESTA CON LOS EXPERTOS

Fueron seleccionados 15 de los 60 cuestionarios enviados por correo electrónico a expertos en los centros académicos e institutos de investigación en todo el país. Estos fueron excluidos de la selección para los grupos focales.

RESULTADOS

a) Problemas identificados

Los principales problemas nutricionales identificados fueron el sobrepeso y la obesidad; anemia en embarazadas y preescolares, además de déficit calórico–proteico en lactantes. En cuanto a la incidencia y prevalencia de estos problemas, los expertos comentaron no tener información nacional, pero fundamentan sus opiniones en la experiencia recogida en sus respectivos lugares de trabajo.

b) Factores predisponentes

Entre los factores predisponentes de los principales problemas de alimentación y nutrición, identificaron los siguientes: (a) falta de educación nutricional en embarazadas, madres, profesionales de la salud y en la población en general, (b) inadecuados hábitos alimentarios; dietas monótonas; altas en grasas, azúcares simples y carbohidratos; bajo consumo de frutas y hortalizas, e inadecuada combinación de alimentos, (c) sedentarismo, y (d) estrés.

c) Estrategias propuestas

Las estrategias propuestas para solventar los problemas de alimentación y nutrición se resumen a continuación: (a) promoción de la lactancia materna e introducción adecuada de nuevos alimentos; (b) campañas en los medios de comunicación centros comerciales, supermercados, ambulatorios, transporte público, parques y en las vías más transitadas; (c) fortalecimiento al personal

de salud en el área de nutrición; (d) programas de educación nutricional para la promoción de buenos hábitos alimentarios con énfasis en la prevención y detección del aumento de peso (en escuelas, instituciones de educación media, universidades, instituciones públicas y privadas, comités de salud, consejos comunales, grupos de mujeres, clubes, entre otros); (e) fomento de actividades grupales de intercambio en lactancia materna, grupos de apoyo, clubes de obesos para promocionar buenos hábitos alimentarios; (f) modificar la conducta alimentaria de las poblaciones en riesgo; (g) aumentar la actividad física; y (h) manejar adecuadamente el estrés. Estos resultados alimentaron el documento con el cual se elaboró el guión de discusión temática de los grupos focales.

GRUPOS FOCALES CON EXPERTOS

En esta consulta de expertos se utiliza la metodología de los grupos focales, una forma de investigación cualitativa que permite la obtención de información y opiniones de los participantes sobre un tema predeterminado. Esta actividad fue facilitada por el Psicólogo Fernando Giuliani y contó con 15 participantes, distribuidos en dos grupos focales. Asistieron expertos en representación de las tres Escuelas de Nutrición, Escuela Comunicación Social de la Universidad Central de Venezuela, del Instituto Nacional de Nutrición, del Instituto Venezolano de Investigaciones Científicas, del Hospital Materno Infantil del Este y de la Sociedad Venezolana de Puericultura y Pediatría. También participaron representantes de la Fundación Bengoa. El perfil profesional de los asistentes fue nutricionistas, médicos con especialidad en pediatría, metabolismo y endocrinología, salud pública y técnicos de alimentos, comunicadores sociales y publicistas.

Los expertos concluyeron que el problema nutricional parece pasar desapercibido en evaluaciones y diagnósticos, ya que se limitan a las mediciones antropométricas y a las relaciones entre peso, talla y edad. Sin embargo, pueden encontrarse casos de niños que cumplen con esos parámetros, pero presentan déficit de micronutrientes (hambre oculta). Igualmente, determinaron que ha desmejorado la calidad de la alimentación y hay poca conciencia en la sociedad.

RESULTADOS

1.- Problemática Nutricional

En opinión de los participantes, la situación nutricional del país no es fácil de precisar en términos estadísticos debido a la falta de información al respecto. Adicionalmente, pareciera que los problemas nutricionales no son el motivo principal de consulta de la gente y, además, suelen pasar desapercibidos cuando se consulta por otros problemas. Sin embargo, el contacto directo que tienen los participantes con la problemática nutricional, muestra que la situación nutricional no es buena. Existe una desmejora en la calidad de la alimentación, poca conciencia de la sociedad acerca del problema así como cambios en políticas públicas que no han favorecido la mejora de las problemáticas nutricionales: existe desinformación, las cifras no están disponibles, el diagnóstico de desnutrición muchas veces pasa desapercibido, porque no es el motivo principal de consulta, creen que la calidad de la alimentación ha desmejorado.

Los problemas nutricionales que presenta el país se concentran en dos áreas. Por un lado, el sobrepeso y la obesidad, aparentemente en aumento en la población infantil, así como en adultos jóvenes. Sus consecuencias se asocian con enfermedades crónicas no transmisibles (hipertensión, diabetes, problemas cardiovasculares y síndrome metabólico). Por el otro, el déficit de micronutrientes -en especial hierro y ácido fólico- también evidencia un aumento y probablemente está escalando a cifras alarmantes. Afecta sobre todo a mujeres y niños, en quienes la anemia puede causar la disminución de ciertas habilidades para el aprendizaje y la relación con el entorno. Sus efectos en los primeros años de vida pueden ser irreversibles. Sin dejar de mencionar la desnutrición crónica, estos dos problemas señalados con anterioridad, son considerados por los participantes las áreas más delicadas en materia de nutrición. Por ende, pareciera entonces que en ellos debería poner su atención la campaña.

2.- Causas

Ambas problemáticas tienen como causa fundamental una alimentación deficiente, no balanceada y carente de variedad. Así, por ejemplo, pareciera que hay un aumento del consumo de carbohidratos y grasas, especialmente aquellas de mala calidad. Confluyen en esto factores económicos que deter-

minan el acceso de la población a cierto tipo de alimentos, la salud materna, la falta de información y educación en el área nutricional, además de un conjunto de falsos hábitos e infundadas creencias.

Las causas de este problema, los participantes las asocian con una mala alimentación, donde predominan tal vez los carbohidratos pero escasean los alimentos que pueden proveer estos micronutrientes. De acuerdo con la opinión de los participantes, no toda la población puede obtener estos micronutrientes directamente de la alimentación, ya que buena parte de ella, consume lo que puede acceder con su escaso presupuesto, así como lo que sus prácticas y hábitos le inducen, promoviendo así cada vez mayores condiciones para la persistencia del problema.

Si hay deficiencia de micronutrientes durante los dos primeros años de vida y en el embarazo, pero si se trata de una adolescente embarazada de por sí tiene deficiencia de hierro ya que los requerimientos están aumentados, por esto su bebé nace con depósitos de hierro bajo, luego comienzan a darle leche completa durante los primeros años (porque eso es una creencia transmitida desde las abuelas) que origina pequeñas hemorragias intestinales que le producen más anemia. Se pueden obtener los micronutrientes de la alimentación cuando la alimentación es buena, es balanceada, pero hay un grupo de la población que no lo va a poder obtener de la alimentación. De todos estos aspectos, parece razonable que la campaña se enfoque en las causas educativas y culturales ya que la falta de conocimientos sobre los alimentos y la forma en que deben combinarse, son factores de primer orden en el origen de los problemas.

3- Consecuencias

Las consecuencias de este déficit son por demás graves y creemos que, dado el énfasis que en ello hicieron los participantes, sería recomendable que el equipo encargado de elaborar la campaña pudiera recibir un asesoramiento detallado al respecto. Como apoyo, expondremos en forma general las consecuencias que, de acuerdo con la opinión de los participantes, tiene el déficit de micronutrientes en los niños. Por un lado, el déficit se relaciona directamente

con la anemia. Por otro, esto produce también deficiencias en las capacidades del niño para relacionarse con el entorno, así como para adquirir un conjunto de habilidades. Adicionalmente y, tal vez lo más dramático, estas consecuencias en los primeros años de vida e inclusive desde el período prenatal, pudieran ser irreversibles.

Cada vez que hay deficiencia de hierro, se ha demostrado que hay disminución en sustancias que nos permiten tener una mayor relación con nuestro entorno. Este es un niño que no va a ser tan proactivo como los demás, no se va a relacionar igual, no va a adquirir las mismas habilidades. Se ha demostrado que las alteraciones por deficiencia de micro nutrientes pueden ser irreversibles. Hay anemia que no es sólo debido a la insuficiencia de hierro, sino a deficiencia de ácido fólico.

4.- Desconocimiento/falta de información/falta de conciencia

El tema del desconocimiento o falta de información o falta de conciencia en relación con el tema nutricional fue, sin duda, uno de los principales problemas asociados con la malnutrición que señalaron los participantes, todos coinciden en que el asunto de la falta de Educación Alimentaria y Nutricional está en la base de todas las problemáticas señaladas. Destaca en todo este panorama, la falta de información o educación referida, por ejemplo al desconocimiento de los tipos de alimentos, así como sus combinaciones que pueden resultar acertadas o desacertadas. Tampoco existe conocimiento adecuado de la anemia y trastornos similares relacionados con la nutrición. Coinciden, pues, los participantes en que no hay buena educación en la población en torno a lo que debe ser una buena alimentación, diversa, completa y balanceada.

Adicionalmente a ello, existen en la población un conjunto de hábitos, valores, representaciones y creencias que, por un lado, orientan y canalizan un conjunto de prácticas y conductas relacionadas con el consumo de alimentos que no favorecen la correcta alimentación por ende, la adecuada nutrición. Por otro lado, toda esta estructura simbólica-cultural opera, seguramente, como un factor de resistencia frente a la información nueva y frente a propuestas de cambios de hábitos. Veamos ahora la opinión de los participantes

acerca de este tema: Yo trabajo directamente en la comunidad (...) y veo el desconocimiento que tienen las madres sobre los alimentos y lo que le aportan los alimentos. Yo pienso que el desconocimiento que tiene la población en cuanto a qué nutrientes le aportan los alimentos es un factor importantísimo. No conocen cuáles son los inhibidores, los facilitadores, no tienen conocimiento de lo que debe ser una dieta balanceada. Hay que empoderar a las madres porque ellas no saben.

Hay anemia de origen nutricional por falta de educación, no saben combinar los alimentos, no saben cómo tienen que dárselos, no saben qué es malo o qué es bueno. Pienso que todos estos problemas son por la falta de información en las comunidades, el no conocer cuáles son los tipos de alimentos, no saben cómo combinarlos, no tienen el hábito de consumir frutas y vegetales, consumen muchos carbohidratos para saciar la necesidad que tienen de comer, pero quizás también por la falta de recursos económicos. Esto se debe a que no saben, ni siquiera que el niño tiene anemia o que ellas embarazadas tienen anemia porque van al médico, le dan sus vitaminas, su ácido fólico y a veces mejoran a veces no, pero no saben. La causa fundamental es la falta de conocimientos básicos, los malos hábitos, el sedentarismo.

El otro problema importante es el tema de la educación, el tema de valores, el tema de representaciones. Desde el punto de vista de la comunicación, creo que el problema es la tremenda falta de educación que tenemos como pueblo a la hora de alimentarnos. Hay muy poca conciencia de la gente; no saben muy bien lo que es la anemia. La desnutrición crónica que veo relacionada con la falta de educación. El problema son las creencias, son las costumbres y hay un problema serio de desinformación, agravado por la comunicación de las empresas de alimentos industrializados. Para nosotros desde la perspectiva de la comunicación en salud, tenemos que tratar de encontrar los mecanismos culturales y emocionales que están operando de alguna manera en la nutrición.

5. Estímulo hacia un consumo inadecuado

Sumado a la desinformación y falta de educación los participantes señalaron un conjunto de factores que están estimulando un inadecuado consumo

de alimentos y que contribuyen así, con los problemas de desnutrición o, cuando menos, no están ayudando a fomentar ni la educación ni los buenos hábitos en esta materia. Así, por un lado, existe un poderoso aparato comunicacional y propagandístico por parte de las empresas de alimentos industrializados que promueven productos muy poco saludables para la nutrición. Adicionalmente a ello, sus estrategias de publicidad llegan a construir “modas” en cuanto al consumo de ciertos productos que, sin ser realmente coadyuvantes de una buena alimentación, terminan por imponerse en los hábitos de consumo de la población. Frente a ello, no parecen existir regulaciones adecuadas.

Por otro lado, la “lonchera” que el niño se lleva al colegio parece componerse de alimentos que tampoco contribuyen con la buena alimentación y nutrición, hecho que en buena parte tiene que ver con la falta de tiempo de la madre para preparar otro tipo de alimentos, pero donde seguramente, también está operando el impacto publicitario de las empresas de alimentos al cual ya nos referimos. Por último, otro factor que también parece estar actuando en la misma dirección que los anteriores son las cantinas escolares, las cuales al parecer ofrecen productos de escaso o nulo valor alimentario y nutricional. Todo ello, en conjunto, conforma una estructura de estímulos hacia un consumo inadecuado de alimentos que representa un problema más para la nutrición en el país.

6. Hay una sobre oferta publicitaria que es muy negativa

Antes ese tipo de alimentos (se refiere a los alimentos industrializados) eran bien controlados, ahora hasta el “pepito” tiene hierro. El hierro es malo cuando falta pero también es malo en exceso. Aquí hay un problema con lo que se está permitiendo. Influyen mucho las campañas sobre el consumo de cereales y no se controla por parte del Estado. La publicidad no vemos que vaya hacia el consumo de legumbres y frutas. En zonas como Mérida, producen vegetales y hortalizas y nuestras comunidades no consumen lo que ellos producen. Esto nos lleva a este tipo de problemas, hacemos muchas campañas, tenemos muchas alianzas, pero creo que está faltando algo.

La madre no tiene tiempo entonces lo más práctico es comprar galletas, comprar un jugo, una barra de chocolate. Esas “loncheras” están desmejoran-

do la calidad de la alimentación. Otro problema es la cantina escolar, se refiere a que se ofrecen alimentos sin ningún tipo de orientación y respeto hacia los valores nutricionales. Lo otro es como puede uno luchar contra las transnacionales en el momento cuando sus alimentos se venden en las cantinas escolares.

7.- Contexto

Los procesos de alimentación y nutrición no pueden ser comprendidos ni abordados fuera de su contexto. Con ello nos referimos a que como todo fenómeno humano, la alimentación y la nutrición aún cuando se corresponden con un mundo biológico, también se implican en un ambiente social y cultural, donde lo económico, lo familiar y hasta lo político tienen su peso. En términos generales, casi todo sobre lo que han opinado los participantes, está referido a la población popular que es la mayoría en nuestro país y ello ya de por sí nos da una idea del contexto general en el que se inscriben todos estos problemas. Sin embargo, hemos querido incluir aquí algunas opiniones de participantes que señalaron aspectos muy específicos del contexto que pueden resultar de utilidad para los objetivos del estudio:

¿Cómo la familia ha bajado la protección al niño pre-escolar?

Hay muchas mujeres que se constituyen como el sostén del hogar, que tienen que salir a trabajar y ese niño queda al cuidado de sus hermanitos y hay muchos niños que se auto cuida. En el mejor de los casos, el niño queda al cuidado de una abuela. Hay familias donde hay más hombres que mujeres y la distribución del alimento es diferente, está determinada por la composición familiar. El alimento es un tema sensible, cómo ¿cuánto ganas? o ¿qué edad tienes? es un tema de intimidad. Cuanto más símbolo de status tiene, más delicado es tocar el tema del alimento. Entonces hay que manejarlo con cuidado.

8. Jerarquización de los problemas

Luego de discutir y exponer todos los problemas que los participantes consideran fundamentales dentro del tema de la alimentación y la nutrición, realizaron la siguiente jerarquización:

- Educación / Falta de información
- Forma como se comunica la información
- Desconocimiento de los micronutrientes
- Deficiencia en micronutrientes (hierro y ácido fólico)
- Consumo de grasas
- Contraste déficit-exceso
- Lactancia materna
- Oferta de productos
- Estructura saludable de la dieta
- Higiene

9.- El grupo o población a quién dirigir el mensaje

Aun cuando la población entera debería ser objeto de educación nutricional, los expertos recomiendan dirigir el esfuerzo comunicacional hacia la mujer, sobretodo aquella en edad fértil y hacia la madre. En este sentido, vale la pena insistir en que mientras más se conozca el mundo de vida de esa mujer (representaciones, expectativas, valores, hábitos, relaciones, familia, comunidad, etc.), mejor se podrá dialogar con ella a través del mensaje.

10.- La articulación de esfuerzos

Por último, se quisiera destacar que, para abordar un tema tan complejo como la nutrición y especialmente en lo que se refiere a la Educación Alimentaria y Nutricional, es imposible que pueda ser manejado en su totalidad por un solo actor. Más aún, es necesario evitar la contradicción de mensajes así como la duplicidad de estrategias. Todo ello muestra un amplio panorama que requiere la conjunción de esfuerzos, tanto en el ámbito comunicacional como en muchas otras áreas.

COMENTARIOS FINALES

El problema nutricional en el país, de acuerdo con la opinión de los participantes, es complejo debido a la multiplicidad de factores predisponentes y determinantes del entorno que requieren ser abordados a través de sólidas políticas públicas. Se presenta una situación de franca transición epidemiológica que se revela en la coexistencia de problemas de déficit de nutrientes -con y sin desnutrición-, además de sobrepeso y obesidad. A esto se agrega una cultura que estimula hábitos de consumo y de vida que contribuyen con el incremento de enfermedades relacionadas a la alimentación.

Reportes oficiales, estudios puntuales realizados por institutos, universidades y otros centros del país y el aporte de los expertos consultados, ratifican la complejidad del problema nutricional que afecta sobre todo a los más vulnerables como son la población maternoinfantil, adolescente y los adultos mayores. Los resultados de estos estudios, sin lugar a dudas, proporcionan suficientes insumos para orientar las futuras campañas de educación nutricional, las cuales deben contribuir a mejorar los problemas identificados. Una de las recomendaciones es enfocar la campaña hacia la madre como principal objetivo, ya que sobre ella recae la responsabilidad de la alimentación de sus hijos y de la familia, así como apelar a sus afectos, sentimientos de responsabilidad y preocupación.

Sin embargo, es fundamental el estudio de los esquemas de valores, simbologías, conductas, relaciones, interacciones, hábitos o creencias que sobre los alimentos tiene la población. Esto permitirá elaborar mensajes más eficientes para producir el impacto deseado. Ésta es, sin lugar a dudas, una de nuestras tareas en el próximo período. Otro de los planteamientos es unir esfuerzos para continuar la articulación de la campaña con la normativa oficial y armonizar los contenidos de la información que será difundida.

Perspectivas Socio-Económicas de la Alimentación y la Nutrición en Venezuela

Ernesto Elías De La Cruz Sánchez*

Mayo 2009

*De la manera como las naciones se alimenten
depende su destino*

Brillant-Savarin (1826)

INTRODUCCIÓN

Los problemas asociados a la alimentación, a la nutrición y a la salud a nivel mundial están, arraigados en lo biológico, lo económico, lo ecológico, lo social y lo cultural; los cuales deben ser considerados como una prioridad en las políticas de desarrollo social por los diversos países (Fundación Colombiana para la Nutrición Infantil (s/f). Por otra parte, las conductas en cuestiones de comida reflejan la manera de pensar sobre ella, el grupo en que se nace y se crece determinan lo que produce placer físico y psicológico, los gustos y los hábitos que se han formado en la experiencia personal e individual son inseparables. Además, toda cultura posee un bagaje de leyendas, cuentos, dichos, mitos y juegos que estructuran y dan razón a la existencia de prácticas, de prohibiciones (tabúes) y preferencias alimentarias. Estos referentes han sido considerados -o lo han simulado- en las políticas educativas nacionales

* Profesor en Biología y Ciencias Generales UPEL-IPC. Magister en Educación, mención en Sistema Educativo UBA. Coordinador de la Línea de investigación en Educación Alimentaria y Nutricional. UPEL-IPMJM Siso Martínez, adscrita al Centro de Investigación Juan Manuel Cagigal. Profesor Agregado adscrito a la Universidad Pedagógica Experimental Libertador. E-mail: ernestodelacruz0203@yahoo.es

durante algún tiempo y con mayor o menor resonancia según el caso, pero en realidad han desviado el problema del verdadero nudo crítico, que a nuestro entender, se ubica en la nutrición como problema de la Educación.

Tomar conciencia de la extrema complejidad del hecho alimentario nos obliga a tener en cuenta cuestiones muy diversas, de carácter biológico, cultural, ecológico, tecnológico, económico, social, político e ideológico, en estos referentes aportaremos algunas ideas para la reflexión.

SITUACIÓN DE LA DISPONIBILIDAD Y CONSUMO DE ALIMENTOS EN VENEZUELA

Para el año 2015 se espera para el conjunto de América Latina, un incremento en la disponibilidad de cereales, aceites vegetales, carne y leche, y una disminución de raíces, tubérculos, plátanos, y leguminosas. Aunque desde el punto de vista nutricional algunos de estos pronósticos resultan poco probables, la FAO se muestra optimista sobre la posibilidad de alcanzar en el 2015 las 3.000 calorías por persona y día. Ya que cuando el mismo se ubica en las 2.451 calorías, la insuficiencia nutricional afecta un estimado de entre el 7 al 23% de la población y cuando se ubica en 2.040 calorías, el porcentaje de personas potencialmente subnutridas se ubica entre el 30 y el 42%. FAO (1996).

Adicionalmente a lo anterior, Machado-Allison (2007), reporta que en Venezuela para los años 2002 y 2003 el consumo per./capital de alimento se ubicaba en 604,7 Kg, equivalente a menos de 2.400 calorías diarias, es decir, un 20 por ciento menos de lo deseable. Estos valores señalan que en nuestro país hay hambre y ésta, evidentemente, es consecuencia de la pobreza y de la inequidad en la distribución del ingreso, situación potencialmente a agravarse en el escenario de la actual crisis mundial.

La disponibilidad para el consumo de alimentos (DCA) es la cantidad de un alimento o grupo de alimentos en particular, de energía alimentaria o de algún nutriente específico, que está disponible para el consumo humano,

a nivel de venta al detal, para la población del país o por persona, por unidad de tiempo. Este consumo es estimado a través de las Hojas de Balance de Alimentos (HBA) ya que permiten conocer desde un punto de vista macroeconómico general, la magnitud y la estructura de la disponibilidad alimentaria promedio para consumo de la población de un país, a nivel de venta al detal (Ablan y Abreu, 2007).

Al revisar las hojas de balance de alimentos (HBA) elaboradas por el Instituto Nacional de Nutrición (2009), se pueden extraer una serie de datos sobre la situación de la disponibilidad de alimentos y con especial interés el aporte energético de los alimentos disponibles en Venezuela, los cuales se reportan en el cuadro N° 1.

En primer lugar se observa que aunque los valores de calorías disponibles per./ capital han aumentado en el quinquenio (de 2.095 a 2.534), aún se encuentran por debajo de las metas mundiales (3.000 cal/per/día), lo cual coincide con lo planteado por Machado-Allison (2007). Lo que proyectaría de acuerdo con la FAO (1996) un porcentaje cercano entre el 25% al 30% de la población venezolana con deficiencias importantes de energía y por ende subnutridas.

El segundo aspecto a considerar, es lo relativo a la procedencia de la energía aportada por las disponibilidades de los alimentos a través de la importación, que para el año 2004 alcanzaba el 46%, se redujo en 35% para el 2005 y ha experimentado importantes incrementos en el 2006 con un 38,5% y en el 2007 con un 43,7%, aún se ubican en una significativa dependencia de la importación de alimentos para suplir la producción nacional. Si proyectamos la tendencia mundial a un sostenido incremento en el consumo de alimentos, con nuevos y mayores requerimientos por parte de los países asiáticos, aunado con la tasa interna de crecimiento (la cual se estima alcance de 27 millones de habitantes en el 2006 a 32 millones en el 2018).

Para producir los alimentos que necesitamos se requiere, en opinión de Montilla (2004), políticas agroalimentarias y demográficas sostenidas y congruentes, la industrialización de la agricultura mediante la construcción de

Cuadro N° 1. Procedencia y Fórmula Calórica (calorías/persona/día y porcentaje) asociadas a las disponibilidades de alimentos en la República Bolivariana de Venezuela para los años 2002, al 2007, a partir de las hojas de balance de consumo de alimentos elaboradas por el Instituto Nacional de Nutrición (INN).

AÑOS	Aporte Total Energía aportada por la disponibilidad de alimentos Caloría/persona/día	Procedencia de la Energía aportada por la disponibilidad de alimentos (Calorías/persona/ día y porcentaje)	Fórmula calórica asociada a los aportes nutricionales de las disponibilidades alimenticias				
			Producción Nacional	Importación	Proteínas	Grasa	Carbhidratos
			834		252	605	1.23
2002	2.095	(59,7%)	(40,3%)	(12,0%)	(28,9%)	(59,1%)	1.384
2003	2.258	(55,8%)	(44,2%)	(12,0%)	(26,7%)	(61,3%)	1.425
2004	2.437	(54,0%)	(46,0%)	(11,3%)	30,2%	(58,5%)	1.477
2005	2.355	(64,7%)	(35,3%)	(11,5%)	(25,8%)	(62,7%)	1.473
2006	2.468	(61,5%)	(38,5%)	(11,6%)	(28,6%)	(59,7%)	1.499
2007	2.534	(56,3%)	(43,7%)	(12,3%)	(12,3%)	(59,4%)	

Fuente: Instituto Nacional de Nutrición (2009). Hojas de Balance de alimentos. Años reportados: 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007.

toda la infraestructuras requerida para la producción agrícola, la intensificación del uso de los insumos tecnológicos y la urbanización del medio rural. Se concluye que la situación no se percibe como prioritaria o con claras posibilidades de solución o respuesta en las políticas actuales.

Y en tercer lugar se evidencia, que al revisar la fórmula calórica asociada a los aportes nutricionales el porcentaje mayor lo representan los carbohidratos como fuente de energía; dentro de estos alimentos se destacan por su aporte energético, (más del 50%) que para los seis años en promedio reportan: la harina precocida de maíz (14,7%), el azúcar refinado (10,9%), la harina de trigo en panadería (7,9%), el aceite vegetal (mezclado) (6,5%), el arroz pulido (8,6%) y la harina de trigo en pastas alimenticias (4,1%). Lo que establece una tendencia en el consumo de alimentos basado en los cereales como fuente principal de aporte energético, siendo este grupo de alimentos particularmente sensible a la importación la cual se acerca al 40%. Todo ello nos lleva a considerar la situación alimentaria en Venezuela como una situación preocupante la cual se transformaría en una crisis si no se implementan políticas integrales al respecto, dentro de las cuales deben insertarse las referidas al sector educativo.

Como evidencia de lo descrito, cabe destacar las estadísticas acerca de las principales causas de mortalidad, registrada y diagnosticada, en la República Bolivariana de Venezuela en el año 2008, donde se ubican a las enfermedades del corazón (20,61%, 1º lugar), cáncer (14,81%, 2º lugar), enfermedades cerebrovasculares (7,49%, 5º lugar), y diabetes (6,28%, 6º lugar). (Gobierno Bolivariano de Venezuela, 2008).

A este respecto al revisar las políticas alimentarias y nutricionales en la Revolución Bolivariana y el Plan Estratégico Nacional de Nutrición 2007 – 2008, para el Gobierno Bolivariano de Venezuela (2007). Se destacan como objetivos del Plan, el logro de un perfil nutricional óptimo como parte del derecho a la salud. Para el logro efectivo de este fin son necesarias establecer y posicionar claramente, líneas de nutrición en las políticas de salud pública.

Entre ellas, hay dos componentes claves para la nutrición: la alimentación y la nutrición propiamente dicha. La alimentación tiene como centro el

abastecimiento adecuado, suficiente y de calidad de los alimentos a nuestra población. La nutrición tiene dos grandes dimensiones: la promoción de la salud y la prevención, que son el componente central teniendo al poder popular como protagonista fundamental y la rehabilitación que es toda la actividad institucional que se realiza desde el Ministerio de la Salud para reparar el daño nutricional ya existente en déficit o exceso y sus consecuencias. A partir de aquí surgen tres líneas estratégicas; (a) Masificación de hábitos y prácticas nutricionales: Cultura Nutricional, (b) Investigación y Monitoreo, y (c) Redes Nutricionales Especializadas, dentro de estas líneas estrategias se destaca como tarea fundamental el desarrollo de acciones concretas para avanzar en la promoción de una nutrición sana. Ello tiene como actividades centrales la educación, particularmente la educación social y la investigación para la acción relativa a alternativas de solución para la formulación y desarrollo de políticas nutricionales adecuadas y pertinentes (Gobierno Bolivariano de Venezuela, 2007).

Desde otra perspectiva, es importante señalar lo planteado por Valiente (citado por García, 2005). El cual propone enfocar el problema a partir del análisis de los factores determinantes del estado nutricional y la vía para analizar las causas de la desnutrición, organizándolas en aquellas que determinan la disponibilidad de alimentos (factores ecológicos, técnicas agrícolas, tecnología de alimentos, métodos de almacenamiento, etc.), el consumo de alimentos (niveles de ingreso, conocimientos y hábitos alimentarios, distribución intrafamiliar, prácticas de amamantamiento, entre otros) y utilización biológica (estado de salud, control de enfermedades, higiene de los alimentos, disponibilidad de servicios en la vivienda como agua, adecuada disposición de excretas, etc.). La conjugación de estos grupos de factores configura el panorama del estado nutricional individual y colectivo y contribuyen al estudio de las causas de la desnutrición, eje central de políticas viables de desarrollo humano.

Como orientación a la consolidación de políticas congruentes la FAO (1996) establece el término de seguridad alimentaria. La seguridad alimentaria se define como “*La capacidad que tienen los habitantes de un país para acceder en todo momento a una ingesta suficiente y sana de energía alimentaria y de nutrientes que permita llevar una vida activa y saludable*” (p. 2).

En esta definición se observa la presencia de tres dimensiones: (a) la dimensión de disponibilidad (oferta) suficiente de alimentos al nivel nacional y local para satisfacer las necesidades de consumo de cada habitante. (b) la dimensión de estabilidad de la disponibilidad. Es decir, la reducción al mínimo de la probabilidad de que, en años o temporadas difíciles, el consumo de alimentos pueda descender por debajo de las necesidades de consumo, y (c) la dimensión de acceso, que debe garantizar acceso físico y económico a una ingesta suficiente de alimentos. La FAO enfatiza que a pesar de existir suficiente oferta (disponibilidad abundante) muchas personas pueden estar en situación de inseguridad alimentaria porque no tienen los ingresos o carecen de recursos para producir o comprar los alimentos que requieren para llevar una vida activa y saludable.

Para aportar insumos para su comprensión analizaremos algunas de las variables que inciden en la consolidación de la seguridad alimentaria y que a nuestro entender deben ser prioridad en las políticas alimentarias de nuestro país. Así, Gutiérrez (2005) señala que el sistema alimentario nacional está conformado por un conjunto de actividades de producción, distribución de insumos y bienes agroalimentarios y de actores que se interrelacionan para tratar de cumplir los objetivos fundamentales de dicho sistema. El sistema alimentario nacional está influenciado e influye sobre los entornos nacional e internacional. Así como la política fiscal, la política monetaria y crediticia, la política salarial y la política de comercio exterior y, en particular, los principales “precios macroeconómicos” (tasas de interés, tasa de salarios y tipo de cambio) inciden de modo tan significativo en los precios relativos de los alimentos, en los términos de intercambio rural urbano y en el poder de compra de los consumidores, que buena parte de la política alimentaria debe dedicarse a corregir los efectos indeseados de las políticas indicadas.

Otro elemento lo presenta Montilla (2004), para quien es necesario enfatizar que el fracaso agrícola en Venezuela resulta incomprensible al constatar que se cuenta con extraordinarios recursos naturales, incluyendo aproximadamente 58 millones de hectáreas aptas para la agricultura vegetal, forrajera y forestal; más de 50.000 m³ de agua dulce reciclable/persona/año y con las segundas reservas más altas de roca fosfórica en el continente. Se cuenta

además con una inmensa riqueza petrolera y gasífera que generan enormes recursos financieros que deberían utilizarse para construir la infraestructura que soporte el desarrollo agrícola y el desarrollo rural. Pero no ha ocurrido así, al contrario, se continúa privilegiando la importación masiva de todo género de automotores, bienes suntuarios y bebidas alcohólicas. Se ha abandonado la agricultura y el medio rural creando agudos problemas que han resultado en una acelerada migración campesina, contándose hoy en día con sólo el 8,8% de la población económicamente activa ocupada en agricultura, el área cosechada por habitante de 2600 m² en 1950 se reduce a escasos 740 m² en la actualidad; el uso del riego, los fertilizantes, las semillas certificadas y los biocidas es marginal, y también lo es la atención que se presta a la investigación y la extensión agrícola.

Por otra parte, Soto de S., Fiegueroa y López (2006), destacan a la pobreza como la causa principal de la inseguridad alimentaria, ya que limita el acceso de la familia a una alimentación suficiente, sana y adecuada y le impide además, disfrutar de otros factores complementarios y relacionados con la alimentación, el aprovechamiento biológico de los alimentos y el bienestar del grupo familiar, tales como son: acceso a la salud, a la educación y a otros bienes y servicios. En este mismo contexto, Gutiérrez (2005) considera que los factores que determinan el poder de compra alimentario de los hogares, y por ende el acceso a los alimentos, han tenido a lo largo del período 1999-2003 un comportamiento adverso. Mientras el ingreso per cápita y los salarios reales disminuyeron, la tasa de desempleo aumentó entre 1998 y 2003. Adicionalmente, a partir del año 2001, la tasa de inflación de alimentos y bebidas no alcohólicas ha sido mayor que la tasa de inflación general lo que implica que los precios reales de los alimentos se han incrementado con su consecuente efecto negativo sobre la demanda de alimentos, ya de por sí mermada debido a la baja de los salarios reales, del ingreso per cápita y el incremento del desempleo.

Estos hechos referidos: (a) bajo aporte energético per cápita, (b) altos porcentajes de alimentos importados, (c) ausencia de políticas macroeconómicas integradas en materia agroalimentaria, (d) la falta de una clara comprensión de los componentes y factores que intervienen en el sistema alimentario

venezolano, (e) la situación vulnerable del sector agrícola, (f) la pobreza, (g) la inseguridad, (h) los indicadores de inflación el alza y la caída del ingreso real, (i) la extrema dependencia de los altos precios del petróleo, considerados coyunturales por algunos analistas, y evidenciados como tales en los últimos meses, (j) la falta de un ambiente económico-social estable con reglas claras que atraigan la inversión, (g) el alto costo de inversión social, en materia de subsidios directos de alimentos a los sectores de bajos ingresos, a través de: misión alimentación, Red Mercal, mercados PDVAL entre otros, que hace difícil su sostenibilidad en el tiempo y (g) la situación mundial en materia de alimentos, insumos, demográficos, políticos y ambientales, hacen pensar que la seguridad alimentaria del venezolano se encuentra en un camino de incertidumbre y constituye una situación preocupante y tal vez hacia una crisis de enorme impacto si no se comprende el problema y se interviene a tiempo. Una de las dimensiones de urgente intervención lo constituye la educativa la cual deberá aportar soluciones desde perspectivas más consolidadas y congruentes con el resto de los sectores involucrados, desde las políticas de formación a nivel macro, hasta las de ejecución, participación y desarrollo de estrategias integrales a nivel micro.

REFLEXIONES FINALES

La ingesta de alimentos no se reduce únicamente a satisfacer una necesidad biológica, sino que se relaciona con la toma de decisiones en los planos psicológicos y culturales. No sólo satisfacemos el hambre, también, ingerimos los alimentos que nos gustan, buena parte de los cuales forman parte de la cocina a la que estamos acostumbrados por tradición.

Debemos entender que las formas de aprovisionamiento y tratamiento de los alimentos dependen, en buena medida, de las disponibilidades ecológicas, y de los equipamientos tecnológicos de cada sociedad, en función del tipo de hábitat y de sus condiciones particulares de existencia. Por otra parte, las condiciones de existencia varían a lo largo del tiempo y del espacio. Por esta misma razón, la alimentación debe ser analizada en relación con las acti-

vidades de producción y de reproducción, que ocupan un lugar central en la vida humana. En esta línea hay que situar los factores de origen económico y político que llevan a determinar en una sociedad qué alimentos se han de producir, distribuir o consumir.

Profundizar en el estudio de los problemas actuales de disponibilidad de alimentos, equidad y calidad en la ingesta calórica, la producción y distribución de alimentos; deben partir de que los mismos están arraigados en problemas de dimensiones socio-económicos e histórico-culturales, no sólo a nivel local sino mundial, y para ello deben consolidarse políticas públicas agroalimentarias coherentes y la participación de los diferentes actores (públicos y privados), de lo contrario sólo encontraremos respuestas más no soluciones a largo plazo a los problemas de seguridad alimentaria que enfrentaremos -o ya enfrentamos-.

Si bien la educación en materia alimentaria y nutricional no es la respuesta total a los problemas que se presentan por carencias o excesos en el consumo, sí constituye un aspecto sustantivo de la educación formal. Por ello, la educación en nutrición debe propiciar un sistema de actividades y de comunicación donde el pensamiento reflexivo y el creativo se desarrollen a la par de una actitud coherente, con el devenir actual y la función fundamental de la educación como formadora del Hombre.

Problematizar el acontecimiento educativo a partir de un análisis que incorpore nociones, conceptos y categorías con las cuales el enseñar buenos hábitos alimentarios, exprese o se caracterice por nutrirse de relaciones, matices discursivos e incidencias sociales, constituyendo esto un nivel de análisis necesario para delinear ciertas claves socio-pedagógicas de lo escolar en el ámbito de la nueva educación nutricional.

En síntesis, la alimentación es algo más que una necesidad fisiológica ya que para cada individuo tiene numerosas significaciones emotivo-simbólicas y sociales que se inician desde el período de la lactancia materna, configurando una fuerte señal de cultura e identidad. La mayoría de las personas comen lo que aman con preferencia, a lo que les gusta con independencia en muchos

casos de su bondad nutricional. Por lo cual, cuando se quiere emprender una campaña o programa de educación nutricional, es muy importante conocer los aspectos simbólicos que los alimentos revisten, los hábitos alimentarios que han sido estandarizado en el curso de toda evolución, las dimensiones ecológico-ambientales, las variables económicas propias de la región, las características del sistema alimentario, las políticas en materia alimentaria nacional y local, no como aspectos separados sino integrados, donde el docente deberá ejercer una función vital y las instituciones de educación superior tienen el compromiso de formarlos en este devenir propio de la alimentación en el siglo XXI.

REFERENCIAS

- Ablan, E. y Abreu, E. (2007). Venezuela: Efectos nutricionales de los Cambios alimentarios, 1980-2005. *Agroalimentaria*, 24, p. 11-31.
- FAO. (1996). *Cumbre Mundial sobre la Alimentación, Roma*. Disponible: <http://www.rlc.fao.org/prior/segalim/default.htm>. [Consulta: 2007, Diciembre 15]
- Fundación Colombiana para la Nutrición Infantil. (s/f). *La alimentación y nutrición infantil* [Documento en línea]. Disponible: http://www.coalimentación.com/?page_id=36 [Consulta: 2005, Agosto 11]
- García, M. (2005). Desnutrición ¿Por qué existe? *An Venez Nutr.* [online]. (1), 69-71. Disponible: http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-7522005000100013&lng=es&nrm=iso. [Consulta: 2008 Marzo 14]
- Gobierno Bolivariano de Venezuela. (2007). *Las políticas alimentarias y nutricionales en la Revolución Bolivariana. Análisis desde el Instituto Nacional de Nutrición. Perfil nutricional periodo 1999-2006. Plan Estratégico Nacional de Nutrición 2007-2008*. Caracas: Autor.
- Gobierno Bolivariano de Venezuela. (2008). *Anuario de Mortalidad*. Caracas: Ministerio del Poder Popular para la Salud.
- Gutiérrez, A. (2005). Políticas Macroeconómicas que Impactan la Seguridad Alimentaria. *An Venez Nutr.* [online], vol.18, (1), 18-30. Disponible: http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522005000100005&lng=es&nrm=iso [Consulta: 2008, Marzo 14]

- Instituto Nacional de Nutrición. (2009). *Hojas de Balance de alimentos. Años 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007*. Caracas: Autor.
- Machado-Allison, C. (2007). *Consumo de alimentos en Venezuela*. Serie políticas públicas. Caracas: Ediciones IESA.
- Molina, L. E. (2002). Reflexiones sobre la situación alimentaria internacional y la seguridad alimentaria *Agroalimentaria*. N° 15, 75-85).
- Montilla, J. (2004) La Inseguridad Alimentaria en Venezuela. An Venez Nutr. [online]. Enero. vol.17, no.1, p.34-41. Disponible: http://www.scielo.org/ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522004000100006&lng=es&nrm=iso. [consulta: 2008 Marzo14].
- Soto de S., I., O. Figueroa, y A. Lopez, (2006). Seguridad alimentaria en los hogares de niños atendidos en una consulta de nutrición, crecimiento y desarrollo. An Venez Nutr. [online], vol.19, no.2 p.61-68. Disponible: http://www.scielo.org/ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522006000200002&lng=es&nrm=iso. [Consulta: 2008 Marzo 14].

Del Sancocho a la Espuma: Innovación vs Tradición o el decir de las relaciones sociales

Jenny Fraile Velásquez*

Mayo 2009

INTRODUCCIÓN

Pensar en el ser humano conlleva asociarlo a hechos culturales, a ver como éste en su devenir ha ido influyendo en su entorno ajustándolo a su conveniencia, sus necesidades y a su nivel de desarrollo. En el proceso evolutivo que permitió la diferenciación de una de las especies de primates superiores en homínidos y de éste el trayecto hacia el hombre, hay dos hechos antropológicos que lo marcan y diferencian de los demás animales y son indiscutiblemente: la palabra y la cocina.

Al respecto señala Cordón (1979) que “la palabra ha supuesto un cambio radical en la naturaleza del homínido (su transformación cualitativa en hombre)” (p.109). El homínido que descendió del árbol, se trasladó en busca de nuevas formas de alimentarse, que no sólo respondía a la necesidad biológica de ingerir alimentos a fin de mantener la energía y desplazarse en su territorio. Inició un proceso de diferenciación, de qué se puede y qué no se puede comer, los adultos instruirían a los más jóvenes trascendiendo el hecho de comer para subsistir. Luego con el descubrimiento del fuego, que le sirvió de mecanismo de defensa contra otras especies animales que le asechaban

* Profesora de Educación Integral y cursante del Doctorado en Cultura Latinoamericana y del Caribe. Coordinadora Nacional de Proyectos Especiales del Vicerrectorado de Extensión-UPEL (2008). Actualmente desarrolla los Proyectos: La Narración Oral como herramienta para fomentar la lectura y Del Fogón a la Palabra: Glosario de Unidades Fraseológicas motivadas en el contexto culinario. Adscrita al departamento de Expresión y Desarrollo Humano en el Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez. jennyfraile@yahoo.com.

determinó un cambio cualitativo que definitivamente distanciaría al homínido de los demás animales.

Para Cordón (*ob.cit*) “el hambre es, junto al fuego, otra condición indispensable para el descubrimiento y arraigo de la actividad culinaria” (p.112). De manera que el cocinar y procesar sus alimentos obligaría al surgimiento de la palabra, para a través de ésta planificar la caza y la recolección que luego darían lugar a la domesticación de algunas especies y al posterior surgimiento de la agricultura; hechos que además marcarían la diferencia entre las culturas nómadas y las sedentarias con todos sus roles y diferenciaciones sociales, que en definitiva determinarían las características definitorias de las civilizaciones.

El desarrollo de la humanidad reflejado en: la invención culinaria, el surgimiento de la palabra y la modificación de toda la conducta debido al asentamiento y costumbres del homínido devenido en hombre, es lo que llamamos cultura; ya que ésta, según Montanari (2004) “se encuentra en el punto de intersección entre la tradición y la innovación” y sin duda alguna la alimentación ha generado todo un conjunto de tradiciones e innovaciones que han permitido la invención de diferentes técnicas, utensilios y modos de vida que distancian al hombre del resto de los animales.

La diversificación de la forma de obtener los alimentos, sus preparaciones y las tradiciones culinarias también influyeron en la distinción de las clases sociales en todas las épocas y civilizaciones. La posesión de la sal, especias, azúcar o miel marcaba la distancia entre una clase social y otra, tanto en las sociedades europeas, asiáticas, africanas como en las americanas. Cartay (1991) en *Historia de la alimentación del nuevo mundo* reporta como la dieta y el consumo de diferentes alimentos distinguían los distintos estratos en sociedades como la azteca.

Es entonces, según lo expuesto hasta el momento, lícito sostener que el hecho culinario, en palabras de Cordón *ha hecho al hombre* y ha definido no sólo el surgimiento de la palabra sino de todo un conjunto de condiciones, costumbres y tradiciones que permiten ver en ella un evento cultural que da pie para ahondar y profundizar en cómo ésta se ve reflejada en la palabra, en

sus combinaciones de recursos, ingredientes y técnicas que permiten, como dice Montanari (*ob.cit.*), mantener la cultura en el equilibrio o fusión entre la tradición y la innovación, y más aún establecer el nivel social en función del menú, los utensilios empleados por los grupos humanos.

En la cultura medieval europea, los alimentos de caza eran preferentemente los que constituían el menú de las clases altas, oligarcas, mientras las comidas de olla, que ameritaban el ahorro y aprovechamiento de lo más mínimo de los elementos constitutivos de los menús de las clases campesinas o más pobres. Por aquellos años el pan blanco era beneficio y placer exclusivo de las clases monárquicas mientras que el proletariado, el campesino elaboraba sus panes con otros cereales o una mezcla de ellos. Sin embargo, hoy en día con la democratización de los cultivos, el pan negro es disfrutado por clases más pudientes que logran acceder a los panes artesanales o de alto contenido de fibra que otrora eran indicadores de bajo estrato socioeconómico y hoy elitesco o de costumbres alimenticias orientadas hacia la salud o quizás más al objetivo de mantenerse dentro de los cánones estéticos impuestos por modelos foráneos.

Pero no sólo en la Europa medieval se daban estas distinciones, ya que desde antes de la llegada de los europeos a territorio americano se tenían rutinas y costumbres que diferenciaban a los pueblos, a las regiones, tal como lo señala Cartay (1991):

La dieta de los grupos precolombinos era, pues, rutinaria carente en muchas partes de proteínas animales...en América del Norte y Central se consumían especialmente, maíz, frijoles, calabazas y ajíes...en el norte de América del Sur predominaba el consumo de yuca, maíz, frijoles, calabaza y ají. En la América andina eran consumidos la papa, el maíz, el frijol, la achira, la quinoa y el ají. En las islas caribeñas era notable el consumo de yuca y batata. (p.35)

Pero además de tener cada zona su particularidad, la comida o los alimentos que conformaban el menú eran, como siguen siendo hoy en día, un marcador o diferenciador social. Al respecto indica Cartay (*ob.cit.*): “la gente común comía tortillas de maíz, frijoles, salsa de chile y tomates, a veces ta-

males y rara vez carne de caza” (p.45); tal como era en Europa así fue en la América Precolombina. Indica este autor párrafos más adelante que:

La alimentación de la clase real era, pues, más variada y copiosa que la del pueblo. Comían maíz asado, hervido o reducido a harina. Con los granos de quinoa, de achita, de cañahua, se hacía una harina para preparar sopa, acompañada de otras legumbres y féculas. Los frijoles se comían asados o cocidos, sazonados con sal y ají (uchú). La papa se comía cocida o asada, y también en los guisados. (p.48)

Es decir, la alimentación de las clases sociales bajas era básicamente vegetariana con una deficiente ingesta de proteínas, caso muy parecido al europeo, sin que para esa época se pudiese adjudicar tal conducta a una copia del modelo foráneo y con una tendencia eurocentrista. Es en estos dos detalles en los que se concentra la inquietud que orienta esta disertación. Por un lado, el enfoque eurocentrista y, por el otro, la diferenciación social presente en los menús.

Mucho se ha hablado de la visión eurocentrista y como ésta ha afectado todos los ámbitos de nuestras sociedades latinoamericanas y caribeñas, quienes siguen las pautas, políticas y costumbres presentadas o propuestas bien sea por Europa, bien sea por algún país de los llamados del primer mundo.

Sin embargo, se comparte la visión propuesta por Lovera (2006) en *Dependencia alimentaria: Europa vista desde América*, en este ensayo propone una nueva mirada, una postura que voltea la tortilla, y se torna interesante y reveladora. Interesante porque demuestra como definitivamente América entró en Europa y la tomó para sí de tal forma que ni europeos ni americanos parecen tener conciencia de ello.

Es reveladora porque da cuenta de cómo América al entrar de esa forma solapada cambió sus hábitos alimenticios, sus preferencias culinarias, sus gustos y sus recetas. De alguna manera solo se hace énfasis en la dominación cruenta, violenta y devastadora de cual fue víctima la América toda, pero no se habla a esta otra dominación, quizás porque la historia es escrita desde la posición del vencedor.

Para ilustrar esta propuesta de Lovera es menester realizar el siguiente ejercicio sugerido por el historiador:

Para disipar dudas basta que hagamos mentalmente un sencillo experimento: tomemos un número considerable de libros de cocina europeos y suprimamos de sus recetas los ingredientes de proveniencia americana, como la papa, el cacao (que conlleva el chocolate), la vainilla, el tomate, el pavo, el maní, la papaya o lechosa, el aguacate, la piña, la parchita y cualquier otro ingrediente de nuestro continente, ¿Qué quedaría?. (p.43)

Sin olvidar, claro está, a la papa y al maíz. Entre toda esta larga lista de alimentos que constituyen desde entonces elementos primordiales y esenciales de las mesas europeas; bien vale la pena preguntarse: ¿Hay o no hay razones suficientes para volver la mirada y ver a Europa desde América?, ¿es absurdo pensar y defender una visión americanocéntrica? ¿Vale la pena seguir luchando con la visión eurocentrista o es mejor comenzar a mirar y reforzar desde América y valorar nosotros mismos nuestros aportes? ¿Qué nos detiene para vernos como iguales, real dominación o un apego a la postura de la víctima?

Estos cambios en los hábitos alimenticios pueden obedecer entre otras razones al hecho de que en la última década, en Venezuela y en el mundo, se ha dado un fenómeno que ha revitalizado el hecho de estudiar cocina. El oficio de cocinero se ha reivindicado y ha salido a la luz como una actividad de prestigio y hasta snob.

Ésta, ya no es una tarea de mujeres poco perfumadas; ya no queda el cocinero como el mago oculto que realiza una suerte de alquimia transformando ingredientes cotidianos en platos valiosos al paladar sino que incluso puede verse que en la mayoría de las revistas impresas, noticieros, programas de variedades en televisión y en la radio, existe un micro, una columna, de algún chef conocido o reconocido que explique y ostente la realización de una receta y de cómo presentarla para que además sea agradable a la vista, constituyéndose en una obra bien diseñada y estructurada.

Este auge en los medios ha traído el surgimiento de escuelas especializadas en la formación de cocineros y cocineras, lo cual ha permitido el repunte como carrera y opción de vida, el acercarse a la cocina.

En Venezuela se han publicado libros que giran en torno a la cocina como: *Geografía Gastronómica*, León (1984) dibuja la geografía a partir de los platos típicos de las regiones; *Historia gastronómica en Venezuela* de Lovera; *Diccionario de cocina venezolana*, Cartay (2005) registra el significado de utensilios y artefactos, técnicas y procedimientos, ingredientes, platos y bebidas, pero no registra unidades fraseológicas; *La tradición culinaria en Petare*, Méndez (2005) presenta un conjunto de recetas típicas de la región petareña; *Nuestros alimentos ayer, hoy y mañana*, Jaffé (2002) presenta un estudio de los alimentos desde el punto de vista nutricional plasmando las características de la dieta venezolana (carencias y nutrición balanceada). Pero en estos textos no se reivindica la identidad nacional expresada en la gastronomía como otros pueblos latinoamericanos como es el caso de Perú y México, quienes valoran su identidad expresada en la cocina y hoy en día los platos no describen las brechas sociales que en otra época existía, ya que son su bandera de presentación ante el mundo contemporáneo.

De hecho, así lo demuestran los estudios reseñados en el discurso de incorporación a la Academia de la Lengua Peruana de Leuridan (2006) quien expone:

...que la gastronomía encierra un mundo de sensaciones, de gestos y de representaciones que echa raíces en lo más profundo del ser humano. Las lenguas son testigo de ello. Y el quechua, por ejemplo, no es una excepción. Lo demuestra el libro de la “Cocina peruana. Análisis Semántico del Léxico de la Cocina en Lengua Quechua” que hemos publicado en colaboración con la Academia de la Lengua.

El autor indicó que no sólo en el Perú se han investigado a los quechuas sino que de igual forma se han elaborado estudios en otras etnias. Existe el plan de elaborar el Diccionario Gastronómico peruano, ya que al evolucionar la gastronomía con sus técnicas, utensilios, platos de la misma forma ha evolucionado el lenguaje, inscribiendo nuevos términos que le designan. Cierra su discurso realizando una nueva analogía entre la lengua y la pintura, expresando: “Como la lengua, la paleta del pintor sirve para descubrir un ente imaginario. El literato lo hace con palabras; el pintor, con colores y el juego de luz y sombras.” A lo que cabe añadir, el cocinero con la combinación estratégica

de los alimentos, juega con sus colores, sabores, texturas así como el literato juega con palabras y el pintor con colores, luces, sombras.

Sin embargo en los restaurantes, al menos los caraqueños, guiados por chefs venezolanos evitan en sus menús los platos típicos de nuestra cultura, el pabellón, los sancochos-hervidos, dulces, quedan relegados a restaurantes menos refinados o si son incluidos sufren variaciones en su presentación y nombre: espuma de auyama, timbal tricolor en una suerte de disfraz, que en nada revela la riqueza de la gastronomía venezolana entorno a las comidas de olla, que incluso ha migrado hacia la palabra en expresiones como: *hacerlo su sopa, más sudado que tapa e´mondongo, échale agua al caldo para que rinda, el que llega tarde no toma caldo, lo agarraron de sopita, gallina vieja da buen caldo, más duro que sancocho de pato, ya sé quién te pone el huevo sopa maggie*, entre otras.

En entrevista realizada al chef Sumito Esteves (febrero, 2007), éste reportó que quizás en las cartas no se incluía la palabra sancocho por su relación directa, y casi inmediata, a la ingesta de bebidas alcohólicas, y no a la evocación del compartir, del aire festivo que rodea a la elaboración del sancocho. Sin embargo, una de las entradas más populares desde restaurantes de menú ejecutivo hasta los más sofisticados, es sin duda *la sopa del día*, la cual variará de nombre y presentación dependiendo del estatus del restaurante al cual se acuda.

Así en un mercado podrá encontrar una sorprendente cazuela de plástico o barro, dependiendo de la zona del país, colmada de un caldo en el cual conviven verduras, compuesto y la *pieza* o parte proteica del plato. En arepas o ventas de pollo en brasa no se hace esperar un enorme plato hondo contentivo del restaurador alimento acompañado de una arepa o porción de casabe, más en un restaurante un poco más refinado tenderán a afrancesar el plato y sus porciones o a presentarlo en forma de crema coronada de crotones de pan y queso parmesano.

Hervidos, sancochos, cruzados, consomés, cremas y el importado chupe debaten sus puestos en las cartas u ofertas gastronómicas de los locales, pero ciertamente en la memoria colectiva están las reuniones bien a orilla de río o en *ca´mi tía* o el domingo familiar donde la abuela o luego de una fiesta, para

en una especie de todos ponen compartir el calor del afecto, cucharada tras cucharada.

REFERENCIAS

- Cartay, R. (1991). *Historia de la alimentación del Nuevo Mundo*. Caracas: Editorial Futuro, C.A.
- Cordón, F. (1979). *Cocinar hizo al hombre*. Barcelona: Tusquets Editores.
- Leuridan, J. (2006). *Discurso de incorporación como miembro honorario de la academia de la lengua peruana: Gastronomía y Lenguaje*. Disponible en:<http://academiaperuana-delalengua.org/documentos/leuridan/incorporacion>. [Consulta: 2009, Febrero. 15].
- Lovera, J. R. (2006). *Gastronáuticas. Ensayos sobre temas gastronómicos*. Caracas: Bigotteca.

Enfermedades alimentarias y la conservación de alimentos

José Mercedes Marcano Torcat *

Mayo 2009

Las *Enfermedades Transmitidas por Alimentos* (ETA) pueden generarse a partir de un alimento o de agua contaminada. Son llamadas así porque el alimento actúa como vehículo de transmisión de organismos dañinos y sustancias tóxicas.

Un brote de ETA se da cuando dos o más personas sufren una enfermedad similar después de ingerir un mismo alimento y los análisis epidemiológicos señalan al alimento como el origen de la enfermedad, que luego es confirmado por el laboratorio.

Las ETA pueden manifestarse a través de:

- *Infecciones transmitidas por alimentos*: son enfermedades que resultan de la ingestión de alimentos que contienen microorganismos perjudiciales vivos. Por ejemplo salmonelosis, hepatitis viral tipo A y toxoplasmosis.
- *Intoxicaciones causadas por alimentos*: ocurren cuando las toxinas o venenos de bacterias o mohos están presentes en el alimento ingerido. Estas toxinas generalmente no poseen olor o sabor y son capaces de causar

* Licenciado en Biología. Especialidad en Tecnología de Alimentos. Magíster en Gerencia Educativa y Magíster en Educación Superior. Profesor Agregado del Instituto Pedagógico de Miranda "José Manuel Siso Martínez". Coordinador de la línea de investigación en Educación Alimentaria y Nutricional. 2008-2009. Adscrito al Centro de Investigación Juan Manuel Cagigal. email: jmmtorcat@yahoo.es

enfermedades después que el microorganismo es eliminado. Algunas toxinas pueden estar presentes de manera natural en el alimento, como en el caso de ciertos hongos y animales. Ejemplo: el botulismo, intoxicación estafilocócica o toxinas producidas por hongos.

- *Toxi-infecciones causadas por alimentos:* es una enfermedad que resulta de la ingestión de alimentos con una cierta cantidad de agentes causantes de enfermedades, los cuales son capaces de producir o liberar toxinas una vez que son ingeridos. Ejemplo: el cólera.

Para las personas sanas, la mayoría de la ETA son enfermedades pasajeras, que sólo duran un par de días y sin ningún tipo de complicaciones. Pero algunas ETA más graves pueden llegar a ser muy severas, dejar secuelas o incluso hasta provocar la muerte en personas susceptibles como son los niños, los ancianos, mujeres embarazadas y las personas enfermas. Razón por la cual debemos conocer las condiciones para la proliferación de las bacterias.

EL DESARROLLO DE LAS BACTERIAS

Las *bacterias* son organismos microscópicos que circulan por el ambiente, incluido en los alimentos, el agua, las personas y los animales.

Sorprende saber que muchas de esas bacterias son inofensivas y que incluso, algunas de ellas son útiles para el desarrollo humano, por ejemplo son necesarias para la elaboración del yogurt y también para algunos tipos de quesos. Sin embargo, un pequeño número de bacterias provocan el deterioro de los alimentos, y algunas, más conocidas como *patógenas*, son las responsables de provocar enfermedades.

Las condiciones para que una bacteria que contamina los alimentos se reproduzca son las siguientes:

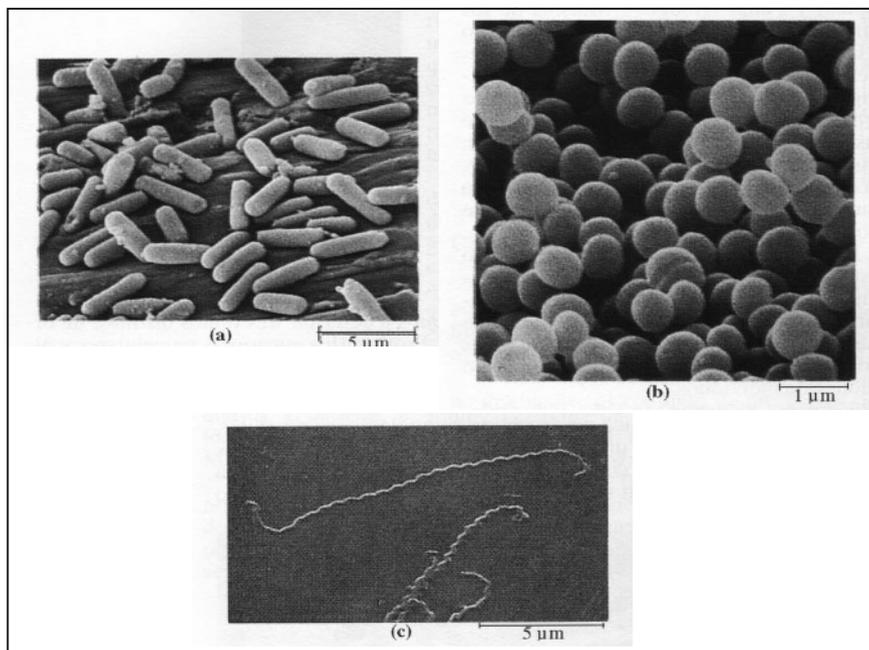


Figura N° 1. Formas bacterianas: bastones rectos, esferas y bastones largos helicoides. Tomado de Curtis y Barnes (1993, p. 446).

Temperatura del ambiente

La mayoría de las bacterias se multiplica más rápido a los 37° C (la temperatura normal del cuerpo humano), aunque también pueden reproducirse rápidamente entre los 20° C y los 50° C. Para prevenir su crecimiento debemos asegurarnos de que la temperatura de la comida llegue por debajo de los 5° C, durante su conservación en el refrigerador, o por encima de los 65° C, durante su cocción. El rango que va entre las dos temperaturas, es conocido como “*zona peligrosa*” para consumir alimentos.

Tener en cuenta que algunas bacterias son capaces de producir *esporas* (La *espora* es una célula reproductiva asexual o célula en reposo capaz de desarrollar a un organismo nuevo sin fusionarse con otra células en condiciones ideales.), que les permite sobrevivir a condiciones difíciles como pueden ser las altas temperaturas, por

esos debemos evitar la formación de microorganismos en todos los aspectos del proceso que va desde la compra hasta el consumo.

Los alimentos y la humedad

Los *gérmenes*, (*recuerda que en unas pocas horas, los gérmenes se pueden multiplicar por millones.*), prefieren la humedad, y los alimentos de alto contenido proteico, como las carnes, las aves, los pescados y los productos lácteos, Las altas concentraciones de azúcar, sal y ciertos condimentos ayudan a prevenir el crecimiento de gérmenes.

El tiempo

Dadas las condiciones del tipo de alimento, la humedad y la temperatura, algunas bacterias pueden dividirse en dos, cada 20 minutos. Si se da el tiempo suficiente, es posible que un pequeño grupo de bacterias se incremente hasta alcanzar un número importante, capaz de provocar una *contaminación alimentaria*. Por esa razón, es esencial que los alimentos de alto riesgo no permanezcan a la temperatura de la zona de peligro, mas que lo necesario.

Las encuestas epidemiológicas realizadas cuando se producen brotes de trastornos alimentarios manifiestan la existencia de factores contribuyentes, quiere decir que junto a la contaminación del alimento por microorganismos patógenos se han dado una serie de circunstancias que han propiciado la multiplicación de esos gérmenes hasta niveles suficientes para causar la enfermedad. Probablemente sin ellos la toxiinfección alimentaria no hubiera llegado a producirse. Todas estas medidas dirigidas a reducir o eliminar los factores contribuyentes constituyen medidas eficaces para salvaguardar la salud del consumidor.

Factores contribuyentes

A continuación se muestran una serie de factores contribuyentes:

- a) Preparación de alimentos con antelación, por lo menos varias horas.

- b) Mantenimiento de los alimentos elaborados a temperatura ambiente.
- c) Insuficiente temperatura de mantenimiento en caliente.
- d) Enfriamiento lento de los alimentos cocinados.
- e) Insuficiente temperatura de refrigeración.
- f) Recalentamiento inapropiado de los alimentos.
- g) Contaminación cruzada entre productos crudos y alimentos listos para el consumo.
- h) Contaminación proveniente de equipos, manipuladores infectados o contacto con animales y sus excrementos.

A continuación se presentan un conjunto de enfermedades, los principales síntomas, la fuente de contaminación y las medidas preventivas más importantes (Ver cuadro N° 1).

Las enfermedades alimentarias tal como los accidentes de tránsito, no ocurren, sino que son causados. Las ETA se originan por una sucesión de hechos que podrían haber sido, todos ellos, prevenidos.

Todos los cuidados y precauciones que debemos tomar en nuestra casa, con nuestra alimentación y la de nuestra familia debemos hacerlos extensivos a los alimentos que elaboramos para ofrecer en venta (Ver cuadro N° 2).

Cuadro N° 1. Ejemplo de enfermedades bacterianas transmitidas por alimentos

ENFERMEDAD	SÍNTOMAS	FUENTE	ALIMENTOS IMPLICADOS	PREVENCIÓN
<p>Salmonelosis:</p> <p>La Salmonella es el nombre que se da a un grupo de microorganismos patógenos, que producen dos tipos de enfermedades: gastroenteritis y fiebres intestinales como la tifoidea. Las Salmonellas son resistentes a la congelación y a la deshidratación. Son Inhibidas por la acidez y son poco resistentes al calor.</p>	<p>Diarrea, dolor abdominal, vómitos y fiebre. Los primeros síntomas aparecen de 6 a 48 horas después de la ingestión del alimento contaminado. La enfermedad dura generalmente de uno a siete días.</p>	<p>Agua contaminada con desechos fecales, aves, insectos, etc. Es importante la contaminación cruzada: alimentos crudos que contienen Salmonella contaminan por contacto a otros alimentos crudos o cocidos, utensilios de cocina, equipos procesadores, manos de manipuladores, etc.</p>	<p>Cárnicos, aves y sus derivados (especialmente huevos) y lácteos</p> <p>Alimentos elaborados con huevos crudos o poco cocidos (mayonesa casera o tortilla de papas).</p>	<p>Correcta eliminación de excretas</p> <p>Provisión de agua potable.</p> <p>Prevención de acceso de aves, insectos, animales domésticos a las áreas de manipulación de alimentos.</p> <p>Limpieza de utensilios, equipos y las manos de los manipuladores.</p> <p>Prevenir contaminación cruzada. Uso de temperatura de cocción suficientemente alta, especialmente para los huevos y la carne.</p>
<p>Botulismo:</p> <p>Se genera por un microorganismo anaeróbico. Cuando el medio que lo rodea es desfavorable, el microorganismo genera esporas, que son termo resistentes, pero se destruyen con los procesos de esterilización industrial adecuados a los alimentos enlatados.</p>	<p>Problemas de visión, dificultad para el habla y tragar, lengua y laringe seca. Puede causar la muerte por parálisis respiratoria. Período de incubación de 18 a 36 horas. Se destruye por el calor (ebullición).</p>	<p>Conservas preparadas en forma casera y que a veces no alcanza la temperatura suficiente. Es frecuente la formación de gas (latas abombadas) ennegrecimiento y consistencia anormal del producto y olor pútrido.</p>	<p>Conservas enlatadas o en frascos especialmente de alimentos no ácidos (carnes, pescados y hortalizas).</p>	<p>Cuidar que las materias primas no estén contaminadas (limpieza). Evitar la contaminación después del proceso de esterilización. Mantener refrigerados los alimentos conservados, calentarlos a ebullición antes de su consumo.</p>

Continuación Cuadro N° 1.

ENFERMEDAD	SÍNTOMAS	FUENTE	ALIMENTOS IMPLICADOS	PREVENCIÓN
<p>Gastroenteritis <i>Bacillus cereus</i></p>	<p>Tipo diarreico; infección por multiplicación del microorganismo y producción de toxina en el organismo aparece entre 8 y 16 horas. Intoxicación: por ingerir la toxina a través del alimento) es más rápida aparece entre 1 a 6 horas.</p>	<p>Suelo y vegetación, en forma de espora, que sobreviven a la cocción. Por eso es importante cuidar las condiciones de temperatura y tiempo en que se mantiene al alimento preparado.</p>	<p>Arroz hervido o frito, sopas crema vegetal y fideos.</p>	<p>Cocción y refrigeración de los alimentos peligrosos en pequeñas cantidades. Mantenimiento de la cadena de frío o de conservación en caliente. No almacenar nunca arroz hervido a temperaturas entre 15 y 50° C.</p>
<p>Gastroenteritis <i>Clostridium perfringens</i></p>	<p>Diarrea, dolores abdominales y náuseas. Muy rara vez vómito. No causa fiebre. Período de incubación de 8 a 12 horas.</p>	<p>Suelo, tracto intestinal de animales y hombre</p>	<p>Carne y pollo cocido. Por su amplia distribución es frecuente en muchas marisquerías primas. Las esporas son muy termoresistentes. Una cocción común no las destruye e incluso activa la germinación de las esporas.</p>	<p>Cocción a fondo; carnes en trozos mayores de 1,5 Kilogramos. Separación de la carne cocida de su líquido de cocción y enfriar rápidamente. Higiene personal, de utensilios y maquinarias. No recalentar los alimentos, salvo que se alcance los 100° C y se sirva de inmediato.</p>
<p>Gastroenteritis <i>Staphylococcus aureus</i></p>	<p>Náuseas, vómitos, diarrea y Dolores abdominales, sin fiebre. Período de incubación de 2 a 6 horas. Causada por la toxina es muy termorresistente.</p>	<p>Personas: nariz, piel, pelo. Su presencia es normal en personas sanas y es difícil de eliminarlo por el lavado. Animales de granja; ubres de ganado vacuno. La mayoría de los brotes son causados por contaminación directa del alimento a través del manipulador.</p>	<p>Queso, manteca, leche y carnes cocidas.</p>	<p>Normas de higiene personal. Manipular con guantes desechables los alimentos vulnerables. Mantenimiento de la cadena de frío.</p>

Continuación Cuadro N° 1.

ENFERMEDAD	SÍNTOMAS	FUENTE	ALIMENTOS IMPLICADOS	PREVENCIÓN
<p>Gastroenteritis <i>Listeria monocytogenes</i> La <i>Listeria</i> a diferencia de otros microorganismos, puede reproducirse a bajas temperaturas, incluso en la nevera.</p>	<p>Algunas personas pueden presentar síntomas semejantes a una gripe con fiebre persistente y evolucionar para síntomas gastrointestinales. Los síntomas se pueden manifestar de 3 a 21 días. Secuelas: septicemia, meningitis, infección intrauterina en mujeres embarazadas lo cual puede producir el aborto.</p>	<p>Puede aislarse de la tierra y otras fuentes medioambientales, es muy resistente y puede sobrevivir a los efectos del congelamiento, desecación y calentamiento. No forma esporas.</p>	<p>Leche cruda o mal pasteurizada, quesos levemente madurados, helados artesanales, verduras crudas, salchichas fermentadas crudas, pollo crudo y cocido, carnes y pescado crudos.</p>	<p>Cocción adecuada y buenas prácticas de higiene durante el procesamiento del alimento. Prevención de la contaminación cruzada.</p>
<p>Diarrea <i>Escherichia coli</i></p>	<p>Proceso diarreico algunas cepas son responsables del síndrome Urémico Hemolítico (cuadro renal) que lleva a estados comatosos causando la muerte del individuo.</p>	<p>Huésped normal del intestino de las personas y animales.</p>	<p>Carne bovina cruda o molidas (hamburguesas), leche cruda, lechuga, jugo de manzana y todo alimento infectado con materia fecal incluso el agua. Su presencia se toma como indicador de contaminación fecal.</p>	<p>Cocimiento correcto de los alimentos y cuidado extremo de las contaminaciones fecales. Mantenerlos refrigerados, lavado de las manos previo a la manipulación, minuciosa higiene de los utensilios, evitar la contaminación cruzada y proteger a los alimentos del contacto con insectos y roedores.</p>

Continuación Cuadro N° 1.

ENFERMEDAD	SÍNTOMAS	FUENTE	ALIMENTOS IMPLICADOS	PREVENCIÓN
<p>Triquinosis Trichinella spiralis</p> <p>Es una parasitosis, estos parásitos no se multiplican en el alimento y dado su tamaño mayor al de las bacterias, su presencia puede detectarse con mayor facilidad.</p>	<p>Alteraciones intestinales con dolores y diarrea o estreñimiento (fase intestinal). Luego aparece dolor muscular, fiebre, sudoración e insomnio. Puede llegar a complicaciones graves como encefalitis pulmonía, o paro cardíaco causando la muerte.</p>	<p>Consumo de carnes de cerdo cruda o poco cocida (chorizos o jamones) infectada con triquinas.</p>	<p>Carne de cerdo y sus derivados que no hayan pasado por los controles sanitarios adecuados.</p>	<p>No consumir carne de cerdo o sus derivados de dudosa procedencia. No comer carne poco cocida. Un tratamiento térmico a más de 60° C en el centro de la pieza destruye las larvas.</p>

Cuadro N° 2. Mortalidad General registrada según causa detallada, todas las edades, ambos sexos. 2008. República Bolivariana de Venezuela

Total: Todas las causas de mortalidad	133.651
1. <i>Ciertas enfermedades infecciosas y parasitarias</i> (A00-B99)	5.677a
1.1. Enfermedades infecciosas intestinales (A00-A09)	1.100
1.1.1. Fiebre tifoidea y paratifoidea (A01)	1
1.1.2. Otras infecciones debido a <i>Salmonella</i> (A02)	1
1.1.3. Otras infecciones intestinales bacterianas (<i>Escherichia coli</i> y otras no específicas) (A04)	8
1.1.4. Intoxicación alimentaria debida a <i>Clostridium perfringens</i> (A05)	2
1.1.5. Amebeasis (A06)	77
1.1.6. Diarrea y Gastroenteritis de presunto origen infeccioso (A09)	1.011
1.2. Ciertas zoonosis bacteriana (<i>Brucelosis</i> y <i>Leptospirosis</i>) (A20-A28)	20
1.3. Otras enfermedades debido a espiroquetas (A65-A69)	1
1.4. Helmintiasis (<i>Cisticercosis</i> , <i>Anquilostomiasis</i> , <i>Necatoriasis</i> y <i>Ascariasis</i>) (B65-B83)	50
1.4.1 Parasitosis intestinal sin otra especificación (B82)	19
1.5. Secuelas de enfermedades infecciosas y parasitarias B90-B94)	71

(a) Se destacan las causas de mortalidad primordialmente por Toxi-infecciones por alimentos. Anuario de Mortalidad (2008), República Bolivariana de Venezuela. Ministerio del Poder Popular para la Salud

Cuadro N° 3. Veinticinco principales causas de Muerte Diagnosticada. Ministerio del Poder Popular para la Salud (2008).

N°	Causa de Muerte	Diagnosticada	% ⁽¹⁾
1	Enfermedades del corazón	27.542	20,61%
2	Cáncer	19.796	14,81%
3	Suicidios y Homicidios	11.357	8,54%
4	Accidentes de todo tipo	10.885	8,19%
5	Enfermedades cerebro vasculares	10.007	7,49%
6	Diabetes	8.387	6,28%
7	Ciertas afecciones originadas en el periodo perinatal	5.027	3,76%
8	Enfermedades crónicas de las vías respiratorias	3.585	2,68%
9	Influenza y Neumonía	3.136	2,35%
10	Enfermedades del hígado (Cirrosis-fibrosis y enf, alcohólicas)	2.869	2,15%
11	Anomalías Congénitas	2.158	1,61%
12	Nefritis y Nefrosis	1.923	1,44%
13	Tumores benignos y de comportamiento incierto	1.714	1,28%
14	Otra enfermedades hipertensivas	1.637	1,22%
15	Enfermedades por Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH)	1.632	1,22%

Continuación Cuadro No 3

Nº	Causa de Muerte	Diagnosticada	% ⁽¹⁾
16	Enfermedades infecciosas intestinales	1.100	0,82%
17	Otras septicemias	918	0,69%
18	Enfermedades debido a protozoarios (tripanosomas, toxoplasmosis y leishmaniasis)	782	0,59%
19	Tuberculosis	660	0,49%
20	Enfermedades del esófago, del estómago y del duodeno (gastritis, duodenitis)	585	0,44%
21	Deficiencias de Nutrición	570	0,43%
22	Infección aguda no específica de las vías respiratorias inferiores	498	0,37%
23	Trastornos de la vesícula biliar y de las vías bilíares del páncreas	495	0,37%
24	Trastornos episódicos y paroxísticos	446	0,33%
25	Íleo paralíticos y obstrucción intestinal	428	0,32%
TOTAL de las veinticinco primera causas		118.137	88,48%

(1) Porcentaje sobre la mortalidad diagnosticada por médico tratante o forense. Anuario de Mortalidad (2008), República Bolivariana de Venezuela. Ministerio del Poder Popular para la Salud.

REFERENCIAS

- Curtis, H. y Barnes, N. (1993). *Biología*. Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana.
- INN. (2002). *Manipulación higiénica de alimentos*. Serie Nutrición Comunitaria. Dirección Técnica. División de Educación Modulo 5. Caracas: Autor.
- Ministerio del Poder Popular para la Salud. (2009). *Anuario de Mortalidad 2008*. Gobierno de la República Bolivariana de Venezuela. Dirección General de Epidemiología, Dirección de Información y Estadísticas de Salud.
- USDA. (s/f). Tiempo de conservación de productos de consumo. Servicio de Inocuidad e inspección de los Alimentos. Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. Documento en línea. Disponible: http://www.fsis.usda.gov/oa/pubs/facts_basicos.htm. [Consulta: 2006, Diciembre 1].

Alcance de la educación nutricional y alimentaria en los contenidos de los programas en la I y II etapa de educación básica de 1997

Albino José Rojas Piñango*

Mayo 2009

A MODO DE INTRODUCCIÓN

Existen muchos aspectos de la vida del ser humano que requieren de ciertos conocimientos para poder afrontarlos satisfactoriamente, la alimentación es uno de ellos. No se trata simplemente de comer por comer, se necesita estar consciente de cuáles son realmente las necesidades específicas que deben ser satisfechas a través del acto alimenticio. Según Machado (2007) “existen grandes diferencias entre lo que un ser humano necesita desde el punto de vista nutricional, lo que desea como alimento y aquello que puede adquirir” (p.16). Esta realidad plantea que el individuo posea un cierto nivel de información que le permita, con lo que tiene a su alcance, tomar la decisión que más le convenga.

Es allí donde la educación pasa a cumplir un papel determinante en cuanto a suministrar a la persona aquellos elementos que le permitan tener una noción ajustada de lo que necesita para mejorar su calidad de vida. Buena parte de esta formación debe ser promocionada desde la escuela. Para lo cual, los programas de las áreas que integran el currículo deben incluir los contenidos que permitan lograr este propósito.

* Profesor en Biología y Ciencias Generales. Magister en Educación Ambiental. Profesor Agregado adscrito al Dpto. de Ciencias Naturales y Matemática de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador en el Instituto Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez”. Coordinador del Centro de Investigación “Juan Manuel Cagigal”. Correo electrónico: arojas_5@hotmail.com

Este requerimiento se ha visto favorecido con el auge que, en Venezuela a partir de 1987, ha tenido la educación nutricional como ciencia, fecha en la que se publica la primera edición del libro “*Nuestros alimentos, ayer, hoy y mañana*” de Jaffé” (2002). En esta línea de estudio se unió el trabajo incansable de personas e instituciones comprometidas con el tema. Entre estos destacados pioneros figuran nutricionistas, médicos y profesionales como: José María Bengoa, Werner Jaffé, Vélez Boza, Eleazar Lara Pantín, Diana Bello de Barboza, Dalia Díez de Tancredi, Paulina Dehollain, Myriam Costabella, Maritza Landaeta de Jiménez y Mercedes López de Blanco, entre otros.

En este sentido, puede decirse que la publicación de las Guías de Alimentación para Venezuela (1995) marcó un hito que cristalizó el esfuerzo de buena parte de los autores e instituciones anteriormente nombrados. Ya que con ellas, se estableció lo que representa el deber ser en materia de nutrición para el país y sirvió de base para la publicación de una serie de documentos y textos para ser utilizados en los niveles de Preescolar, Educación Básica, tanto en el medio urbano como en el medio rural.

¿EDUCACIÓN NUTRICIONAL O ALIMENTARIA?

Tradicionalmente los nutricionistas le confieren mayor pertinencia a hablar de Educación Nutricional. Esto se debe a la gran cantidad de información expuesta y al amplio apoyo teórico, experimental, documental y divulgativo que ha tenido la nutrición como ciencia y como proceso. En este contexto resultaría más apropiada la denominación de Educación Nutricional.

Por su parte, existen autores que le confieren mayor pertinencia a lo alimentario, entre ellos: Salas (2003), Marcano (2007), De La Cruz (2008), lo hacen con base en un enfoque holístico de lo que implica el proveerse de alimentos para la dieta diaria y el sustento. En tal sentido consideran la intervención aspectos culturales, sociales, económicos, antropológicos, etnográficos y espirituales.

De La Cruz (2006), en el marco de la línea de investigación de Educación Alimentaria y Nutricional, realizó un estudio diagnóstico en el Instituto Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez”, adscrito a la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL) tomando como base una población de 124 estudiantes de sexo femenino, de los cuales 68 son de la especialidad de Educación Preescolar y 54 de Educación Integral, con una edad comprendida entre $26,1 \pm 3,1$ años. El autor concluye que la Educación Alimentaria y Nutricional es una vía posible para lograr cambios positivos en las conductas detectadas en su investigación.

Con base en este diagnóstico De la Cruz (2006) presenta la propuesta de la Educación Alimentaria y Nutricional, como un curso dirigido a las especialidades de Educación Inicial e Integral; en el cual se aborden los siguientes tópicos: Aspectos biológicos y fisiológicos de la nutrición, Dietética y nutrición, Tecnología y conservación de alimentos, Antropología y cultura nutricional, y Psicología alimentaria.

En este curso las estrategias didácticas estarían basadas en la utilización de técnicas creativas en educación alimentaria, tales como: mapas mentales, método 635, tormenta de ideas, relaciones forzadas, listado de atributos, heuridrama, seis sombreros para pensar, analogías, visualización, adivinanzas, entre otros..

Los contenidos específicos que podrían tratarse utilizando estas estrategias podrían ser: Hábitos alimentarios, Obesidad Infantil, Los Medios de Comunicación, Consumo de Frutas/Hortalizas, Las Chucherías, La Cantina Escolar, Elaboración de comida, Cultura Alimentaria, Alimento y Salud, Las Ventas Ambulantes, Enfermedades Alimentarias, Requerimientos nutricionales, Historia de la Alimentación, Calendarios Productivos, Comportamiento en la mesa, Experiencias científicas, Transición alimentaria, Manipulación de Alimentos..

Esta propuesta que formula De La Cruz (2006) aborda casi en su totalidad los aspectos planteados en la Guías de Alimentación para Venezuela, sólo haría falta incluir para completarla contenidos referidos a Lactancia Materna, presupuesto familiar, compra de alimentos, valoración del consumo de agua y la exclusión de las bebidas alcohólicas como elementos de una dieta.

En otros casos, también pueden influir los hábitos o las costumbres propias de un lugar, según las cuales se consuman ciertos alimentos de una manera que atente contra la salud al no ser cocidos lo suficiente o porque deban ser consumidos crudos o sin lavar.

En la actualidad existe un alto consumo de comida rápida, que se expende en lugares que no guardan las condiciones sanitarias mínimas que garantizan su inocuidad para quien la consume. En este sentido, la Educación Nutricional y Alimentaria es mucho lo que podría hacer al lograr que los usuarios de estos servicios se den cuenta de los peligros que acarrearán para su salud.

Como puede verse el aspecto alimentario tiene todo un cuerpo teórico y práctico que lo sustenta, y un grupo de investigadores que lo apoyan. Razón por la cual se constituye en un enfoque de suma importancia que no puede dejarse de lado cuando se abordan aspectos relacionados con la nutrición. Es por ello, que resulta válido y apropiado utilizar la denominación de Educación Nutricional y Alimentaria, la cual se considera la más conveniente.

ANÁLISIS DE LOS CONTENIDOS DE LOS PROGRAMAS EN LA I Y II ETAPA DE EDUCACIÓN BÁSICA (1997) EN FUNCIÓN DE LA PROMOCIÓN DE UNA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN SALUDABLES

La proyección del alcance de los contenidos en alimentación y nutrición fue dejada en evidencia por Bello, Diez, Costabella y Dehollain (1991) cuando revisaron los Programas y Manuales de Educación Básica vigentes desde 1985. Ahora bien, es el propósito del presente trabajo extender esta revisión a los programas que se diseñaron para ser utilizados a partir de la reforma curricular realizada en el año 1997.

Las autoras citadas realizaron la revisión de la enseñanza de la nutrición y alimentación en Educación Básica en función a las Metas y Guías de Alimentación y pudieron constatar que en los programas de Educación Básica existían 127 objetivos relacionados con estos tópicos. De igual forma deja-

ron en evidencia que las asignaturas en las que mayormente se incluían estos objetivos eran: Estudios de la Naturaleza, Educación para la Salud, Ciencias Biológicas, Educación Familiar y Ciudadana, Geografía de Venezuela y Educación para el Trabajo.

Hasta la fecha (2008), no se ha establecido, si a partir de la reforma de 1997, en los programas de las diferentes áreas académicas de la Primera y Segunda Etapa de Educación Básica se incorporaron contenidos relacionados con alimentación y nutrición en función de las recomendaciones derivadas de las Guías de Alimentación para Venezuela; tal como se hizo con los programas de 1985.

Con relación a las estrategias propiamente dichas la Fundación CA- VENDES (1999) sugiere: Para el Nivel de Educación Preescolar: Reconocer el color de ciertos alimentos, elaborar croquis de frutas y rellenar con colores, establecer diferencias de tamaño entre frutas; elaborar recetas simples de alimentos y cuentos, realizar representaciones teatrales.

Para los grados 1º, 2º y 3º Educación Básica, se recomienda trabajar con un diario escolar, que incluya mensajes didácticos sobre el tema nutricional; realizar lectura oral y silenciosa con contenidos de nutrición, elaboración de un álbum; organizar charlas, carteleras, volantes con contenidos nutricionales; crear la hora semanal de nutrición; la elaboración de una comiquita.

En los grados 4º, 5º y 6º de Educación Básica, se puede planificar el trabajo interdisciplinario, si se trabaja en el área de Ciencias Naturales y Tecnología, se extraen frases sobre nutrición que pueden utilizarse en Lengua, al tiempo que se incluye el mensaje social involucrado.

Estas recomendaciones fueron ignoradas y no se tomarán en consideración para ser incluidas en los programas de Educación Básica, vigentes desde 1997. Razón por la cual resulta pertinente realizar un análisis exhaustivo de los mismos a fin de determinar el alcance alimentario y nutricional que tienen los contenidos que se plantean en cada área, con la finalidad de sentar un punto de referencia en el que se formulen nuevas orientaciones con la intención de que sean incorporadas por los entes responsables del currículo de esta etapa.

En la Primera Etapa las áreas académicas son cinco y en cada una de ellas aparecen bien delimitados los bloques de contenido que la integran. Resalta el hecho que en el área de Ciencias de la Naturaleza y Tecnología el cuarto bloque esté orientado hacia los alimentos. Esto evidencia que en estos programas a este tema se le confiere importancia.

En la Segunda Etapa se incorpora el Eje Transversal Ambiente, ya que se considera que es importante que el alumno conozca la dinámica del ambiente y su problemática, donde destacan cuatro dimensiones: dinámica del ambiente, participación ciudadana, valores ambientales y promoción de la salud integral.

Con relación a la dimensión de salud integral, se hace referencia a que es importante que el estudiante conozca y aprecie su cuerpo, comprenda su funcionamiento, sus potencialidades y limitaciones para desarrollar y afianzar sus hábitos cotidianos. De allí la conveniencia que conozca las normas básicas para la salud, que incluyen, entre otras cosas, alimentación, cuidado corporal e higiene.

En esta etapa, en el área de Ciencias Naturales y Tecnología se elimina el bloque de contenido relacionado con los alimentos y se incluye el de Salud Integral, que, en cierta forma abarca aspectos relacionados con el tema.

En función del alcance previsto, este estudio se realizó en tres etapas:

1. Análisis de contenidos de la presencia de elementos relacionados con la Educación Nutricional o Alimentaria en los Programas de la I y II Etapa de Educación Básica, vigentes desde 1997, y
2. Triangulación entre la opinión de los expertos consultados, la presencia de los contenidos de nutrición y alimentación detectado en los programas estudiados y la información teórica documentada por los autores que han escrito sobre el tema para analizar el alcance de la Educación Nutricional o Alimentaria en la formación del estudiante de los niveles educativos involucrados en la investigación.

HALLAZGOS

Se analizaron los contenidos de los objetivos presentes en las seis áreas del pensum de la I y II Etapa para establecer en cuáles se hallaban implícitos aspectos relacionados con la nutrición y alimentación. Estos aspectos fueron tipificados en función de las siguientes categorías: (1) Alimentación y nutrición; (2) Normas y hábitos de higiene; (3) Economía del hogar; (4) Producción y disponibilidad de alimentos y (5) Preparación y conservación de alimentos.

En el Área de Lengua se encontraron cuatro contenidos que podrían estar relacionados de una manera indirecta. Estos son: satisfacción de necesidades, interpretación de recetas o etiquetas en envases, campañas sociales de salud y clasificación de plantas y animales. Ellos no aluden al tema, dependerá de la asertividad del docente hacerlo.

Esto refleja un alcance limitado y una distribución desigual de los contenidos en el Área de Lengua para cumplir con la promoción de hábitos saludables en función de las recomendaciones de las Guías de Alimentación para Venezuela. Conviene resaltar que para 3° grado sólo se incluye un contenido; el que plantea la interpretación de recetas en los envases.

Igual situación se presenta en el Área de Matemáticas, ya que sólo se detectaron cuatro contenidos relacionados con nutrición y alimentación para los grados de la I Etapa. Estos son: compra y venta de alimentos, noción de fracción en alimentos, medidas de capacidad en la vida diaria y medidas de peso en la vida diaria. En 1° y 2° grado sólo se aborda el primero de estos contenidos y en 3° grado los 3 restantes.

En el área de Ciencias Naturales y Tecnología es donde se presenta la mayor cantidad de contenidos relacionados con nutrición y alimentación. Debe recordarse que en esta asignatura existe un bloque de contenidos dedicado especialmente a los alimentos, con 36 contenidos en total.

Estos contenidos se presentan en progresión gradual de dificultad, adecuada al nivel de comprensión de los niños y niñas. Puede decirse que en ellos

se cumplen las recomendaciones de las Guías de Alimentación para Venezuela. González (2008), en su condición de Coordinador y coautor, manifestó que en el diseño de los programas de estas áreas intervino un equipo interdisciplinario comprometido con la promoción de una adecuada nutrición en la población.

Con relación al Área de Ciencias Sociales, puede decirse que ocupa el segundo lugar en cuanto a la frecuencia de contenidos relacionados con nutrición y alimentación (10 en total). No obstante, estos aspectos, al igual que ocurre en las áreas de Lenguaje y Matemáticas, constituyen aproximaciones indirectas al tema. Su éxito como promotores en la formación de hábitos saludables dependerá del compromiso del docente con el tema.

Uno de los aspectos que destaca entre los contenidos presentes en esta área es el elemento cultural, el cual puede ser utilizado como un elemento integrador de la identidad regional y nacional del educando. De La Cruz (2008) señala como la alimentación está influida por la cultura y el ambiente. En este sentido es pertinente la presencia de estos contenidos en el área, con el requerimiento de que el docente le de una justa orientación.

En las Áreas de Educación Estética y Educación Física no se detectó la presencia de contenidos relacionados con nutrición y alimentación. Esto refleja una debilidad importante, que evidencia falta de congruencia y coherencia en la transversalidad que debe darse entre los tres grados de la I Etapa.

En función al enfoque holístico de la nutrición, los contenidos relacionados con el tema deben estar presentes en todas las áreas del saber, ya que, para promover una formación integral en el educando los docentes planifican su acción pedagógica en función de Proyectos Pedagógicos de Aula. Para ello deben cumplirse los interdisciplinariedad y transdisciplinariedad entre todas las asignaturas del pensum.

La situación de la II Etapa es bastante similar a lo reportado para la I Etapa. En el Área de Lenguaje se presentan cinco contenidos relacionados con el tema: satisfacción de necesidades, interpretación de recetas y etique-

tas en envases, campañas sociales de salud, derechos del niño y símbolos y señales en envases de comida. Distribuidos de una forma desigual y no proporcional. Por ejemplo, en 6° grado, donde el nivel de desarrollo cognitivo es mayor, sólo un contenido de esta área alude a la nutrición y alimentación. Aquel relacionado con las campañas sociales de salud.

Este contenido no alude en forma directa al tema en estudio. Sin embargo, un docente formado en el área podría orientarlo adecuadamente. Esto refuerza la idea, según la cual, la intencionalidad es determinante para el logro de la promoción de contenidos de nutrición y alimentación.

Igual situación se presenta en el Área de Matemáticas. En ella sólo seis contenidos en los tres grados de la II Etapa se relacionan con la nutrición y alimentación. Con la salvedad de que tal relación no es directa y depende de que el docente establezca la correlación. El abordaje de temas como las medidas de capacidad, peso, problemas de adicción y sustracción con situaciones cotidianas, graficación y operaciones con decimales, exigen del docente un compromiso auténtico con el tema.

El Área de Ciencias Naturales y Tecnología, es la que concentra mayor frecuencia de contenidos relacionados con la nutrición y alimentación (42 en total). La diversidad de aspectos que son abordados en esta etapa incluyen las recomendaciones de las 12 Guías de Alimentación para Venezuela.

Sin embargo, de estos 42 contenidos, 34 se concentran entre 4° y 5° grados y sólo 8 se incluyen en 6° grado. Nuevamente, se evidencia una distribución desigual y no proporcional de estos temas en los grados de la II Etapa. Conviene acotar que en los programas de esta área desaparece el bloque de contenidos sobre los alimentos. No obstante, el equipo interdisciplinario que los diseñó reafirma su compromiso con su promoción.

El Área de Ciencias Sociales, al igual que se evidenció en los programas de la I Etapa, ocupa el segundo lugar en frecuencia de contenidos relacionados con nutrición y alimentación: 25 en total. En este caso la distribución se aprecia uniforme en mayor medida que las anteriores.

El balance con relación a los contenidos de las Guías de Alimentación para Venezuela presentes en los programas de Ciencias Sociales para la II Etapa es favorable y promueve el enfoque holístico de la nutrición y alimentación.

En el área de Educación Estética para la II Etapa se incluyen tres contenidos que podrían relacionarse con tópicos de la nutrición y alimentación. Los mismos se aparecen en 5° y 6° grado; ninguno en 3°. La presencia de imágenes que promueven la salud, patrimonio artístico y cultural y el estudio de avisos y etiquetas podrían ser incluidos al realizar la planificación de Proyectos de Aula.

La presencia de tres contenidos de nutrición y alimentación en los programas de esta área evidencia una baja frecuencia. Esto corrobora la apreciación general de su distribución desigual y no proporcional.

De igual forma, en el Área de Educación Física, se incluyen cinco contenidos relacionados con nutrición y alimentación. Resulta conveniente que en esta asignatura se incluyan tópicos como: hábitos de vida saludable y alimenticios, alimentación, alimentación y estado nutricional, alimentación y actividad física y valor nutricional. De esta forma se contribuye a la formación integral del niño (a).

CONCLUSIONES

En líneas generales, puede decirse que se contabilizaron 577 contenidos relacionados con nutrición y alimentación del total de 7.963 objetivos que se hallan presentes en los programas de la I y II Etapa de Educación Básica. Ahora bien, para complementar este análisis es conveniente agrupar los contenidos en función de las categorías a las cuales pertenecen.

Como puede verse la cantidad de contenidos relacionados con alimentación y nutrición en las programas de la I y II Etapa es mucho mayor que la reportada por Bello *et al.* (1991) que fue de 127 contenidos. En esta oportunidad se aprecia que el número asciende a 577 contenidos.

En los programas de los seis grados analizados se contabilizaron 7.963 contenidos. La proporción de contenidos relacionados con alimentación y nutrición detectados en el estudio, representa un 7,24% del total. Esta situación resulta favorable y beneficiosa, toda vez que se deja clara la presencia de este tipo de contenidos en los programas con los que se trabaja en la I y II Etapa y a la importancia que le dieron a esta materia los diseñadores de ese currículo.

Con relación a las categorías de los contenidos detectados el 57,19% corresponde al número 1, referido a alimentación y nutrición, que representa la mayor cantidad de información y datos de interés sobre la temática nutricional propiamente dicha, la mayoría de los mismos se encuentran en el Área de Ciencias Naturales y Tecnología. La categoría 4, referida a producción y disponibilidad de alimentos, se ubica en el segundo lugar en la distribución de frecuencia, representado por un 16,29% del total general, buena parte de ellos en el Área de Ciencias Sociales.

La categoría 3, referida a economía del hogar se presenta en un 14,73%, mientras que la 2, correspondiente a las Normas y Hábitos de higiene, lo hace en un 9,71% y la categoría 5 de la preparación y conservación de los alimentos, se halla presente en un 2,01%.

De acuerdo a lo anterior, llama la atención que la categoría orientada hacia las Normas y Hábitos de higiene no tuviera una representación mayor, ya que se sabe que la población estudiantil que atiende el nivel estudiado, oscila entre los 7 y 12 años y es en este período en el que debe continuarse el refuerzo de hábitos iniciado en la Educación Preescolar y los que reciben en su hogar. Considerando que en muchas familias estos elementos no se tratan con la frecuencia esperada para lograr establecer hábitos, orientados a promover la salud en todas las dimensiones del ser.

Se aprecia que la mayor cantidad de contenidos relacionados con la alimentación y nutrición se concentran en el Área de Ciencias Naturales y Matemáticas, mientras que en las otras áreas la frecuencia es muy baja.

La desigualdad en esta distribución no significa que no se cumpla con la transversalidad. En este sentido, González (2008) comenta que “la transver-

salidad es una acción curricular que se hace operativa sólo cuando los contenidos de pertinencia lo hacen importante o útil para el tema”. Es el docente al momento de planificar los proyectos de aula que debe implementarla.

Como puede observarse, es el Área de Ciencias Naturales y Tecnología la que concentra poco más del 50% del total de contenidos detectados. Conviene recordar que en esta área, en los programas de 1° a 3° grado, se presenta el cuarto bloque denominado Alimentos, en el cual se aborda esta temática en particular. A partir de 4° grado hasta el 6°, los contenidos relacionados con los alimentos se incluyen en el bloque denominado Seres Vivos.

Lo anterior deja clara la preocupación por la temática nutricional y alimentaria que tuvo el equipo técnico que participó en el diseño de esos programas en las Áreas de Ciencias Naturales y Tecnología y Ciencias Sociales. Esto definitivamente constituye una fortaleza digna de apreciar y valorar, toda vez que va en correspondencia con las directrices emanadas del ente oficial, como lo es el INN y las demás organizaciones e instituciones señaladas en el marco referencial.

REFERENCIAS

- Bello, D., Diez, D., Costabella, M., Dehollain, P. (1991). Enseñanza de la alimentación y nutrición en educación básica. Relación con metas y guías de alimentación. *An. Venez. Nutr.* 4, 17-23.
- De La Cruz, E. (2006). Programa de Educación Alimentaria en la formación docente del estudiante UPEL-IPMJM Siso Martínez. *Sapiens.* 7(1), 29-41.
- De La Cruz, E. (2008 Mayo). *La Educación Alimentaria en la formación y el ejercicio docente ante los cambios educativos*. Ponencia en el II Foro Interdisciplinario de Educación Alimentaria. UPEL-IPMJMSM.
- Fundación CAVENDES. (1999). *Nutrición. Base del desarrollo. VIII: Educación en Nutrición*. Caracas: Ediciones CAVENDES.

- González, H. (2008). La promoción de la salud omnidimensional integral del ser humano. *La Ciencia. Boletín multidisciplinario*, 17, 149-177.
- Jaffé, W. (2002). *Nuestros alimentos, ayer, hoy y mañana*. Caracas: Editorial Texto.
- Machado-Allison, C. (2007). La cultura burocrática se centra en el control del precio y no en la calidad del producto. *El Universal*. 18/02/2008. Disponible: http://www.consecomercio.org.ve/index.php?option=com_content&task=view&id=28989 [Consulta: 2009, Enero 19]
- Marcano, J. (2007 Abril). *Organismos índices de contaminación fecal*. Ponencia Presentada en el II Foro Interdisciplinario de Educación Alimentaria, Caracas.
- Salas, L. (2003). *d* México: Trillas

Alimentación y especie humana en la cocina venezolana

Yván Pineda*

Mayo 2009

LA HOMINIZACIÓN...

EL PROCESO DE CONVERTIRSE EN “HOMO SAPIENS”

Son muchos los caminos recorridos para escalar la cuesta histórica que vio transformar a un grupo de homínidos en una nueva especie. Ese camino hacia la humanidad les había llevado a explorar una serie de recursos que le sirvieran para garantizar la subsistencia con recursos precarios en un medio hostil, caracterizado por una gran transformación, de la cual, él formaba parte.

Así, el hasta entonces animal, desprovisto de menos *recursos adaptativos* que otras especies animales del entorno, las cuales contaban con espesas pieles para defenderse del frío; garras y colmillos para desgarrar y devorar sus fieras; cuatro extremidades para correr a grandes velocidades, comenzó una gran transformación que marcaría su devenir hasta el presente.

En tal transformación, la posición erguida, el desarrollo del lenguaje, la producción de signos y símbolos para representarse y la organización social, marcaron la pauta para el desarrollo de su mejor recurso para la adaptación selectiva: *el cerebro*.

*. Antropólogo de la Universidad Central de Venezuela (1989). Especialista en Folklorología UCV-FUNDEF (1990). Doctor en Educación, UPEL. Profesor del Instituto Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez”. Coordinador Nacional del Programa de Extensión Sociocultural UPEL. Consultor Asistente y Consultor en Planificación del Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo. Consultor de la Dirección de Artesanías del Consejo Nacional de la Cultura. Museólogo III del Consejo Nacional de la Cultura. Investigador en el área de Cultura Popular. email. yvanpineda@gmail.com

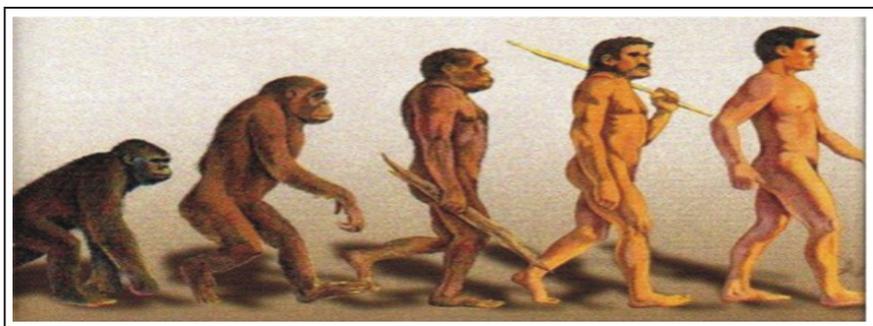


Figura N° 1: Proceso de Hominización, Tomado de: Washburn (1979), La evolución de la especie humana, *Evolución*, p.130

Tal desarrollo le permitió proyectar su brazo en el espacio a más velocidad que sus presas, así la lanza le serviría como una proyección de sus extremidades, para la falta de garras y colmillos, inventó los cuchillos de piedra y obsidiana, con la piel de las presas se procuró un abrigo para protegerse como una alternativa frente a la orfandad de pieles en su propio cuerpo.

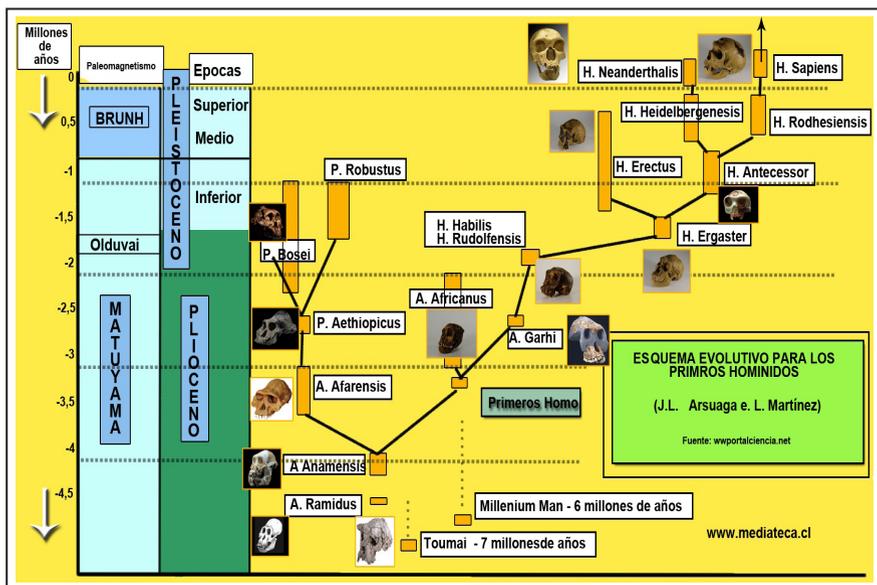


Figura N° 2: Esquema evolutivo de los Primeros Homínidos. Tomado de Arsuaga y Martínez. (perso.wanadoo.es/s915983000/arbolhominidos.html).

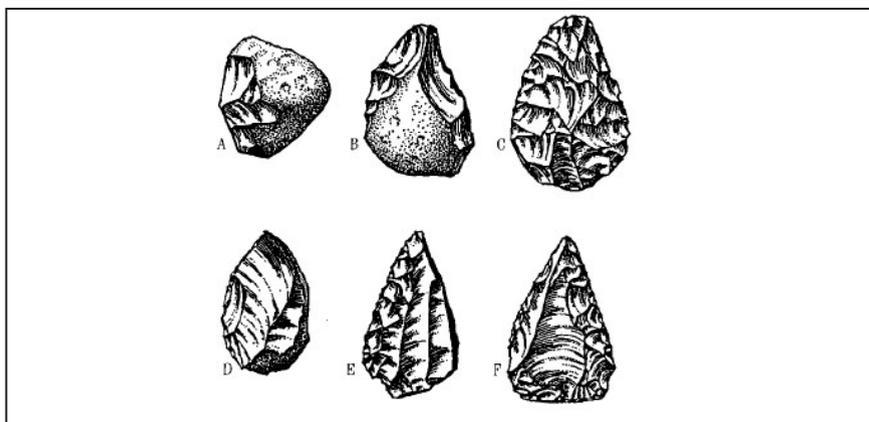


Figura N° 3: Herramientas prehistóricas, Lovera, J.R. (2006) *Gastronáuticas*, Fundación Bigot p.22

Como complemento de tales cambios en su concepción del cuerpo, se reunió para fortalecerse ante los depredadores, en cuevas para darse calor y proteger las crías, y poco a poco de acuerdo con su contexto fue diseñando formas arquitectónicas y artísticas, que hablaran de sí y de su manera de entender el medio natural y social.

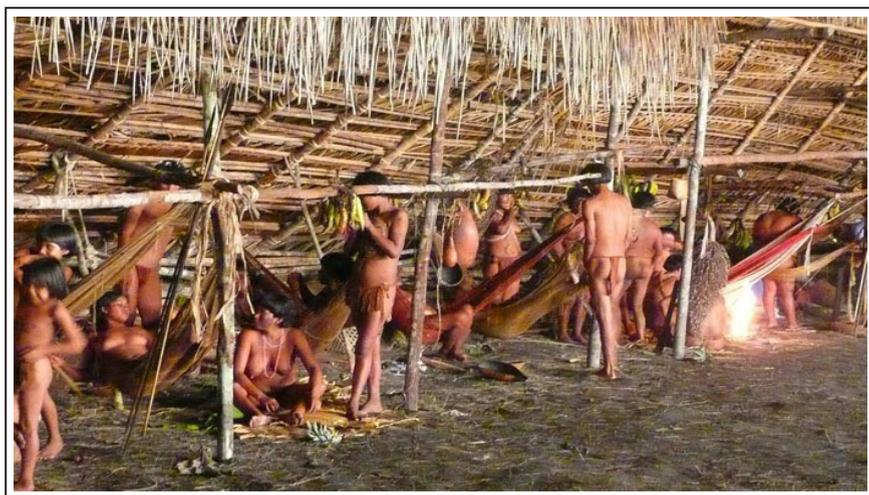


Figura N° 4: Salvat. (1981). *Sociedades, pueblos y culturas*, p. 33

Ahora reunido en grupos, bandas, clanes, hordas, familias, esto es, cualquier tipo de organización social, comenzó a organizar de una manera diferente la forma de alimentarse y de garantizar sustento para los pertenecientes al grupo social conformado.

En esta noche de los tiempos, en la ruta del ascenso, en la oscuridad de esos cambios, brotó una chispa de luz y la especie humana domesticó el *fuego*, y con él, pudo transformar los alimentos para conservarlos en el tiempo y en mayor cantidad, para garantizar así la nutrición de toda la organización. Al depender menos del seguimiento de la ruta y ciclo de vida de los animales, de los cuales hoy todavía algunos grupos humanos dependen, algunos grupos decidieron establecerse y en el *Neolítico* se vivió una gran transformación llamada la *revolución por los cambios significativos* desarrollaron: la rueda, la agricultura, la domesticación del fuego, la metalurgia, y en especial la “alquimia” de la cocina, lo cual representó un eje de transformación sin precedentes, ni comparación en la historia de la especie humana.

LA COCINA ¿UN BUEN INVENTO?

Uno de los principales ejes de transformación de la especie humana, es el *invento de la cocina*, entendida ésta como, el conjunto de procedimientos de orden cultural que estructuran los patrones alimentarios, los productos comestibles o no, la frecuencia de incorporación a la dieta y las maneras de preparar las comidas, así como el orden y volumen de éstas.

De hecho, la *culinaria* es un importante invento único de la especie humana, la conjugación de formas entendidas como el diseño de los menús y su estructura interna o composición por grupos de carbohidratos, proteínas y verduras; el orden de distribución en el tiempo, desayunos, puntales, almuerzos, meriendas y cenas, entre otros; las formas de adecuación cortes, rallado, cocido, ahumado, salado, congelado, deshidratado, rehidratado, pertenecen al arsenal gastronómico de la especie, y expresado como especificidad cultural en cada grupo.

Por ello, cocinar, servir la comida en determinados envases, platos, escudillas, vasos, tazas, hojas; adornar la mesa, poner o no cubiertos, ohashis o “palitos chinos o japoneses”; utilizar manteles, individuales, servilletas; lavarse o no las manos, representan formas culturales que se corresponden con los distintos grupos humanos y su representación del mundo, así como con las formas de adaptación al medio natural y social.

De hecho pareciera que hay una gran vinculación de alimentación y estética, con las maneras de mesa, etiqueta y con la selección de algunos utensilios y objetos decorativos de mesa, ya que como lo señalan Sanoja y Vargas (2002):

Cada sociedad tiene una estética para realizarse, para elaborar sus cosas materiales. La expresión estética de un objeto de procedencia desconocida puede servir para su identificación, asignándolo a un período y a una sociedad particular. La estética se refiere al modo y la manera como se piensan, se diseñan y manufacturan los objetos, al estilo de concebirlos. Las cualidades estéticas de una creación refieren no solamente en las Bellas Artes, sino a todos los campos de la creación humana. El modo y la manera de preparar las comidas, tiene que ver con la búsqueda de sensaciones táctiles, gustativas y olfativas, que determinan el que un alimento esté de acuerdo con la estética y con el estilo que esté en boga en una determinada sociedad dentro de una coyuntura socio-histórica específica. (p.: 753)

La perspectiva, incluye la utilización de distintos *sabroseadores* tales como la sal, los aliños, las especies delimitan conceptos culturales como la *sazón* y en algunos casos definen a los grupos nacionales o macronacionales, encontramos así la definición de un conjunto de rasgos alimenticios conocidos como: *cocina venezolana*, italiana, árabe, mediterránea, latinoamericana, clasificaciones que definen los perfiles de adecuación de los grupos sociales a su contexto natural, histórico y cultural.

Junto a las formas de adecuación y preservación de los alimentos para el consumo humano surge, gracias al carácter gregario de la especie humana, una serie de ritos vinculados a la ingesta de alimentos, las llamadas *formas de mesa*, que varían de acuerdo con los grupos y sus hábitos. De tal reunión alrededor del fuego para contar sus historias diarias, mitos, recordar los antepasados y compartir sus miedos de lo conocido, frente a la hoguera, nació “*el hogar*”, y con él, la vida “familiar” al calor de la cocina.

Así, al conocer una comida conoceremos al grupo que se representa a partir de los *diseños gastronómicos*, generalmente relacionados con el contexto geográfico, recursos disponibles; cambios climáticos, estaciones secas y lluviosas, las cuatro estaciones; altitud y latitud, recursos hídricos; historia y origen de los grupos; mitología y tradición, entre muchos otros factores de incidencia en la selección y estructuración de los menús.

LA COCINA VENEZOLANA

Como muchas otras cocinas, la venezolana es una síntesis gastronómica, producto de un *mestizaje cultural* de muy antigua data. De hecho, los estudios arqueológicos de Sanoja y Vargas (1983), reflejan la mixtura de distintos *patrones adaptativos* y de producción extensiva de alimentos, entre los cuales, el cultivo del maíz, la papa, la yuca, el ñame, el tomate, entre otros se remontan a miles de años antes del contacto del hombre americano con el de otras latitudes.

En tal sentido, la *perspectiva arqueológica* revela que, tal vez por la situación estratégica de lo que hoy llamamos Venezuela, se encuentran en su territorios familias de maíz provenientes de patrones de especies desarrolladas en los imperios aztecas e incásicos; semillas, polen y plantas de otros pisos climáticos y culturas arahuacas y caribes, yuca, ñame, y especies de maíz local, junto a importantes concheros y restos animales que revelan el consumo de grandes cantidades de proteínas derivadas de moluscos y de los grandes mamíferos, gliptodontes, mastodontes, entre otros.

De hecho se señala, en la teoría de la población, del hoy llamado, continente americano que, luego de la gran migración de contingentes humanos que huían de las glaciaciones, detrás de los grandes mamíferos, arribaron a esta zona del mundo y que luego de la muerte de dichos mamíferos, desarrollaron una estrategia de innovación alimenticia conocida como el complejo “maíz, frijol, calabaza”, un producto cultural concebido para suplementar la falta de proteínas animales.

De allí que con base en sus investigaciones arqueológicas, Sanoja y Vargas (2002), refieren que:

En el poblamiento prehispánico existieron dos grandes ejes migratorios de dirección norte-sur: uno al occidente y otro al oriente del territorio venezolano. A lo largo del primero habrían ingresado influencias culturales de América Central y del oeste suramericano; por el segundo, influencias provenientes del este y del noreste de América del Sur. El mismo autor formula la teoría de la tricotomía cultural que se basa en considerar el maíz (*Zea mays* L) y la yuca (*Manihot esculenta* Crantz) como dos grandes e importantes productos del occidente y el oriente de Venezuela, respectivamente, a los cuales se agregaría la papa (*Solanum tuberosum* L.) en las zonas altas de los Andes venezolanos. (p.756)

La estructuración del mencionado complejo alimentario involucró también el desarrollo de estrategias para una reingeniería genética, la cual luego de una larga experimentación con la especie vegetal llamada “*pira*”, “amaranto” o “hierba caracas” y su cruce con otras especies produjo como resultado “*el maíz*”. Es de hacer notar que un proceso similar aconteció con las variedades de la “yuca amarga”, la cual luego de la manipulación fue transformada en “yuca dulce” o comestible, o la gran variedad de “papas”, presente en los patrones alimentarios andinos.



Figura N° 5: Distintos tipos de mestizaje del maíz.

Cabe resaltar que los *complejos alimentarios* que integran el maíz, la yuca, y la papa, constituyen aún en la actualidad, ingredientes fundamentales de la dieta básica de los venezolanos. Junto a estos complejos vegetales se incorporaron carnes de distintas cacerías, lapa, venado, cachicamo, rabipelado, danta, jabalí, chigüire, morrocoy, iguana, liebres, diferentes especies de pescado y derivados del mar se incorporaron a la dieta. Esta dieta fue complementada con la incorporación de ganado bovino y caprino, durante la colonización hispana.

La integración de nuevos patrones alimentarios europeos, definió el crisol básico de la *cocina venezolana*, nuevos procedimientos e ingredientes le impregnaron, de nuevos sabrosecos que se unieron al tomate, al ají y al achoche u onoto, tales como el ajo, la cebolla, el ajo porro y el cebollín, entre otros definieron los perfiles de una gastronomía basada en la oposición *Colorado* (tomate-ají-onoto)/*No colorado* (ajo-cebolla-cebollín), que todavía caracteriza el diseño base de la gastronomía venezolana.

La historia delimitó el continuo de la alquimia con la incorporación de patrones árabes y africanos al patrón básico, definiendo las mediaciones entre lo Colorado/No colorado, se presentan entonces “*las puntas*” que definen la caracterización gustativa que define los platos, entre ellas tenemos: el comino, el orégano, el anís, el cilantro, la hoja de plátano, lo aci-dulce, agridulce, dulce-salado, que definen los marcadores de sabor en variados diseños.

Una síntesis de este proceso puede observarse en la conformación del plato típico nacional: “*el pabellón*”, la “*bandera*” alimenticia más popular, compuesta por: caraotas negras; arroz blanco; guiso de “falda”, carne mechada; y plátanos en el borde “llamado popularmente “la baranda”. La proporción y la caracterización de los ingredientes, se correlacionan de gran manera con la presencia, proporción y caracterización de los grupos étnicos que integran la sociedad venezolana, el pabellón, entonces reafirma y establece el vínculo social y la separación integración de los grupos en la vida cotidiana, y la mediación de lo femenino en una cultura con característica de matricentralidad (Hurtado, 2000).

De esta forma encontramos inserta en el patrón básico alimentario, una caracterización del sistema de representación cultural, entendida como: 35 % de comunidades afro-venezolanas, (caraotas negras); 10% de comunidades hispano-venezolanas, arroz blanco; un 50% de población mestizada por la “*falda*” (criolla) y un 5 % de comunidades indígenas, “plátanos amarillos”, borderline, ubicadas en la “*baranda*”, los bordes de las fronteras culturales. Los cual podemos representar en la siguiente figura.

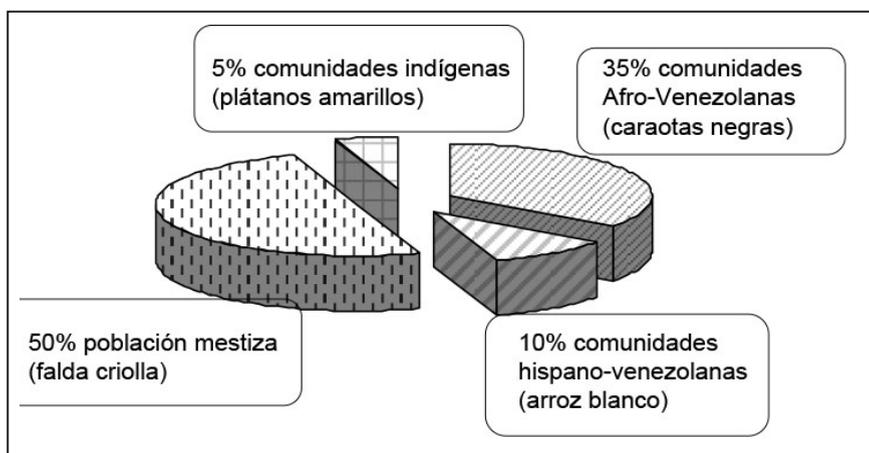


Figura N° 6. Representación cultural inserta en el patrón básico alimentario del pabellón criollo. Fuente: Autor.

LA COCINA VENEZOLANA EN LA ACTUALIDAD

A partir de la segunda y tercera década del recientemente concluido siglo XX, Venezuela ha vivido un gran proceso de transformación producto de la incorporación de nuevos contingentes humanos, provenientes de distintos lugares, y conformando como migrantes nuevas estructuras de colectivos y con ellas *nuevas tradiciones y culturas*.

De esta manera los inmigrantes europeos, italianos, españoles, trinitarios, guyaneses, árabes y muchos otros, aportaron nuevos patrones, recetarios,

maneras de comer, e incluso formas de agrupación y *estilos gastronómicos* en los nuevos contextos de mesa.

El estilo no sólo se refiere a las cualidades estéticas de una creación. De hecho, algo tan cotidiano como el modo y la manera de preparar los alimentos, tiene que ver con la búsqueda de sensaciones táctiles, gustativas y olfativas que determinan el que un alimento esté preparado adecuadamente de acuerdo con la estética y con el estilo en una determinada sociedad dentro de una coyuntura sociohistórica específica.

En tal sentido, las fronteras se han adelgazado y los “nuevos migrantes” han atravesado dichas fronteras y entre ellos podíamos citar a manera de ejemplos, algunas manifestaciones o procesos:

Proveniente de la isla de Trinidad y de notorio ascendente de la India el “*pilaf*” palabra utilizada para nombrar el arroz en la India y su particular forma “aguaita” de ser preparado, se convierte en el conocido “*Pelao Guayanés*”. No podría obviarse la presencia en la llamada Guayana venezolana de importantes grupos antillanos, cuya presencia ha impresionado altamente la cultura como en el caso de la emergencia del “calipso de El Callao”.

Otros platos de antigua procedencia venezolana, que migraron al sur con las campañas independentistas, se mestizaron, adquiriendo distintas características morfológicas y denominación, como es el caso del “*chupe peruano*” cuyo ancestro gastronómico se encuentra en el chupe venezolano, primo hermano de la *pisca andina*.

A lo interno, las células culturales, reunidas a manera de “Ghetos”, lograron, fomentar procesos de osmosis gastronómica ingresando así a la dieta del venezolano, la pasta, el pasticho, la pizza, la brocheta, y otros elementos de la dieta italiana; la paella, el ajillo, las chistorras, los callos, el cocido y otros paltos de la cocina española. *Algunos platos tradicionales*, exhiben sus variantes como es el caso del perico de huevo, del cual la cocina sefardí presentó su interesante versión mezclada con mango verde.

No menos importante resultan la conjunción de dulce-ácido utilizada para la preparación de salsas como el chutney, de mango, ciruela y cambur, para acompañar las carnes, especialmente las preparaciones a base de cerdo.

Finalmente, se destaca la presencia de enclaves de ascendencia árabe en el oriente del país, conformando un “ombligo” para irradiar usos y costumbres de éste origen, en algunos casos generando variantes inéditas con el caso del falafel, preparado con garbanzos y/o habas, el cual en comunidades como Caripe, puede encontrarse en enrollados de jamón y queso.

REFERENCIAS

- Lovera J. R. (2006). *Gastronáuticas, Ensayos sobre temas gastronómicos*. Caracas: Ediciones Fundación Bigott.
- Sanoja, M. y Vargas I. (2002). Visión histórica de la gastronomía y la culinaria. *Boletín Antropológico*. 20 (56), 753-774.
- Salvat. (1980). *Sociedades, pueblos y culturas, colección temas clave*. Madrid: Salvat Editores.
- Washburn, S. (1979). La evolución de la especie humana. En: *Evolución, Monografía de Libros de Investigación y Ciencia*. (pp. 129-137).

De “Los Siete Escalones de la Buena Alimentación” al “Trompo de los Alimentos”. Evolución de las clasificaciones de alimentos en Venezuela.

América Z. Pirela Ch *

María Fernanda Dos Santos **

Mayo 2012

Las clasificaciones de alimentos son “representaciones gráficas que facilitan la promoción de las guías de alimentación y su entendimiento” (Koenig, 2007). A nivel mundial, han sido utilizadas como herramienta en la Educación Alimentaria y Nutricional; por su atractivo y fácil difusión, las comunidades las emplean como una guía para la selección de alimentos saludables y los profesionales de la salud y la educación se valen de ellas para transmitir conocimientos. Esto ha dado lugar, a que la mayoría de los países hayan creado sus propias clasificaciones de alimentos adaptadas a las características y necesidades de sus pobladores.

* Nutricionista (UCV) Especialista en Dinámica de Grupos. (Facultad Humanidades y Educación). Curso de Diseño de Estrategias Educativas (UCV) Curso Medio en Salud Pública. (UCV). Componente de Formación Docente (UPEL). Diplomado en Educación Inicial (UPEL). Forma parte del equipo del Instituto Nacional de Nutrición (INN). CENAMEC dedicado a coordinar y redactar las Guías de Alimentación en el Preescolar. Integrante del equipo INN y MPPE, responsable de elaborar la colección “Nutriendo Conciencias en las Escuelas para el Buen Vivir” y de los fascículos del currículo de educación inicial “Formación de Hábitos Alimentarios Saludables”. Coautora “La educación alimentaria y nutricional- Una estrategia de enfoque multidisciplinario en la formación docente” publicado en la Revista “Retos y Logros”. Correo electrónico: americazoraya@hotmail.com

** Licenciada en Nutrición y Dietética (UCV). Magíster en Nutrición Humana (USB). Adscrita a la Dirección de Estudios Nutricionales del Instituto Nacional de Nutrición. Integrante del equipo INN y MPPE, responsable de redactar la colección “Nutriendo Conciencias en las Escuelas para el Buen Vivir”. Coautora “La educación alimentaria y nutricional- Una estrategia de enfoque multidisciplinario en la formación docente” “Retos y Logros”. Correo electrónico: maferdsc@gmail.com

Las primeras clasificaciones de alimentos se desarrollaron en los países europeos y los ubicados en América del Norte, sirviendo como ejemplos para que otras naciones menos desarrolladas crearan sus agrupaciones (Koenig, 2007). En el caso de Venezuela, la primera clasificación de alimentos fue creada en el año 1953, por el Instituto Nacional de Nutrición (INN). Se le denominó “*Los Siete Grupos de Alimentos*” o “*Los Siete Escalones de la Buena Alimentación*”, debido a que su representación pictórica estaba conformada por una escalera de siete peldaños, representando cada uno de ellos un grupo de alimentos (Figura 1).



Figura 1. Evolución de las clasificaciones de alimentos para Venezuela.

El objetivo primordial de “*Los Siete Escalones de la Buena Alimentación*” era enseñar a la población venezolana a consumir alimentos nutritivos diariamente, al seleccionar una o dos raciones de cada uno de los grupos de alimentos, los cuales estaban divididos por: vegetales verdes y amarillos; frutas frescas; raíces, tubérculos y algunas frutas; leche y queso; carne, pescado, huevos y granos; pan y cereales, y mantequilla (INN, 1953).

“*Los Siete Escalones de la Buena Alimentación*” fueron empleados durante varios años hasta que en 1969 se creó el “*Afiche de los Cuatro Grupos Básicos de Alimentos*”, con el fin de contar con un material de apoyo didáctico más sencillo en comparación con la clasificación anterior, sirviendo como

herramienta educativa para orientar a la población sobre el concepto de alimentación balanceada (INN, 1977). Los cuatro grupos de alimentos que lo conformaban, estaban conformados por: leche y productos lácteos; carnes y huevos; hortalizas y frutas, y granos, verduras y otros alimentos (Figura 1).

Posteriormente, en el año 1976 se realizó en Caracas un seminario en el cual participaron investigadores de diferentes áreas, con la finalidad de evaluar el “Afiche de los Cuatro Grupos Básicos de Alimentos”. En este encuentro, se concluyó que desde el punto de vista estético, el afiche creado en 1969, resultaba poco atractivo y carecía de impacto (INN, 1977). Meses después, se realizó una segunda revisión en la cual se decidió desarrollar una agrupación de alimentos conformada únicamente por tres grupos de alimentos, de tal manera que se facilitara su entendimiento en la población. Esta clasificación a la cual se le llamó “*Tres grupos básicos de alimentos*” quedó conformada por los grupos de: leche, carne y huevos; hortalizas y frutas y granos, cereales y otros alimentos (Figura 1).

Diecisiete años después, el INN tomando en consideración los constantes cambios en los conocimientos relacionados con la ciencia de los alimentos y la nutrición, consideró oportuno convocar a un grupo de profesionales con experiencia e interés en el campo de la educación nutricional, con el fin de renovar aspectos formales del afiche de los tres grupos y adaptarlo a las necesidades de la época (Quintana, Aular y Cárdenas, 1994). Fue por lo tanto en el año 1993, cuando surge un nuevo afiche, en el cual se mantendrían los mismos grupos de alimentos establecidos en 1976, a los cuales se le incorporó por primera vez, una recomendación relacionada con la ingesta de agua, incluyéndose la imagen de la misma entre los tres grupos de alimentos (Figura 1).

Para el año 2007, se realizó una nueva actualización de los grupos de alimentos, resultando el “*Trompo de los Alimentos*” (Figura 1), clasificación creada para orientar a la población acerca de cómo obtener una alimentación variada y balanceada de acuerdo a las recomendaciones nutricionales de Venezuela.

La idea de cambiar la figura de los tres pétalos por una imagen que se adaptará a las políticas que en materia de salud se estaban desarrollando en el

país para ese año, dio lugar a la forma de un trompo, por representar un juego tradicional venezolano (INN, 2007).

El “Trompo de los Alimentos”, está conformado por cinco grupos: granos, cereales, tubérculos y plátanos; hortalizas y frutas; leche, carne y huevos; azúcar, miel y papelón, y grasas y aceites vegetales. Como se puede observar, a los tradicionales tres grupos de alimentos establecidos desde 1976, se les incorporó el grupo de azúcares y el de grasas, los cuales fueron incluidos debido a su asociación con la aparición y desarrollo de enfermedades como la obesidad, la diabetes, el cáncer, entre otras enfermedades crónicas que se han instaurado en la población venezolana durante los últimos años, como principales causas de mortalidad. Igualmente, se incluyó por primera vez la recomendación de actividad física.

Como se puede apreciar, el “Trompo de los Alimentos” se desarrolló pensando en las características de la población venezolana del Siglo XXI, de tal manera que además de enseñar hábitos saludables de alimentación, estos estuvieran acompañados por estilos de vida saludables, de tal manera de favorecer la prevención de enfermedades causadas, tanto por déficit como por exceso de nutrientes.

En el año 2008, surge una adaptación del “Trompo”, denominado “Trompo Indígena de los Alimentos” (Figura 2). Desarrollado para la población indígena de Venezuela, esta clasificación está conformada por 5 grupos constituidos por alimentos comúnmente consumidos por las diferentes etnias.



Figura N° 2. Trompo Indígena de Alimentos

LOGROS ALCANZADOS CON LA IMPLEMENTACIÓN DEL “TROMPO DE LOS ALIMENTOS”:

- Como recurso que ha contribuido a delinear las políticas del Estado venezolano (INN, 2011): El “Trompo de los Alimentos” se ha integrado a las políticas que viene desarrollando el Estado; como parte de este proceso podemos destacar los siguientes aspectos:

- Constituye una referencia, que comprende una serie de elementos técnico-políticos en el área de alimentación y nutrición, que se han insertado en la formulación y desarrollo de las políticas relacionadas con la seguridad y soberanía alimentaria de la nación, siendo en este sentido, una herramienta de referencia fundamental que ha contribuido en la mejora y alcance de los programas, proyectos y acciones de los sectores agroalimentario, social y educativo, teniendo como propósito el estímulo, la diversificación de la producción nacional y la formación y consolidación de hábitos alimentarios saludables en la población, en todas las etapas del ciclo vital, en armonía con nuestra cultura alimentaria y nutricional.
- Prioriza y apoya el derecho a la alimentación de la población venezolana, para satisfacer las demandas alimentarias y nutricionales de las comunidades y todos los miembros del grupo familiar, sea cual sea su condición y de las y los consumidores; estableciendo para ello una serie de pautas y criterios que garantizan el acceso a alimentos adecuados en calidad y cantidad, de acuerdo con sus necesidades nutricionales, para mantener una ingesta suficiente de energía y nutrientes y cubrir sus requerimientos, para llevar una vida activa y saludable, en los ámbitos individual y colectivo.
- Apoyo como estrategia y recurso educativo del currículo venezolano, promoviendo la creación de la pedagogía de la alimentación, enfocada a fomentar la concienciación y sentido crítico en la familia, escuela y comunidad, con la finalidad de valorar la importancia de la alimentación y nuestra cultura alimentaria y nutricional, como aspectos esenciales de la salud, bienestar, identidad y calidad de vida.
- Representa una guía que promueve la planificación alimentaria y nutricional, así como la organización, conformación y gestión de la contraloría social, así como proyectos de producción social en alimentación a nivel de las comunidades, considerando los principios de la diversidad social y cultural, con miras a mejorar el acceso, selección, preparación y consumo de alimentos para favorecer a la

población y especialmente a los grupos vulnerables (niñas, niños en edad escolar, mujeres embarazadas, lactantes y adultos mayores, entre otros), privilegiando el acceso permanente y seguro a una ingesta suficiente y sana de alimentos.

- Fortalece nuestra cultura alimentaria y nutricional, mediante la valoración, recopilación y fomento de las costumbres y recetas culinarias de nuestros ancestros, siendo el “*Trompo de los Alimentos Indígena*”, una muestra de dicho patrimonio. El mismo constituye una herramienta que muestra los diversos matices y riquezas de nuestras tradiciones y recursos culinarios ancestrales a lo largo y ancho del país, incluyendo las regiones, desde el Amazonas, Los Llanos, Andes y Costa. Cada día es más importante volver la mirada de las nuevas generaciones a los aspectos multifacéticos que nos ofrece la alimentación, como legado social, histórico, cultural y nutricional, lo cual forma parte de nuestra identidad nacional.
- *Como recurso que ha incentivado el trabajo y la participación comunitaria:* El “*Trompo de los Alimentos*” proporciona una guía metodológica y orientadora para las comunidades en el área de educación nutricional, siendo fundamental en el desarrollo de los siguientes aspectos:
 - Ofrece una guía nutricional, que incluye ciertas pautas que permiten identificar y evaluar conocimientos, actitudes y prácticas relacionados con la selección, preparación y consumo de alimentos, brindando alternativas que ayudan a orientar el análisis y reflexión de la situación alimentaria y nutricional de las comunidades, de manera de reafirmar aquellos hábitos que resulten saludables y positivos, así como transformar los perjudiciales o inadecuados.
 - Permite entender de manera gráfica y sencilla los principios de una alimentación saludable, según las necesidades nutricionales de la población venezolana, lo cual constituye un punto de referencia para apoyar a las comunidades en la evaluación e identificación de posibles problemas enmarcados en aspectos relacionados con la calidad

y cantidad de la alimentación, considerando los diferentes grupos etarios y los contextos sociales.

- Contribuye a impulsar la gestión y participación comunitaria en el desarrollo de programas, proyectos y acciones dirigidas a promover la contraloría social en todas las fases de la cadena alimentaria.
- Constituye una referencia para la selección y compra de los alimentos que conforman la dieta diaria y hacer las combinaciones adecuadas de los alimentos, de manera de favorecer el crecimiento, el desarrollo y el buen estado de salud de los grupos vulnerables (embarazadas, niñas y niños lactantes, en edad preescolar, escolar, adolescentes y adultos mayores, así como grupos con alguna discapacidad funcional o que padecen alguna enfermedad).
- Promueve estilos de vida saludables, para la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles, mediante la práctica diaria del principio de combinación adecuada en calidad y cantidad de los alimentos, que conforman cada una de sus franjas, los cuales se requieren para una alimentación saludable, además de promover la práctica de actividad física, el consumo de agua y moderación en la ingesta de azúcares y aceites.
- Promueve y rescata el consumo de platos tradicionales de la cultura alimentaria y nutricional venezolana como un medio para alcanzar la seguridad y soberanía alimentaria.
- Induce a la reflexión acerca de modelos de consumo alimentario que promueven una alta ingesta de alimentos exógenos que no son producidos en el país, adoptándolos como parte de nuestra cultura, lo cual vulnera nuestra Soberanía Alimentaria y nos hace dependiente de importaciones, desplazando modelos propios y tradicionales de nuestra cultura alimentaria y nutricional, tal es el caso del trigo, cereal que no se produce en el país y del cual existe una alta dependencia. Como una alternativa soberana el “Trompo de los

Alimentos” promueve el rescate de nuestra cultura ancestral sobre todo en el consumo de tubérculos como la yuca y su derivado el casabe, el ocumo, el ñame y el apio, acompañados de los cereales producidos en Venezuela como el maíz y el arroz.

REFERENCIAS

- Instituto Nacional de Nutrición. (1953). Programa de nutrición para los centros de salud pública. Plan mínimo. Manual de procedimientos. *Cuadernos* N° 17. Caracas: Autor.
- Instituto Nacional de Nutrición. (1977). Revisión de los sistemas de agrupación de los alimentos en la educación nutricional. Serie de Cuadernos Azules N° 39. Caracas: Autor.
- Instituto Nacional de Nutrición. (2007). *Informe de la mesa técnica de actualización de los Grupos Básicos de Alimentos para Venezuela*. Caracas. [mimeo].
- Instituto Nacional de Nutrición. (2011). Nutriendo conciencias en las escuelas para el buen vivir. Orientaciones para la maestra y el maestro Colección: Nutriendo conciencias en las escuelas para el buen vivir. Caracas: Autor.
- Koenig, J. (2007). Visualization of Food-based Dietary Guidelines – examples. *Ann. Nutr. Metab.*; 51 (S2): 36-42.
- Quintana, E., Aular, A. y Cárdenas, L. (1994). Validación de los cambios propuestos a la clasificación de alimentos vigente en Venezuela. X Congreso Latinoamericano de Nutrición; Caracas [mimeo].

Cocido a fuego lento y otras metáforas cotidianas provenientes del contexto culinario

Jenny Fraile¹⁵

Mayo 2012

LA METÁFORA EN LA VIDA COTIDIANA

En el día a día, el ser humano en el proceso de comunicación emplea expresiones, palabras, construcciones que le permiten explicar mejor una idea, un pensamiento o dejar por sentada una información sin hacer uso de discurso extenso al valerse de éstas, ya que se da por sentado que su interlocutor sabe a ciencia cierta qué es lo que quiere decir.

Estas construcciones utilizadas en el lenguaje cotidiano pueden adquirir forma de colocaciones, frases proverbiales, refranes, locuciones, eslogan, entre otras. No siendo el objetivo del trabajo que se presenta la clasificación del corpus de estudio bajo siguiendo estas pautas, se hace mención de ellas para explicar porque en adelante se hablará de Unidades Fraseológicas (UFS) ya que se asumió seguir lo propuesto por Corpas Pastor (2006) quien hace referencia que este término alude o agrupa a todas las construcciones antes mencionadas.

* Profesora de Educación Integral y cursante del Doctorado en Cultura Latinoamericana y del Caribe. Coordinadora Nacional de Proyectos Especiales del Vicerrectorado de Extensión-UPEL (2008). Actualmente desarrolla los Proyectos: La Narración Oral como herramienta para fomentar la lectura y Del Fogón a la Palabra: Glosario de Unidades Fraseológicas motivadas en el contexto culinario. Adscrita al departamento de Expresión y Desarrollo Humano en el Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez. jennyfraile@yahoo.com. jennyfraile@gmail.com

El corpus de estudio está integrado por un conjunto de seiscientos diez UFS se compilaron a partir de la revisión bibliográfica de textos que recogían usos y voces del léxico venezolano, la aplicación de una encuesta a sesenta estudiantes del Instituto Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez” de la especialidad de Lengua Castellana y Literatura de la Sede de La Urbina y de la Extensión de Río Chico, y de la entrevista a un grupo de expertos en el área gastronómica y culinaria, en virtud de que las UFS que se seleccionaron son sólo aquellas cuyo contexto de origen es el culinario.

Una vez obtenidas y compiladas las UFS motivadas en el contexto culinario, bien porque aluden a un utensilio, técnica, artefacto o alimento, se contrastaron con el Diccionario de la Real Academia Española (DRAE) y se constituyó el corpus de estudio con aquellas que no estaban registradas en el DRAE o que aparecían con un significado diferente al empleado en el español de Venezuela.

Existe una variedad de posibilidades de abordaje de este corpus pero se optó por agrupar las UFS motivadas en el contexto culinario a la luz de la teoría propuesta por Lakoff y Johnson (2001) ya que una buena parte de las UFS presentan en su significado el uso de la metáfora. En las siguientes líneas se encontrará en una primera parte una revisión teórica de lo propuesto por estos autores y luego se presenta una muestra de la clasificación realizada siguiendo lo propuesto en *Metáforas de la vida cotidiana*.

Cuando se escucha o lee la palabra metáfora se evoca el concepto que quizás se aprendió desde la educación primaria, es decir, se piensa enseguida en la asignación de las características de algo a otro ente humano o no a manera de comparación sin emplear un nexo para ello.

En esta teoría la propuesta de Lakoff y Johnson (2001) es relacionar las metáforas con el hecho de hablar empleando “expresiones que provienen de otro campo” (p.14), vinculan además, los autores, estas relaciones al “isomorfismo¹ entre dos áreas de expresión” (p.14), como es el caso de las unidades

1. Según el The free Dictionary : LING. En la glosemática, correspondencia entre el plano fónico y el plano semántico de la lengua.

fraseológicas (UFS) compiladas en esta investigación que fueron motivadas en el contexto culinario y que como expresa su título han pasado por un proceso de transformación, lexicalización hasta que ya se reconocen con un significado diferente al de su contexto inicial de origen.

Ciertamente entre la metáfora y la realidad a la cual alude se da un isomorfismo, pero lo medular, desde la perspectiva de la autora es que tanto Lakoff como Johnson lo que resaltan es la posibilidad de comprender, que los conceptos, las definiciones “se estructuran metafóricamente, la actividad se estructura metafóricamente y, en consecuencia, el lenguaje se estructura metafóricamente” (p. 42), que es el objetivo de la tarea planteada al agrupar las UFS según el significado que asumen en relación a una metáfora.

Señalan los lingüistas, tomados como referencia teórica del estudio, que “en casi todos los casos las metáforas dan expresión a realidades abstractas en términos de otras más concretas” (p. 24), el contexto inicial que ocupa, es el culinario, el cual es trascendido y así se cocina una idea, se monta a alguien en la olla, como formas de expresar lo que se está realizando en determinado momento. Partiendo de esta premisa se entrevistó a los expertos de tal forma de indagar si ciertamente la UFS provenía de una realidad concreta, por ejemplo se les preguntó si era cierto que muchas manos ponen el caldo morado, a lo que los chef y gastrónomos entrevistados respondieron afirmativamente, cumpliéndose de esta manera con lo indicado por estos Lakof y Johnson.

Ambos autores coinciden en considerar a la metáfora como “una cuestión de interés central, acaso la clave para dar cuenta adecuadamente de la comprensión” (p. 33). Por lo que, como se dijo en párrafos anteriores, se torna interesante la revisión del trabajo de estos autores ya que su estudio sobre la metáfora busca abordar la comprensión y el significado de las expresiones en la experiencia cotidiana o lo que es lo mismo en el lenguaje general, ambos incluidos en las UFS compiladas para este trabajo.

Los autores tomados como referente teórico, en sus investigaciones, han encontrado que la metáfora impregna la vida cotidiana, el pensamiento y la acción, ya que “la esencia de la metáfora es entender y experimentar un tipo de cosa en términos de otra” (p. 41).

Como ejemplo de la influencia de las expresiones metafóricas en el lenguaje cotidiano, exponen estos autores el concepto metafórico “el tiempo es dinero” y cómo éste estructura las actividades y se refleja en la lengua en el uso de UFS como: “me estás haciendo *perder* el tiempo, ¿en qué gastas el tiempo estos días?, tienes que calcular el tiempo, vive de tiempo *prestado*” (p. 44). Ciertamente un concepto metafórico refleja una parte de la realidad y deja oculta otra u otras acepciones o implicaciones, por ejemplo, aplicando la misma metáfora propuesta por estos investigadores estadounidenses “el tiempo es dinero”, la expresión *te he prestado mucho tiempo*, no necesariamente implica que a quien se le ha prestado el tiempo deba devolverlo o pagar intereses por concepto de ese préstamo, sino que ha sido atendida más de lo que merecía.

Lakoff y Johnson (*ob.cit.*) hablan de varios tipos de metáforas, las cuales son: orientacionales, ontológicas, y las de recipiente. Las primeras, relacionan conceptos con ubicación espacial del tipo “feliz es arriba” que lleva a UFS del tipo “*hoy me siento alto, tengo el ánimo por el cielo, me levantó la moral*”.

Así también, asocian con arriba: éxito, salud, fuerza física, en construcciones como: “*está en la cúspide de su carrera, en la cima de la salud, estoy por encima de esta situación, sube como la espuma*”. Dentro de las conclusiones a las que llegaron estos autores en relación a las metáforas espacializadoras-orientacionales, se considera pertinente citar la que sigue, en virtud de su vinculación con los objetivos propuestos:

Las metáforas espacializadoras *tienen sus raíces en la experiencia física* y cultural; no son asignadas de manera arbitraria. Una metáfora puede servir de vehículo para entender un concepto solamente en virtud de sus bases experienciales-nuestra experiencia física y cultural proporciona muchos fundamentos posibles para metáforas espacializadoras. Cuáles son los elegidos y cuáles se convierten en los principales pueden variar de una cultura a otra. (p.55-56)

Estas experiencias son las que permiten evocar y aplicar las características de una cosa a otra, como por ejemplo ocurre en las siguientes UFS tomadas del corpus de estudio *montar en la olla*, requiere saber por experiencia que relaciona arriba y adentro de, ya que para poder *cocinar algo*, debe colocarse

dentro de un utensilio para tal fin además de que se infiere que debe estar la olla sobre la estufa.

Las metáforas ontológicas permiten conocer, comprender aquellas que van más allá de las orientaciones físicas, ya que facilitan el conocimiento de las experiencias en función de objetos y sustancias, lo que permite categorizar, agrupar, cuantificar y razonar las experiencias. Al respecto expresan los lingüistas hasta aquí citados que las metáforas ontológicas “reflejan los tipos de fines para los que sirven” (p. 64), colocan como ejemplo a la inflación y verla como una entidad “proporciona una manera de referirnos a esa experiencia” (p.64); expresado en el ejemplo de la siguiente manera:

“La inflación es una entidad”



Produce expresiones como:

“La inflación está bajando nuestro nivel de vida”

“La inflación me pone enfermo” (p.64)

El tener conocimiento de las metáforas ontológicas permite claramente concientizar los diferentes fines a los que sirve y procurar una mejor comprensión y enfrentar racionalmente la realidad y las experiencias reflejadas en las metáforas, como *ser una chupeta de ajo*², requiere que alguien haya tenido la experiencia de haber comido ajo y sólo así puede comprender lo que significa adjudicarle estas características a la forma de ser de alguien (picante, fuerte, impregnante y en algunos casos repugnante).

Dentro de esta gama de metáforas colocan como ejemplo los autores citados, *la mente es una máquina* (p.66) y expresan cómo ésta ha permeado tanto

2. UFS tomada del corpus compilado por la autora

el lenguaje que son percibidas como “descripciones directas y autoevidentes de fenómenos mentales...nunca se nos ocurre pensar que son metáforas” (p. 67), de tal forma que expresiones como “*le falta un tornillo, mi cerebro no funciona hoy, su cerebro estalló*”, *está frito*³ son en realidad metáforas.

En palabras de estos lingüistas “las metáforas ontológicas más obvias son aquellas en las que el objeto físico se especifica como una persona” (p.71), es decir tratar como humano a algo no humano, por ejemplo: *alábrate pollo que mañana te guiso, sólo conoce su olla la cuchara que la menedá*⁴.

Ahora bien, existe una diferencia en algunos casos de personificación en los que se atribuyen cualidades humanas a cosas no humanas, en los que en realidad no se hace referencia a un ser humano real, es lo que se conoce como metonimia. Ejemplifican la metonimia en expresiones como “*el sándwich de jamón está esperando la cuenta*” en el contexto de un restaurante, lo cual se entiende como que la persona que consumió un sándwich de jamón solicitó su cuenta, nadie imagina al alimento en espera de pagar, porque se emplea “una entidad para referirse a otra que está relacionada con ella” (p. 73).

Incluyen en la metonimia un apartado que los teóricos llaman de forma tradicional sinécdoque, en el que “se toma la parte por el todo” (p.74), como por ejemplo en las siguientes expresiones: “*hay muchas buenas cabezas en la universidad (gente inteligente), necesitamos sangre nueva para la organización (gente nueva)*” (p.74). Expresan los autores de *Metáforas de la vida cotidiana* que los conceptos metonímicos, al igual que los metafóricos son sistemáticos y que organizan pensamientos y acciones, de igual forma los conceptos metonímicos como los metafóricos se sustentan en las experiencias.

El otro tipo de metáfora a las que hacen mención son las de recipiente, estos teóricos establecen que “el recipiente va desde un ser humano, con su superficie limitada, su dentro-fuera, hasta por ejemplo una casa, una habitación con un interior y un exterior” (p. 68). En este tipo de metáforas se

3. UFS tomada del corpus compilado por la autora

4. UFS tomadas del corpus compilado por la autora

pone de manifiesto la territorialidad, es decir, “definir un territorio, ponen una frontera alrededor, es un acto de cuantificación” (p.68); por lo que todo aquello que es cuantificable entra en este tipo de metáfora.

Así, conceptualizan al campo visual, ya que éste define una frontera, da un espacio físico limitado, por lo que se puede decir “*lo tengo a la vista, ¡sal de mi vista!*” Dentro de esta misma explicación entran diferentes estados que se catalogan como recipiente como: “*está enamorado, entró en un estado de euforia, está en un error*” (p.70).

Lakoff y Johnson (*ob.cit.*) presentan muchos ejemplos de los se han seleccionado “las ideas son comida”, en función de su vinculación y cercanía con el objeto de estudio que guió este trabajo, ya que se pretendió organizar un corpus de UFS motivadas en el contexto culinario e incorporadas al léxico cotidiano de Venezuela, a la luz de la teoría de estos autores.

Ya que la metáfora “las ideas son comida” se vincula a expresiones como: “*lo que dijo me dejó un mal sabor en la boca, ideas a medio cocer, teorías recalentadas, hay aquí demasiados hechos para que los pueda digerir, sencillamente no puedo tragarme esa afirmación, eso es alimento para el pensamiento*” (p.85-86) y, por ende, con buena parte de las UFS compiladas.

Puede observarse en los ejemplos escogidos y presentados, la estructura metafórica da un significado parcial que se refleja en el léxico, se dice parcial porque cada metáfora deja por fuera algún elemento o algún punto de vista que eventualmente es retomado en otra; el hecho de que sólo un aparte estructure los conceptos los coloca en el terreno del lenguaje figurativo.

Las expresiones metafóricas se emplean dentro de un sistema global de conceptos, que se fijan en la memoria colectiva por el uso, es decir, son lexicalizadas, ya que el tenor de esta investigación procura la definición de las UFS cuyo contexto inicial fue el culinario.

Al respecto, tanto el lingüista como el filósofo, señalan que “la parte que se utiliza puede consistir en una sola expresión del lenguaje, fijada con-

vencionalmente y que no interaccionan sistemáticamente con otros conceptos metafóricos debido a que se utiliza una parte muy reducida de la misma” (p. 95), así alguien con escuchar o leer *si como caminas, cocinas*⁵, logra no sólo evocar el resto de la expresión sino que además sabe que se refiere a una mujer de caminar cadencioso, rítmico y quizás insinuante.

Como se ha dicho en líneas anteriores, el hecho de que se considere la metáfora sustento teórico se justifica en que, por una parte, algunas de las UFS tienen estructura metafórica y, por la otra, como se ha explicado hasta el momento, existen conceptos metafóricos que se estructuran de forma parcial “de una experiencia en términos de otra” (p.117).

Lakoff y Johnson (*ob.cit.*) afirman que la mayor parte del sistema de conceptual está estructurado metafóricamente. Entienden ciertas metáforas, como el caso de *las ideas son comida*, de la forma A es B, siendo B el concepto que define, que se encuentra fijado en la experiencia, es, además más concreto que A, que es lo definido. Por ejemplo: “*las ideas son comida*”, permite obtener *hechos crudos e ideas a medio cocer*, pero no existen ideas salteadas, hervidas o escalfadas. De igual forma da origen a UFS como *ahí se cocina algo, ellos están cocinando algo*⁶.

Estos autores expresan que la mayor parte de sus experiencias provienen del lenguaje – “de los significados de palabras y frases, y de la forma como los humanos dan sentido a sus experiencias” (p.156) pero a pesar de esto en la elaboración de los diccionarios no se ha considerado, según estos autores, “tratar de dar una explicación en términos generales de la forma que la gente entiende conceptos normales en términos de metáforas sistémicas” (*idem*).

Persuadida por esta teoría que ha permitido descubrir que las metáforas facilitan entender un dominio de la experiencia en términos de otras, lo que sugiere que la comprensión surge del dominio total de la experiencia y no en conceptos aislados, por lo que además en varios de sus apartados hacen refe-

5. UFS tomada del corpus compilado por la autora

6. UFS tomadas del corpus compilado por la autora

rencia a la Gestalt ya que el todo siempre es más que las partes. La naturalidad de la comprensión de estas experiencias deviene de: el cuerpo, la interacción con el ambiente físico y la interacción con otras personas de la misma cultura, es decir, proponen que los conceptos se dan en relación a sus experiencias naturales, ellos hablan, por ejemplo de amor, tiempo, ideas, argumentos como experiencias naturales que requieren una definición metafórica “ya que no están lo bastante claramente delineados en sus propios términos para cumplir los objetivos de nuestro funcionamiento cotidiano” (p.159).

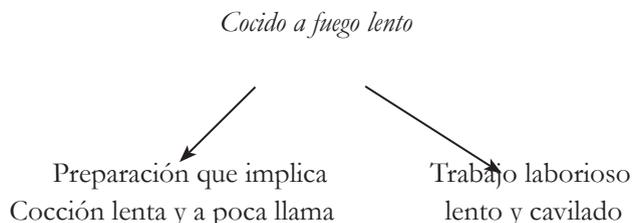
De igual forma, ocurre con los conceptos que se emplean para definir que también son experiencias naturales, como por ejemplo la orientación física (arriba es mejor), objetos (el tiempo es un objeto valioso), comida (las ideas son comida), edificio (los argumentos son edificios).

En conclusión, las metáforas estructuran el sistema conceptual ordinario de una cultura que se refleja en el lenguaje cotidiano lo cual se relaciona directamente con el objetivo general de esta investigación.

A partir de la metáfora *las comidas son ideas*, propuesta por los autores seleccionados se han propuesto nuevas metáforas las cuales agrupan a un determinado conjunto de UFS motivadas en el contexto culinario que comparten el mismo significado y se presentan a continuación.

Las comidas son ideas:

Estar cocinando algo, estar a medio cocer, estar crudo, cocido a fuego lento.



Las comidas son rasgos físicos:

- Personas de piel blanca: *pan sin horno, tequeño crudo*
- Personas de piel oscura: *se pasó de horno, es un caldero*
- Personas muy delgadas: *es un fideo*
- Persona con exceso de peso: *parecer una ballaquita mal amarrada*
- Personas muy pequeñas: *es un alfeñique*
- Personas de músculos flácidos: *ser un majarete, ser un espárrago mojado*
- Persona de gran atractivo físico: *ser un mango, estar podrido de bueno, ser un bombón, si así está de verde cómo será de maduro*
- Piernas muy delgadas: *tener unas canillas*
- Batatas gruesas: *tener campesinos o gallegos*

Las comidas son rasgos de personalidad:

- Persona bondadosa, solidaria, amable: *es un pan de Dios (ser un pan), más bueno que el pan*
- Persona de trato dulce con los demás: *es un dulce, ser una miel, más dulce que la galleta María*
- Persona amargada y de trato osco hacia los demás: *ser una chupetica de ajo, no ser una pera en dulce, lo ácido del limón es lo dulce de la suegra*

Las comidas son actos no lícitos:

- Develar los actos ilícitos, por lo general referidos a corrupción o contrabando: *Tener un guiso, estar guisando, tener un quesito, destapar la olla*

Las comidas son costumbres:

- Llegar de primeros: *el primer chicharrón de la cazuela, llegar a freír tequeños*
- Ir sin invitación a una reunión: *ser arrocero*

Las comidas son situaciones adversas:

- *Cuando el año es frijolero del cielo te caen las vainas, se le puso la arepa cuadrada, la masa no está pa`bollo, que esperanzas pal que siembra coco, estar frito, estar fregado*

Las comidas son expresión de genitales humanos:

- Vulva-vagina: *ah buen bollo, que buen bizcocho, tremenda hallaca, comer catalina-paledonia-cuca*
- Pene: *plátano, cambur, yuca*
- Las comidas son tendencias sexuales: *pártete galleta que llevo tu café con leche, se partió esa galleta de soda, ser cachapera, ser un pargo.*

Por ello, las unidades fraseológicas (UFS) motivadas en el contexto culinario a la luz de la teoría propuesta por Lakoff y Johnson (2001) se pueden caracterizar atendiendo a la clasificación que establecen estos autores: orientacionales, ontológicas, y las de recipiente.

A partir de la metáfora las comidas son ideas y siguiendo la orientación de la metáfora se han generado hasta el momento siete (7) metáforas entorno a las cuales se agruparon UFS motivadas en el contexto culinario que comparten la realidad física que facilita la comprensión de “de una experiencia en términos de otra”.

REFERENCIAS

- Erminy A. S. (2006). *Refranes que se oyen y se dicen en Venezuela*. Caracas: Editorial Cadena Capriles.
- Haensch, G. (1996). *Los diccionarios del español en el umbral del siglo XXI*. España: Ediciones Universidad de Salamanca.
- Lakof, G. y Johnson, M. (2001[1980]). *Metáfora de la vida cotidiana*. España: Cátedra.
- Míralda, A. (2002). *Sabores y Lenguas*. Caracas: Museo de Bellas Artes.
- Vélez, F. (1996). *El folklore en la alimentación venezolana*. Caracas: Editorial Sucre.

Aportes para el abordaje de la educación alimentaria y nutricional en el contexto venezolano

Ernesto Elías De La Cruz Sánchez*

Mayo 2012

Los hábitos alimentarios adquiridos durante la infancia son decisivos en la vida del individuo, y condicionarán toda conducta futura de éste ante los alimentos.

Dr. José María Bengoa (1987)

INTRODUCCIÓN

En el año 2008 la Fundación Bengoa, institución especializada y de prestigio a nivel nacional en el campo de la alimentación y la nutrición, desarrolló una investigación a fin de actualizar la problemática nutricional del país. Para ello realizó un estudio por encuesta, a especialistas e investigadores de todo el país y un análisis a profundidad a través grupos focales. De estos trabajos se jerarquizaron un conjunto de situaciones problemáticas que consideraron fundamentales dentro del tema de la alimentación y nutrición: 1° la educación y falta de información, 2° la forma como se comunica la información, 3° desconocimiento de los micro nutrientes, 4° deficiencias de micro nutrientes (hierro y ácido fólico), 5° el consumo de grasas, 6° contraste entre el déficit y el exceso (desnutrición y obesidad), 7° la lactancia materna, 8° la oferta de

* Profesor en Biología y Ciencias Generales. Doctor en Educación UPEL-IPC. Coordinador de la línea de Investigación y del proyecto de Servicio Comunitario en Educación Alimentaria y Nutricional, adscrita al Centro de Investigación Juan Manuel Cagigal en IPMJM Siso Martínez. Profesor Asociado de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador UPEL. e-mail. ernestodelacruz0203@yahoo.es

productos, 9º la estructura saludable de la dieta y 10º la higiene. En conclusión de los participantes, el problema nutricional del país es complejo debido a la multiplicidad de factores predisponentes y determinantes del entorno que requieren ser abordados a través de sólidas políticas públicas. (Fundación Bengoa, 2009).

En el marco de lo anterior podemos destacar que la *malnutrición* (desnutrición y obesidad), tiene implicaciones fundamentales en la formación integral del individuo: a) incide directamente sobre el crecimiento del sistema nervioso y sobre el funcionamiento cognitivo, y por ende sobre el aprendizaje, especialmente cuando existen condiciones de extrema pobreza y se la ha asociado con el retardo en el crecimiento y desarrollo del cerebro que persiste en la edad adulta (Leiva, Brito, Pérez, Torejón y Hernán, 2001), b) los procesos, neurológicos y cognitivos, requieren para su adecuado desarrollo de nutrientes básicos como energía, hierro, zinc, ácidos grasos esenciales y sus derivados, aminoácidos, vitaminas, entre otros (De Santis y García, 2008; Sridhar, 2008), c) el desequilibrio en la ingesta de nutrientes, la persistencia de hábitos dietéticos inadecuados y / o un estilo de vida poco saludable, están asociados con el desarrollo de enfermedades crónicas como las enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2, y cáncer, así como con el aumento o disminución de la longevidad, lo que refleja que los factores dietéticos tienen efectos directos sobre los procesos moleculares y genéticos (Raquid y Cravioto, 2009), d) se han encontrado evidencia de la relación entre la obesidad infantil en edad preescolar y la conducta de omitir el desayuno (Dubois, Girard, Potvin, Farmer y Tatone-Tokuda 2009), e) el conocimiento de la alimentación y la nutrición, se convierte en una herramienta o estrategia esencial para el fomento de la autonomía de los individuos, que puedan actuar intencionalmente y con independencia de influencias (libertad); esto requiere un proceso coherente por parte de la educación (Ionata y Sousa, 2008) y f) la educación para una alimentación saludable atañe tanto a maestros como a las familias y ambos deben colaborar conjuntamente para fomentar en los niños y niñas hábitos de alimentación saludables (Gutiérrez, 2008).

Otro de los problemas a nivel de salud se ubica en la alta tendencia a la obesidad infantil, autores como Drewnowski, (2009), Aranceta, Moreno,

Moya y Anadón (2009), Heitmann, Koplan y Lissner (2009), a nivel internacional Luigli (2010), Zarzalejo y Gasloni, (2010) y López, Landaeta y Sifontes (2010) a nivel nacional, coinciden en señalar: a) la obesidad, más allá de un problema de salud física, debe considerarse también un problema psicosocial y muchas de las características sociales y culturales que la población ha aceptado como una forma normal de la vida colectiva, pueden contribuir a los crecientes niveles de obesidad infantil; b) la obesidad se define como una condición multicausal, en la cual los factores biológicos, dietéticos, sociales y psicológicos están claramente entrelazados. Siendo los más resaltantes las asociadas al aprendizaje inadecuado de hábitos y conductas alimentarias y a pautas de interacción familiar con carencia de organización y control, entre otros; c) a nivel comunitario, la prevención de la obesidad debe basarse en la educación nutricional y el aumento de la actividad física en diferentes entornos, tales como escuelas y centros de trabajo y debe contar con la participación de las familias; y d) Venezuela recorre el camino desde la transición alimentaria y nutricional a la superposición de problemas de salud pública, en medio de la transición demográfica y epidemiológica, que evoluciona, desde altas prevalencias de enfermedades infecciosas y desnutrición hacia altas prevalencias de Enfermedades Crónicas no Transmisibles (ECNT) y sobre-nutrición. Esta “doble carga” constituye un desafío, en medio de un ambiente de incertidumbre socio político, alimentario y de salud.

Razón por la cual la UNESCO (2007), recomienda adoptar un estilo de alimentación saludable desde edades tempranas, momento en que son establecidas muchas de las actitudes hacia la salud y las cuales marcan una influencia fundamental para toda la vida. Es por ello que una alimentación y nutrición saludables durante las primeras etapas del desarrollo son de gran importancia para el individuo, pero también para su propia familia y para el futuro de la comunidad.

Por ello, la educación en alimentación y nutrición deben orientarse a potenciar o modificar los hábitos alimentarios, involucrando a todos los miembros de la comunidad educativa; niños, padres, maestros y directivos. Educar sobre la necesidad e importancia de una buena alimentación implica: descubrir y erradicar creencias, mitos y conductas erróneas; promoviendo consciencia

sobre las diversas funciones o roles que juega o debe jugar la alimentación en las diversas esferas de la vida, la salud, los aprendizajes, la producción, distribución y consumo de alimentos; fomentar conceptos, actitudes y conductas claras y fundamentales sobre la alimentación.

En síntesis, la formación integral del futuro docente en este campo debe constituirse en una necesidad permanente para las instituciones pedagógicas que forman a este recurso humano, sobre todo considerando los problemas de salud que afectan a nuestro país y que se derivan mayoritariamente de las carencias nutricionales y las prácticas de hábitos y estilos de vida poco saludables.

LA ALIMENTACIÓN Y LA NUTRICIÓN DESDE LA PERSPECTIVA EDUCATIVA

Muchos han definido la educación alimentaria, también llamada educación nutricional, como aquella que promueve mejoras en los conocimientos, las actitudes y las prácticas de las personas, para lograr una vida más sana y productiva. Por otra parte, Patiño (2005), la define como un conjunto de actividades de comunicación que buscan una modificación voluntaria de prácticas que influyan en el estado nutricional, con el objetivo de mejorarlo. De esta definición se destacan cuatro aspectos:

1. La educación en nutrición se distingue de otras intervenciones por su carácter de actividad de comunicación, donde su intervención reside en la transmisión de mensajes.
2. La educación en nutrición busca la modificación de prácticas juzgadas no deseables, aunque modificables, así como de reforzar las prácticas juzgadas positivas.
3. Están en juego no sólo los hábitos alimentarios, sino además otras prácticas que determinan el estado nutricional.
4. Esta modificación de prácticas relacionadas con la nutrición, debería ser el resultado de un acto voluntario. Este cambio debe ser consciente y no con sentido de culpa.

Es decir, hay que contar con la participación consciente y responsable de las personas residentes en las comunidades hacia el problema nutricional y de salud. Que está ligado a otros factores ambientales, económicos, sociales, educativos y culturales, que profundizan y complejizan aún más el problema nutricional y establece mayores retos al sector educativo del país.

Otra visión sobre el término *Nutrición*, aporta De Tejada (2009), al considerarla como: “Estado de bienestar subjetivo, integral producido por un suficiente aporte de nutrientes biológicos, afectivos, sociales, económicos, cognitivo-convivenciales, espirituales los cuales son expresión de procesos socioeconómicos, socio afectivos y culturales del ambiente donde se vive”.

Los proyectos a nivel internacional que se destacan por su impacto positivo en la salud de la población, son los reportados por De Oliveira y Sousa, (2008), en Brasil; “Niños Saludables”, “Educación Diez” “Cocina Brazil” y “Alimentos Inteligentes”. Esos proyectos destacan: (a) el uso del término “*Educación Alimentaria y Nutricional*” en lugar de “educación nutricional” ya que el centro del análisis y abordaje deben ser los alimentos y no sólo los nutrientes; (b) se debe promover el abordaje investigativo y educativo sobre alimentación y nutrición en diversos campos del conocimiento: antropología, historia, ambiente, psicología, economía, etc.; (c) dar prioridad a la *Educación Alimentaria y Nutricional* en las políticas públicas existentes y nuevas; (d) promover proyectos políticos y pedagógicos que se centren en los alimentos, la educación alimentaria y nutricional, la formación docente y de especialistas en el área, y (e) la responsabilidad del Estado en la regulación de la publicidad de los productos alimenticios destinados a los niños, proponer planes y programas sobre la promoción de la educación alimentaria a todos los niveles y modalidades del sistema educativo, con mayor prioridad en la población infantil.

En Venezuela, el gobierno y las instituciones especializadas han elaborado y publicado directrices alimentarias como base para la educación nutricional estas son: Las guías de alimentación para Venezuela, guías de alimentación para el niño menor de seis años, las guías de alimentación en la escuela para la primera, segunda y tercera etapa de la educación básica, sin embargo, no han llegado a la población, a este respecto, se deben generar campañas edu-

cativas nacionales, regionales y locales con los lineamientos compartidos por los diferentes entes y con la participación de las comunidades. En este sentido y en opinión de Martínez (1999), el conocimiento debe ser incorporado en los centros académicos que deben convertirse en espacios continuos para el autocuidado de su estado nutricional y es el docente quien debe guiar esta información. Así mismo, no es posible continuar pidiendo a los docentes que realicen en sus aulas lo que no ven aplicado en su propia formación tanto en lo referente a contenido como a enfoque, método, valores y actitudes. Debe existir coherencia entre lo que los educadores aprenden (y como lo aprenden) y lo que se les pide que enseñen (y como lo hagan) en las aulas, Mirabal de Molines (2005).

Estos programas, a juicio de Vegas (2005) deben abocarse:

- (a) conocer las causas y mecanismos de la aparición y desarrollo de los problemas nutricionales, donde los factores biológicos interactúen con los factores sociales, económicos, psicológicos y, en donde su estudio de forma interdisciplinaria logre un balance satisfactorio,
- (b) comprender como la motivación, el conocimiento, la imagen de sí mismo y la capacidad de decisión, conforman elementos claves que intervienen en la conducta alimentaria,
- (c) redefinir la educación alimentaria y nutricional sobre la base de la participación comunitaria a través de una pedagogía ascendente y horizontal, y
- (d) Generar impacto, traducido en cambios de conducta, basados en las características propias de los sujetos y con la capacidad de resolver situaciones nutricionales no deseables. Esto apunta a cambiar el sentido que la comunidad y la sociedad en general, da al alimento, a la manera de prepararlo y de consumirlo.

En el presente, y más que nunca, el fenómeno de la globalización, las influencias foráneas y la penetración económica auspiciada por el modelaje que

se orienta a la imitación de patrones culturales extranjeros, puede conducir, a juicio del Dr. José Rafael Lovera (2003), a la pérdida de esa identidad y de valoración de nuestra cultura culinaria. Así propone algunas orientaciones en pro de su salvaguarda:

- 1.- Sensibilizar a los integrantes de nuestra sociedad en relación con la importancia que tienen nuestras tradiciones alimentarias, y
2. Incluir en la Escuela Básica una instrucción destinada a familiarizar a los educandos con nuestras preparaciones típicas y su degustación, lo cual fortalecerá la identidad cultural del venezolano.

En este último aspecto, la falta de una adecuada educación nutricional es consecuencia directa a que en la escuela existen muchas disciplinas y no se encuentra tiempo para la nutrición, ya que se considera menos importante, la existencia de personal poco calificado, el desconocimiento de las guías de alimentación, y la poca participación de la comunidad educativa, han sido los factores que han incidido en la problemática actual. Por ello, la aplicación de la educación nutricional, arranca de la propia nutrición, en el sentido de su papel destacado en la promoción de la salud de la población, por lo tanto su proyección se debe iniciar en las edades tempranas y hacer énfasis en los grupos que inciden en ellos, la familia, la escuela y el maestro, Saenz (1988). Estas ideas dejan pasar -tal vez inadvertidamente- una perspectiva de la nutrición que merece nuestra atención y que aportarían espacios para el repensar y el reflexionar sobre la alimentación.

Por ello, la educación en nutrición debe orientarse a potenciar o modificar los hábitos alimentarios, involucrando a todos los miembros de la comunidad educativa; niños, padres, maestros, directivos y sociedad en general. Educar sobre la necesidad e importancia de una buena alimentación implica: descubrir y erradicar creencias, mitos y conductas erróneas; promoviendo consciencia sobre las diversas funciones o roles que juega o debe jugar la alimentación en las diversas esferas de la vida, la salud, los aprendizajes, la producción, distribución y consumo de alimentos; fomentar conceptos, actitudes y conductas claras y fundamentales sobre la alimentación.

En forma específica el énfasis, en los primeros niveles del sistema educativo, se debe ubicar en las conductas alimentarias entendida como:

Cualquier acción o respuesta emitida con relación al área de la alimentación. Incluye respuestas observables, así como también las verbalizaciones, actitudes y pensamientos hacia el acto de alimentarse. Si se considera que la conducta alimentaria es una conducta aprendida, por consiguiente puede ser modificada, es decir, al no ser una respuesta netamente fisiológica está sujeta a ser intervenida mediante las técnicas de modificación de conductas. En la medida que nuestros patrones de alimentación y preferencias alimentarias son aprendidos en la misma medida pueden ser modificados (Capaldi, citado por CANIA 2005, p.10).

Los hábitos de alimentación son patrones de conducta alimentaria adquiridos, aprendidos, repetitivos y compartidos dentro del núcleo familiar o determinado grupo. Incluyen tanto los hábitos adecuados como los inadecuados. Es por ello que estos hábitos deben ser entendidos como patrones de conducta persistentes que se establecen en virtud del reforzamiento. Son costumbres adquiridas por repetición en el tiempo mediante el proceso de enseñanza-aprendizaje de modo de sistematizar y/u ordenar las rutinas diarias, por ejemplo: hábitos de sueño, de aseo, de alimentación, de autoayuda, de eliminación, etc.

Razón por la cual, la *Educación Alimentaria y Nutricional* es preciso considerarla en razón de los factores que determinan el comportamiento alimentario del ser humano y que son la base de la enorme variabilidad de hábitos que presentan los individuos, entre los cuales están: la disponibilidad del alimento, factores sociales como la incorporación de la mujer al trabajo o la organización escolar, las modas, nuevos alimentos o abundancia de algunos de ellos, la publicidad de nuevos productos, las innovaciones en tecnología culinaria tales como el microondas, los factores religiosos y dentro de ellos podemos incorporar los modelos culturales, tradiciones y tabúes sobre los alimentos y por último, el factor referido al costo económico de los alimentos. En la actualidad, los principales problemas nutricionales de la población mundial y venezolana se deben a dos factores fundamentales: a) carencias que derivan en distintos grados de desnutrición y b) excesos o desequilibrios que se traducen

en distintos trastornos. Las causas de estas caras de la realidad alimentaria son múltiples y sus efectos en la salud de la población en general impiden alcanzar los objetivos de programas educativos, científicos e industriales.

REFLEXIONES FINALES

La Educación Alimentaria y Nutricional se percibe como un concepto abstracto y subjetivo, el cual integra un componente de la llamada pedagogía especial, en la cual se incluye a la educación sexual, a la educación vial, a la educación en valores; pero en todo caso, que requiere desde el punto de vista pedagógico, un cambio en el enfoque de desarrolla actual, que la libere de ese nivel de abstracción que ha impedido que la educación alimentaria y nutricional se asuma como un factor clave de formación humana que contribuye a la calidad de vida del alumno.

Por ello en el escenario de la Educación Alimentaria y Nutricional, la escuela debe formar al niño para que pueda consumir una dieta adecuada, donde la introducción de los nuevos alimentos debe ser de forma gradual, progresiva, adecuada, balanceada, suficiente, inocua, de calidad, compartida con la familia y que las prácticas donde el niño participen constituyan un ejemplo saludable a imitar y no como lo evidenciado basado en alimentos y comportamientos poco saludables. La conformación de los hábitos de alimentación saludables desde la infancia, debe entenderse a partir de una estructuración integrada, y en constante evolución, de percepciones, imágenes, recuerdos, ideas, emociones y necesidades.

Es por esto, que en el marco de la Educación Alimentaria y Nutricional, la alimentación –o situación nutricional- constituye una de las múltiples actividades de la vida cotidiana, que por su especificidad y evolución, adquiere un lugar protagónico en la caracterización e interpretación de las dimensiones biológicas, social, psicológica, simbólica, económica, religiosa y cultural de las poblaciones humanas.

Estos referentes interpretados en el fenómeno de la Educación Alimentaria y Nutricional del niño y la niña, se nutren de las propiedades sensoriales, del reforzamiento permanente, de las diversas realidades que confrontan los niños y niñas, de sus preferencias y desarrollo de su autonomía, que se inicia en la alimentación como el primer aprendizaje social del ser humano, del encuentro día a día con la alimentación y su potencialidad en el desarrollo de estrategias creativas que coadyuven a consolidar hábitos saludables de alimentación.

Los referentes descritos plantean orientaciones que pueden ser considerados en las políticas educativas, en el currículo y en los programas de educación, en los proyectos educativos, en la consolidación de una adecuada formación docente, en la dotación de recursos y en los servicios de salud que se desarrollen en la escuela, en una formación gerencial con mayor compromiso con la promoción de hábitos saludables de alimentación y nutrición, y la corresponsabilidad de la familia en la formación integral del niño, la niña y los adolescentes.

REFERENCIAS

- Aranceta J, Moreno, B., Moya, M. y Anadón, A. (2009). Prevention of overweight and obesity from a public health perspective. *Nutrition Reviews*, vol 67 (suppl. 1) p. 83-88.
- CANIA (2005). *Boletín de nutrición infantil*, N° 13, año 6, septiembre, Centro de Atención Nutricional Infantil Antímano.
- De Oliveira, S. y K. Sousa. (2008). Novas perspectivas em educação alimentar e nutricional. *Psicol. USP*. 19(4): 495-504. Sao Paulo. [Documento en línea]. Disponible: http://pepsic.brsalud.org/scielo.php?scrip=sci_arttext&pid=51678-51772008000400008&lng=en&nrm=iso. [Consulta, 2010, Agosto 20]
- De Santis, G. y García, M. (2008). Relación entre el estado nutricional, herencia y las funciones cognitivas en el aprendizaje en niños escolares de primer grado. *Actualización en Nutrición*, 9 (3). 234-246. [Documento en Línea]. Disponible: http://www.revistasan.org.ar/buscador.php?t=3&Id_Revista=8#. [Consulta: 2009, Agosto 20]

- De Tejada, M. (2009, abril). *Un Nuevo concepto en nutrición*. Ponencia presentada en el Congreso Internacional de Creatividad UPEL. 2009. Nueva Esparta, Venezuela.
- Drewnowski, A. (2009). Obesity, diets, and social inequalities. *Nutrition Reviews*. Vol 67 (suppl. 1), p. 36-39.
- Dubois, L., Girard, M., Potvin, M., Farmer A. y Tatone-Tokuda, F. (2009). Breakfast skipping is associated with differences in meal patterns, macronutrient intakes and overweight among pre-school children. *Public Health Nutrition*: 12(1), 19-28. Disponible: <http://journals.cambridge.org/action/displayFulltext?type=1&pdfType=1&fid=3046176&jid=PHN&volumeId=12&issueId=01&aid=3046168> [Consulta:2010, Mayo 20]
- Fundación Bengoa. (2009). Especialistas venezolanos opinan sobre prioridades en nutrición. *Anales Venezolanos de Nutrición*, Vol 22 (1): 41-46. Disponible: http://www.fundacionbengoa.org/anales_2009_22_1/pdf/art6.pdf. [Consulta: 2010, Febrero, 15]
- Gutiérrez, Ma. B., (2008). Educación para la Salud. Enfoques Educativos. 13. Documento en Línea. Disponible: http://www.enfoqueseducativos.es/enfoques/enfoques_13.pdf#page=10. [Consulta. 2009, Noviembre, 25]
- Heitmann, B., Koplan, J. y Lissner, L. (2009). Childhood obesity: successes and failure of preventive intervention. *Nutrition Review*. vol 67 (suppl.1), p.89-93.
- Ionata, S. y Sousa, K. (2008). Nuevas perspectivas en Educación Alimentaria y Nutricional. *Psicol. USP*, v.19(4).
- Leiva, B., Brito, I., Pérez, N., Torrejón, E. y Hernán, A. (2001). Algunas consideraciones sobre el impacto de la desnutrición en el desarrollo cerebral, inteligencia y rendimiento escolar. *ALAN*. vol.51, no.1, p.64-71. Disponible: http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222001000100009&lng=es&nrm=iso. [Consulta: 2010, Febrero 11]
- López, M., Landaeta, M. y Sifontes, Y. (2010, julio). *Venezuela en su contexto nutricional*. III Jornadas Científicas. Centro de Atención Nutricional de Antímano. CANIA. Caracas, del 05 al 08 de julio
- Lovera, J. R. (2003). Acervo culinario y patrimonio cultural: Consideraciones históricas y propuestas políticas para Venezuela. *Anales Venezolanos de Nutrición*. 16(1), 31-36.
- Lugli, Z. (2010, julio). *Aspectos socioculturales asociados a la obesidad*. III Jornadas Científicas. Centro de Atención Nutricional de Antímano. CANIA. Caracas, del 05 al 08 de julio.

- Martínez, E. (1999) Educación en Nutrición: Una estrategia preventiva. *Boletín del Centro de Atención Nutricional Infantil de Antimano CANIA*, 2 (2), 16.
- Mirabal de Molines, M. (2005, Julio). *Lineamientos para la educación nutricional en Venezuela*. Ponencia presentada en las II Jornadas científicas CANIA, Caracas.
- Patiño, E. (2005). Educación nutricional y participación; claves del éxito en la nutrición comunitaria. *An Venez Nutr.* [versión en línea]. vol.18, no.1 p.134-137. Disponible: http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522005000100024&lng=es&nrm=iso. [Consulta: 2008 Marzo 14]
- Raqib, R., y Cravioto, A. (2009). Nutrition, immunology, and genetics: future perspectives. *Nutrition Reviews*. Vol. 67(Suppl. 2):p 227-236. Disponible: <http://www3.interscience.wiley.com/cgi-bin/fulltext/122674430/PDFSTART>. [Consulta: 2010, Febrero 15]
- Saenz, B. (1988). *Educación para la Salud en materia nutricional. 1er curso de Educación para la salud*. Madrid.
- Sridhar, D. (2008). *Linkages between Nutrition, Ill-Health and Education*. UNESCO. Disponible: <http://unesdoc.unesco.org/images/0017/001780/178022e.pdf>. [Consulta: 2010, Febrero 15]
- UNESCO, (2007). Construyendo un estilo de alimentación saludable. Proyecto Centro entre todos. Documento en línea. Disponible: <http://unesdoc.unesco.org/images/0015/001524/152486s.pdf#xml> [Consulta: 2010, Febrero 15]
- Vegas, M. (2005, Julio) *Educación nutricional: Enfoque académico*. Ponencia presentada en las II Jornadas Científicas CANIA, Caracas.
- Zarzalejo, Z., Gaslone, J. (2010, julio). *Factores asociados a la obesidad*. III Jornadas Científicas. Centro de Atención Nutricional de Antimano. CANIA. Caracas, del 05 al 08 de julio.

Configuraciones Discursivas en Torno a la Alimentación

Érika Campos Fernández*

Mayo 2012

*“Comemos según lo que somos,
pero también somos lo que comemos
ya que la alimentación participa
en la construcción individual y nacional de un pueblo”*

Fischler C

INTRODUCCIÓN

En casi todas las sociedades del mundo, la alimentación se construye, como otros elementos significantes, a partir de un proceso de simbolización, un registro de imágenes y costumbres que manifiestan la estructura social y las relaciones sociales a través de una diversidad de prácticas discursivas. Para Barthes (1961) “los hechos alimentarios se encuentran en las técnicas, en los usos, en las representaciones simbólicas, en la economía, y también en los valores y actitudes de una sociedad dada” (p. 214).

En este sentido, Théodore, Bonvecchio, Blanco y Carreto (2011) señalan que “el hecho alimentario no responde exclusivamente a necesidades

* Profesora en Lengua Extranjera, mención Francés, egresada del Instituto Pedagógico de Caracas - UPEL. Magíster en Lingüística y estudiante del Doctorado en Pedagogía del Discurso, en el mismo Instituto. Profesora en la categoría académica de Asistente, adscrita al Departamento de Expresión y Desarrollo Humano del Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez, Jefe del Área de Lengua y Literatura. Ha trabajado como docente en el área de Lenguaje y Comunicación en el Colegio Universitario Francisco de Miranda y en el Instituto Universitario de Tecnología Bomberil (IUTB). erikacmps@yahoo.com

biológicas mediante el consumo de calorías y nutrimentos, sino que está estructurado por la sociedad y ésta a su vez lo estructura” (p. 210).

Barthes (ob. cit.) explica que los alimentos y, en particular, las comidas constituyen un sistema de comunicación, de tal forma, las prácticas alimentarias alimentarios “han de ser investigadas por donde quiera que se presenten: por observación directa en la economía, en las técnicas y los usos; en las representaciones publicitarias, y por observación indirecta también, en la vida mental de una población particular” (p. 215).

En este sentido, diferentes concepciones sobre alimentación han cobrado un papel significativo en las investigaciones en Ciencias Sociales, por la posibilidad de establecer nexos interdisciplinarios, que permiten abordar ideas fértiles en algunas disciplinas como la antropología, la historia, la sociología, la psicología y la lingüística, entre otras.

Así, las prácticas alimentarias, que por mucho tiempo privilegiaron la significación biológica, por sobre otras formas de significar¹, se ven influenciadas por las diversas prácticas sociales y discursivas², que mediante el discurso y sus manifestaciones, ofrecen diferentes significados para explicar y analizar los fenómenos vinculados al hombre en su relación múltiple y compleja con la alimentación.

Estos significados que emergen del universo simbólico de las prácticas sociales, especialmente, de las prácticas alimentarias, son los que permiten determinar una configuración discursiva en torno a la alimentación. Una construcción semántica implícita a las creencias que son emitidas por las personas, las cuales emergen del análisis de los diferentes discursos y de las represen-

1. La alimentación constituye una función biológica fundamental, que caracteriza a los alimentos como comestibles, establece las formas de preparación y su ocasión de consumo (Théodore, Bonvecchio, Blanco y Carreto, 2011).

2. A partir de Foucault (1970) se habla de prácticas discursivas como reglas constituidas en un proceso histórico que van definiéndose en una época concreta y en grupos o comunidades específicos, las condiciones que hacen posible una enunciación.

taciones que imprimen sentido a las afirmaciones de la gente, para tratar de convencer a los demás (D' Aubeterre, 2001).

Partiendo de estas consideraciones, el propósito de esta comunicación es presentar los diferentes discursos que, en torno a diversas representaciones, van determinando configuraciones discursivas respecto a la alimentación o al hecho alimentario como práctica social.

LAS PRÁCTICAS ALIMENTARIAS

Las prácticas alimentarias como fenómenos culturales y sociales explicables en sí mismos, gozan de diferentes significaciones. La significación biológica de la noción alimentación se articula con los procesos de producción, elaboración y distribución de materia prima (biotecnología y consumo). Asociada a la medicina, la nutrición, analiza la composición química y su relación con el organismo, los procesos de digestión, asimilación y aprovechamiento energético, con sus derivaciones en la salud. Así mismo, en otro plano, donde discurre esta noción, se involucran las prácticas sociales, tradiciones y costumbres culturales, así como también una influencia económica y política vinculada tanto a la distribución del alimento como a la definición de estilos culturales (Cantarero, Medina y Millán, 2002).

Los diversos estudios sobre representaciones simbólicas y discursivas en este campo contienen una diversidad de corrientes explicativas, con coexistencia de enfoques y de conceptualizaciones que se encuentran estrechamente articulados con mitos y creencias culturales vinculados a múltiples prácticas sociales y humanas.

Dentro del campo de las prácticas alimentarias se elaboran múltiples mediaciones simbólicas a través del lenguaje y sus manifestaciones, ofreciendo también múltiples significados. La configuración de las representaciones sobre la noción de alimentación, emerge entonces de la diversidad de códigos y de las formas lingüísticas adaptadas que surgen de las conversaciones en

situaciones cotidianas, de los discursos y retóricas de las prácticas sociales institucionalizadas.

EL DISCURSO DE LA SALUD

A menudo se habla sobre la relación salud y alimentación y en particular cuando se hace referencia a aquellos trastornos que se vinculan más directamente con ésta, como la anorexia, la bulimia o la obesidad, tres factores que han influido decididamente en la modificación de los modelos alimentarios.

El énfasis que se pone en la relación entre alimentación y salud es cada vez mayor, y no se trata de que esta relación aparezca como algo nuevo, ni mucho menos, pero el crecimiento de nuevas disciplinas, como la nutrición y la dietética, ha aportado a lo largo de las últimas décadas un gran número de conocimientos que favorecen esta relación (Cantarero, Medina y Millán, 2002).

Así como el crecimiento intelectual y la cultura crecen de acuerdo a la cantidad y calidad de los conocimientos adquiridos, la base del bienestar físico parece estar en estrecha relación con una alimentación balanceada y natural, aunque el término “natural” represente en sí mismo otra problemática moderna relacionada con la alimentación.

Se suele relacionar la difusión de los discursos salud-alimentación con una preocupación ante aquello que se consume, puesto que de ello depende la salud de las personas. La transmisión de esta creencia se ha intensificado con el desarrollo de ideas circulantes en torno al cuerpo, a la dieta y al bienestar físico, derivadas de modelos de consumo y de hábitos dietéticos heredados y provenientes de prácticas alimentarias foráneas que son adaptadas a las circunstancias locales.

Al respecto, cabe destacar que estas ideas se han difundido y banalizado con una cierta rapidez y extensión, principalmente, a través de los medios de

comunicación de masas y la publicidad, donde se pone mucho empeño en propagar “un gran miedo” a través de un discurso nutricional, que se ha convertido en ideología dominante, en el cual se privilegia un ideal de salud vinculado a la restricción alimentaria como forma de control o de descontrol de la imagen corporal. En este caso, las necesidades fisiológicas de nutrientes quedan supeditadas por un discurso que manifiesta ideas relacionadas con lo estético, con la noción de cuerpo saludable y con cánones de belleza aceptados por la sociedad.

EL DISCURSO DEL CUERPO

En las sociedades modernas circulan permanentemente discursos sobre la bondad de comer determinados alimentos para alcanzar ciertos ideales corporales. Existen pautas externas al individuo que están relacionadas con la imagen o apariencia de la corporalidad que circula a través de medios de comunicación y estas se instalan básicamente a partir de las ideas de belleza y salud donde el cuerpo es objeto de definición (Viola, 2008).

Se puede decir que, en todos los grupos sociales, todos los discursos sobre la corporalidad se encuentran indisolublemente ligados a los modos de comer y, por lo tanto, a las posiciones de los individuos con las responsabilidades y valores asumidos respecto a la comida y a la variedad de actitudes que asume frente a los alimentos.

De acuerdo con Viola (*ob. cit*):

Es en ese amplio recorrido de los discursos sobre la corporalidad derivados de la moda, del alcance de una imagen idealizada, de un estado de salud, donde los individuos restringen o amplían sus repertorios de alimentos con el objeto de intercambiar posiciones del cuerpo propio en relación a las posiciones de un cuerpo de naturaleza social (p. 7).

Dentro de los discursos relativos al cuerpo y su relación con las prácticas alimentarias se extiende un campo semántico asociado a términos tales

como “light”, “natural”, “diet”, “sano”, “natural”, “libre de”, que remiten a conductas vinculadas al bienestar del cuerpo. Por otro lado, los trastornos de la alimentación ponen en evidencia que las relaciones entre cuerpo y alimentación están presentes en forma permanente en las conductas de las personas, y los valores a los que se asocia constituyen un entramado complejo al que no se le puede negar fuerza ni presencia en la sociedad.

La imagen corporal está cargada de significados y se le atribuye una gran expresividad. No sólo se le atribuye la capacidad de sintetizar y mostrar quiénes somos y como somos, si no que se le otorga un gran poder para favorecer o perjudicar la posición social de ciertas personas.

Así, por un lado tenemos la importancia que se concede a la imagen corporal, y por otro el poder que se concede a la alimentación de intervenir en esta imagen. Entre los elementos más despreciativos y mordaces del aspecto físico, destaca el sobrepeso y la obesidad. Y no sólo desde el punto de vista del atractivo físico, sino también desde la valoración del carácter, de la consideración de la personalidad. No resulta nuevo ni sorprendente afirmar que se atribuyen características morales, negativas y positivas respectivamente, a la obesidad y a la delgadez. Por ello, se han encontrado nuevos chivos expiatorios en la persona de los obesos, los anoréxicos o en los bulímicos (Cantarero, Medina y Millán, 2002).

EL DISCURSO GASTRONÓMICO

Los discursos gastronómicos, o los que se dedican a ensalzar esta vertiente del hecho de comer, están estrechamente relacionados con la alimentación como fuente de placer para los sentidos, como instrumento de goce. La selección del alimento es gobernada por un número de características tales como la textura, el olor, el color (además de otras características visuales) incluso el sonido (crocancia); con los que se conjugan aspectos fisiológicos percibidos en la saciedad o en la digestibilidad. Se trata de la dimensión sensorial del alimento (Viola, 2008).

El placer de los sentidos se traduce en la sociedad a través de diversos mecanismos, entre ellos el sexo y la alimentación, los cuales son vías privilegiadas para acceder al poder. De acuerdo con Foucault (2008) “en nuestra sociedad, los mecanismos de poder se dirigen al sexo, al cuerpo a la vida, a lo que la hace proliferar: salud, progeneración, raza, porvenir de la especie, vitalidad del cuerpo...” (p. 53). Por ello, creer que, en cuestiones de alimentación, salud y placer van reñidos, es un gran error.

Así, en una sociedad en la que el acceso a los alimentos es más o menos generalizado, aunque desigual, la satisfacción de los deseos y la búsqueda del placer personal, que venden los discursos hedónicos sobre la alimentación, encuentran terreno fértil en los agentes interesados en hacer de esa inclinación humana el motor de desarrollo de todo un sector económico, de producción y distribución de alimentos.

EL DISCURSO ÉTICO Y MORAL EN TORNO A LA ALIMENTACIÓN

Alrededor de la alimentación, como alrededor de todas aquellas actividades relevantes para el ser humano, han surgido y siguen surgiendo discursos éticos y morales. Probablemente porque la alimentación es una de las formas en que el ser humano aborda la comprensión del mundo y de sí mismo, y además, porque la descripción, explicación y predicción del comportamiento alimentario presenta una complejidad creciente, muy conectada al comportamiento de los grupos sociales (Cantarero, Medina y Millán, 2002).

Las estrictas prohibiciones así como el exceso alimentario son conductas moralmente rechazadas o aprobadas, según sea el caso, por la sociedad. Por ejemplo, es moralmente aceptado, como muestra de autodominio y de buen comportamiento, el consumo alimentario comedido, mientras que el exceso continuado tiene connotaciones morales negativas, por su carácter de desbordamiento de los límites.

Asimismo, desde un punto de vista ético, el desperdicio y el desaprovechamiento de alimentos, así como el exceso alimentario, son percibidos como

una apropiación indebida de unos recursos muy desigualmente repartidos a escala mundial. Niños, mujeres, hombres, ancianos, de realidades urbanas y rurales, tienen como rutina la trágica situación del hambre (da Rosa, Amaral y Conti, 2006).

EL DISCURSO POLÍTICO Y ECONÓMICO EN TORNO A LA ALIMENTACIÓN

La alimentación es un tópico privilegiado en el discurso político, se trata de un tema que acapara siempre, en todas sus modalidades: producción distribución y consumo, la atención de los actores políticos, cuyas posturas, en relación con el tema, giran siempre en torno al propósito de “eliminar el hambre y garantizar los alimentos para todos, hoy y mañana”.

Los reclamos de los países latinoamericanos, y en general de los países pobres, han estado vinculados a la necesidad de cambiar las políticas de producción de alimentos y la liberación del comercio (impuestos, barreras arancelarias, comercio exterior) como una vía para garantizar el derecho fundamental a la alimentación. La alimentación, desde hace poco tiempo, pasó a ser considerada como un derecho humano inalienable y prioritario, por lo tanto, todavía hay mucho a ser construido en esta perspectiva (Arroyo, 2002).

La alimentación, en la mayoría de las sociedades latinoamericanas, depende de la producción agroalimentaria. Y esta es uno de los sectores centrales de la economía, que adquiere un sentido concreto en un modelo de desarrollo económico y político concreto, y ambas cosas van de la mano. Esto quiere decir que aquello que se come es aquello que se ha decidido producir, y las decisiones productivas se basan en gran medida, aunque no solamente, en criterios económicos y políticos.

Las formas de producción, distribución y comercialización alimentaria generan un gran número de discursos que las explican, las interpretan y las legitiman o deslegitiman, la mayoría reflejan representaciones sobre aquello que es conveniente producir y, por tanto, comer. Sobre la base de ese en-

tendimiento opera el discurso político, que suele estar atiborrado de datos y estadísticas relativas a los supuestos progresos alimentarios.

En este sentido, los candidatos políticos convierten hábitos alimenticios, crisis alimentaria y cultura culinaria en temas de campaña, y los presidentes electos le dan prioridad al tema en sus programas sociales. Así, por ejemplo, en Brasil se desarrolló un programa conocido como Programa Hambre Cero, en Paraguay, en lo referente a la seguridad alimentaria y nutricional, se crea el Sistema de Complemento Nutricional y Control Sanitario en las escuelas y el Programa de Complemento Nutricional Escolar. El Programa Nacional de Asistencia Alimentaria (PRONAA) se pone en práctica en Perú, en Colombia el programa Red de Seguridad Alimentaria (RESA) y en Venezuela se han puesto en marcha el Plan Zamora, Programa de Alimentos Estratégicos (PROAL), programa Mercados de Alimentos (MERCAL), el programa Casas de Alimentación, y el Programa de Protección y Atención Nutricional y Alimentaria (da Rosa, Amaral y Conti, 2006).

De esta manera, el derecho a una alimentación suficiente tiene en el contexto social un claro carácter político, es un derecho de los ciudadanos, que los entes gubernamentales deben garantizar.

CONCLUSIÓN

Las configuraciones discursivas en torno a la alimentación surgen y se sustentan en las representaciones y discursos de las prácticas sociales, entre las cuales se deben considerar las prácticas alimentarias. La heterogeneidad de discursos en torno a estas prácticas permite demostrar que los hábitos alimenticios no solo se corresponden con aspectos biológicos de la vida, sino que también dilucidan el discurso político, económico y social que subyace en las diversas manifestaciones de la vida cotidiana.

Las representaciones y los discursos ameritan ser analizados desde diferentes perspectivas de estudio, ya que ningún discurso por si solo se traduce

en representaciones homogéneas en el conjunto de la sociedad y las representaciones son alimentadas por formaciones o reconstrucciones que provienen del imaginario colectivo.

La noción de alimentación constituye entonces una estructura análoga a otros sistemas de comunicación, en la medida que su uso se extiende en un amplio campo de significados que continuamente se desplazan y se reconfiguran desde determinada configuración discursiva.

REFERENCIAS

- Arroyo, E. (2002). Mundo Agrario. *Revista de estudios rurales*, 5, II Semestre. Argentina: Centro de Estudios Histórico Rurales. Universidad Nacional de La Plata.
- Barthes, R. (1961). Pour une psycho-sociologie de l'alimentation contemporaine. *Annales* septiembre – octubre. Traducción de Lucía Torres Salmerón y Luis Enrique Alonso.
- Cantarero, L., Medina, F. y Millán, A. (2002). Alimentos, alimentación y cocina. Su papel como eje o pretexto en discursos contrastados y ajenos. *Cultura y Política* – Actas del IX Congreso de Antropología FAAEE. Junio de 2002. Universitat de Barcelona.
- D'Aubeterre, L. (2001). Ciudad, discursividad, sentido común e Ideología: un enfoque psicosocial de la cotidianidad urbana. *Espacio Abierto*, abril-junio, 12, 02. Asociación Venezolana de Sociología. Maracaibo –Venezuela. Pp. 169 – 182.
- Foucault, M. (1970). *Arqueología del saber*. México: Siglo XXI.
- Foucault, M. (2008). *Historia de la sexualidad*. La voluntad de saber. México: Siglo XXI.
- Rosa, E. da., Amaral, V. y Conti, L. (2006). *Derecho humano a la alimentación en América Latina*. Passo Fundo, Brasil: Gráfica Editora Berthier.
- Théodore, F., Bonvecchio, A., Blanco, I. y Carreto, Y. (2011). Representaciones sociales relacionadas con la alimentación escolar: el caso de las escuelas públicas de la Ciudad de México. *Salud Colectiva*, 7(2). Pp. 215 – 229. Buenos Aires, Argentina.
- Viola, M. (2008). *Estudios sobre modelos de consumo: Una visión desde teorías y metodologías*. Buenos Aires, Argentina: Centro de Estudios del Sistema Agroalimentario. Universidad Nacional de Lomas de Zamora.

La Transdisciplinariedad: “Diente de León” Un camino a seguir. Caso: UNIMET

María Elena Del Valle de Villalba *

Mayo 2012

*Tu verdad no; la verdad
y ven conmigo a buscarla.*

La tuya, guárdatela.

Antonio Machado

INTRODUCCIÓN

Empezaba el año 2008 y un grupo de profesores nos reuníamos como práctica catártica a dialogar sobre nuestras inconformidades pedagógicas. Era una alineación de profesores “collage”. Literatos, historiadores, antropólogos, biólogos, matemáticos experimentando el síndrome de La Torre de Babel a la inversa. Teniendo lenguas diferentes, nos entendíamos. Había un vértice en el que todos confluíamos, una misma angustia repetida... La gramática? : Una sola... Interrogativa en casi todos los casos. ¿Qué estamos haciendo mal? ¿Por qué nuestros alumnos parecieran estar discapacitados para el pensamiento complejo? Les pedimos volar y para ello construyen barcos de vela. ¿Dónde está el error?, ¿Por qué no bastan nuestras buenas intenciones?

* Profesora en Historia Económica y Social de Venezuela, Maestría en Historia Económica y Social de Venezuela, Doctora en Ciencias de la Educación, Coordinadora del Núcleo de Investigaciones Geohistóricas “Lisandro Alvarado”- UPEL-IPMJMSM. Investigadora certificada de la Universidad Complutense de Madrid, Grupo Internacional CONCILIUM y del CELARG, adscrita a la línea de investigación, Ciencias del lenguaje y con siete años de investigación en el área de análisis del discurso. Profesora Ordinaria de la Universidad Pedagógica Libertador. Investigadora acreditada del CYTED, la AECID y Universidad de Telemuco Chile. Correo electrónico: manedelvalle@hotmail.com

Son las 4 de la tarde y en mi casa en la Urbina estoy con mi familia viendo en la televisión la descripción de la tragedia que estremece a Chile luego del fuerte terremoto que en la madrugada de un sábado 27 de febrero sacudió su sueño. Presa del calor que hervía la realidad nacional, decidimos abrir las ventanas para refrescar en algo el ambiente. De súbito una suave brisa caliente movía tímidamente las hojas de la prensa y los cabellos de mi hija adolescente y con ella por la ventana de mi habitación, en lo alto de un piso trece, entró orgullosa y como concedora del espacio una semilla de “diente de león”. Mi hija fue la primera en percatarse y yo la responsable de atraparla en mis manos. Al día siguiente, en la Julia (sector del Ávila), a la que suelo subir cada vez que puedo, marchita por la consecuente sequía, al llegar a la casa del guarda-parques vi el árbol donde estas semillas permanecían hasta recibir la asignación de su próximo itinerario. No pude evitar reflexionar en torno a la interconexión de todo lo que nos rodea y en lo decidido del recorrido de la semilla, desde su origen hasta mi habitación.

La naturaleza usa al viento para hacer llegar las semillas de nuevas plantas a espacios distantes y será el viento y sus caprichosas direcciones quien hará llegar ese “*diente de león*” hasta su destino. En la filosofía contemporánea han surgido lectores de este fenómeno como Herbert Marshall McLuhan, educador, filósofo y estudioso canadiense. Profesor de literatura inglesa, crítica literaria y teoría de la comunicación quien durante el final de los años 60 y principios de los 70, McLuhan acuñó el término *aldea global* para describir la interconexión humana a escala global generada por los medios electrónicos de comunicación.

Otra lectura de este fenómeno se le conoce como “*efecto mariposa*”. Este es un concepto que hace referencia a la noción de sensibilidad a las condiciones iniciales dentro del marco de la teoría del caos. La idea es que, dadas unas condiciones iniciales de un determinado sistema caótico, la más mínima variación en ellas puede provocar que el sistema evolucione en formas completamente diferentes. Sucediendo así que, una pequeña perturbación inicial, mediante un proceso de amplificación, podrá generar un efecto considerablemente grande. En la Historia Universal Contemporánea se han dado hechos que dada su complejidad e impacto en la vida social han viajado como el “*dien-*

te de león” desde regiones distantes para preñar diferentes contextos de nuevas realidades e inquietudes, como una suerte de mecanismo de supervivencia y de propagación generado por la propia raza humana.

Es así como desde 1998 un diente de león danzaba por el mundo de las letras. Le llamaban: *Transdisciplinariedad*. Tan sólo el prefijo generaba suspicacia. ¿Cómo se pueden superar las disciplinas? ¿Es eso posible? ¿Qué utilidad tiene? Empezamos a leer a los teóricos de esta nueva cuasi secta académica y nos topamos con las afirmaciones atrevidas de Nicolescu, de Morín, de Gadamer invitando a señores de feudos académicos separados por muros disciplinares a derribarlos y a mirarse en el otro como en un espejo.

Una palabra de una belleza virginal, que no ha sufrido todavía la usura del tiempo, se expande actualmente como una explosión de vida y de sentido, un poco por todas partes en el mundo, sentencia Nicolescu. Esa palabra es TRANSDISCIPLINARIEDAD. No es el nombre de un tipo de alimento o la etiqueta de algún multivitamínico, es la bandera de una revolución pedagógica, una revolución del pensamiento. Recuerdo que en los primeros congresos en los que planteamos esta inquietud, muchos colegas ni siquiera atinaban a pronunciarla correctamente. ¿Qué pueden tener en común un matemático y un sociólogo? ¿De qué pueden hablar un físico con un historiador? ¿Será que al desarrollarnos en nuestro campo disciplinar estamos condenados a atrofiar nuestro ser interior? ¿En qué parte del camino dividimos el saber en tantos estancos que dejó de importarnos lo verdaderamente importante?

Uslar Pietri afirmó en su escrito *¿Qué nos importa la Guerra de Troya?*, que en todo momento decisivo se vuelven al pasado. Lo hizo Cronwell con el cristianismo, los revolucionarios franceses a la República romana, y nosotros también miramos atrás, en este caso no como la mujer de Lot, sino para beber en las aguas correctas.

¿Qué llamado hizo acercarse a un monje como Pascal al campo de las Ciencias exactas? ¿Qué embrujo convirtió a un artista plástico como Leonardo Da Vinci en un ingeniero informal? ¿Será que esto de la transdisciplinariedad ha existido siempre? ¿Será que los llamados “encausadores de la esperanza” han estado de incógnito en los momentos ilustres de nuestra historia? ¿Es

acaso un viento viejo, un sueño tallado en el inconsciente que regresa como “*déjà-vu*”? Fue allí cuando pensé en esta reflexión como *diente de león*, ese que de la nada y en inconsciente sincronía con el universo llega a fecundar nuevos y disímiles espacios. Es un futuro viejo, es una nueva tradición.

Martínez (2007), uno de los teóricos más reputados, señala que el “movimiento” intelectual y académico denominado “transdisciplinariedad” se ha desarrollado mucho en los últimos 15 años; este movimiento desea ir “más allá” no sólo de la uni-disciplinariedad, sino también, de la multi-disciplinariedad (que enriquece una disciplina con los saberes de otra) y de la inter-disciplinariedad (que lleva, incluso, el orden epistémico y metodológico de una a otra). Aunque la idea central de este movimiento no es nueva (Piaget la proponía ya en los años 70 como una “etapa nueva” del conocimiento), su intención es superar la parcelación y fragmentación del conocimiento que reflejan las disciplinarias particulares y su consiguiente hiperespecialización, y, debido a esto, su incapacidad para comprender las complejas realidades del mundo actual, las cuales se distinguen, precisamente, por la multiplicidad de los nexos, de las relaciones y de las interconexiones que las constituyen (p. 78). Lo anterior confirma entonces lo añejo de esta nueva inquietud.

Han sido muchas las arriesgadas empresas emprendidas desde entonces de la mano de este “*diente de león*”. La Ruta del Cacao, Literatura e Historia: un mismo eje temático, La guerra Civil Española a través de la séptima arte y pare usted de contar. Los resultados: esperanzadores, generadores de sonrisas orgullosas en los rostros involucrados, artículos publicados, libros, congresos, etc. Todo esto nos lleva hoy a la reflexión que ocupan estas líneas. La revisión del modelo curricular de nuestra universidad y la reformulación de los contenidos y de estrategias de abordaje de los mismos. Sin proponérselo y en perfecta sincronía, se nos presentó como niña decorosa, la oportunidad de aplicar esta “Olla podrida”¹ a la evaluación del currículo.

28. La expresión “Olla Podrida” es utilizada por los historiadores del Renacimiento para referirse a este prolijo momento en el que el más puro pensamiento clásico se reencontró con la apertura epistémica de la Modernidad.

COMPRESIÓN DE VENEZUELA era el feudo asignado en concesión temporal. La Universidad Metropolitana, como un mecenas medieval, nos autorizó la partida en este viaje. El reto era entonces voltear como un guante la materia y hacerla transdisciplinar, forjadora de competencias, volverla capaz de despertar apetito por el conocimiento no de cualquier eje temático sino la comprensión de una realidad multidimensional con nombre de mujer: VENEZUELA. Comprensión de Venezuela, surge en el pensum de la UNIMET luego de la división del curso PENSAMIENTO OCCIDENTAL, en dos sub-áreas: Lenguaje y Universalidad y Comprensión de Venezuela. La primera prela a la segunda y en ambas se pretende la misma alfabetización. Lo primero fue definir competencias y contenidos a ser desarrollados. Los dividimos en tres grandes áreas: POLÍTICA-ECONOMÍA-SOCIEDAD Y CULTURA.

Revisemos primero el apartado de las competencias. Mastache. (2007) las define así:

“las competencias van más allá de las habilidades básicas o saber hacer ya que implican saber actuar y reaccionar; es decir que los estudiantes sepan saber qué hacer y cuándo. De tal forma que la Educación Superior debe dejar de lado la memorización sin sentido de temas desarticulados y la adquisición de habilidades relativamente mecánicas, sino más bien promover el desarrollo de competencias susceptibles de ser empleadas en el contexto en el que se encuentren los alumnos y alumnas, que se manifiesten en la capacidad de resolución de problemas, procurando que en el aula exista una vinculación entre ésta y la vida cotidiana incorporando los aspectos socioculturales y disciplinarios que les permitan a los egresados desarrollar competencias educativas”

Como puede evidenciarse este “negocio” de la transdisciplinariedad parece encajar perfectamente, la vinculación de lo que aprenden con diferentes áreas del conocimiento y a su vez, la aplicación de esto mismo en la vida cotidiana, nos dieron la excusa perfecta para aplicar nuestro “*diente de león*”.

Las competencias de este curso están orientadas a la formación de ciudadanos reflexivos y participativos, conscientes de su ubicación en el tiempo y el espacio, comprendiendo el mundo actual, partiendo del entendimiento de

los acontecimientos mundiales que han marcado el devenir de los siglos XX y XXI con un sentido reflexivo, crítico y racional. Se enfatiza la formación del estudiantado en una perspectiva plural y democrática con el fin de interpretar su entorno social y cultural de manera crítica, a la vez que puedan valorar prácticas distintas a las suyas, reconociendo su significado en un sistema cultural en el cual sea capaz de desenvolverse. Es evidente que se imbrican en una sola, varias áreas del saber: Historia, Geografía, Valores, Filosofía. Todas ellas persiguen un mismo propósito: formación de ciudadanos reflexivos, participativos, conscientes de su entorno y conscientes también de su papel protagónico en el mismo.

De tal manera, el curso *COMPRENSIÓN DE VENEZUELA* fomenta en el alumnado la indagación, la lectura y el tratamiento crítico de la información, la comprensión de la causalidad múltiple, la valoración del patrimonio y el fortalecimiento de los valores como la igualdad, la tolerancia y la solidaridad, así como la reflexión personal acerca de la importancia de construir conocimiento. Todo lo antes descrito se cimenta sobre el uso consciente y adecuado del lenguaje en sus contextos: oral y escrito, evidenciado en la construcción de un discurso coherente y cohesionado, todo ello desde las bases teóricas de la transdisciplinariedad.

Desde el punto de vista curricular, cada materia de un plan de estudios mantiene una relación vertical y horizontal con el resto, el enfoque por competencias reitera la importancia de establecer este tipo de relaciones al promover el trabajo interdisciplinario, en similitud a la forma como se presentan los hechos reales en la vida cotidiana. Dentro del campo disciplinar de Humanidades y Ciencias Sociales el curso *COMPRENSIÓN DE VENEZUELA*, es la prelación de materias de mayor complejidad en la que las competencias en esta desarrolladas serán requeridas. En la misma, como ya se ha dicho se recorren de manera recursiva contenidos y ejes temáticos de varias áreas del conocimiento, constituyéndose cada una de estas experticias en pre-requisito de las siguientes.

Nuestro propósito es entonces establecer en una unidad común los conocimientos, habilidades, actitudes y valores que los alumnos deben poseer,

cubrir satisfactoriamente las necesidades que el estudiantado espera, con la flexibilidad requerida de acuerdo a las condiciones socioculturales y económicas que se encuentran en el país y la comprensión del entorno social, político, económico, geográfico y cultural, a partir del conocimiento de los elementos claves del desarrollo histórico de la humanidad, afianzando la construcción de un discurso coherente y adecuado así como el uso apropiado del lenguaje.

A partir de la acción vinculada de tres de los siete ejes transversales del modelo educativo de la Unimet² (*Lingüístico, Desarrollo del Pensamiento, Dominio del contexto Cultural*) y con el propósito de desarrollar en los estudiantes competencias específicas hasta un nivel de dominio elemental, determinado por la conceptualización de cada uno de los ejes involucrados, se espera generar un perfil estudiantil de mayor discernimiento académico para la vida universitaria y para el firme ejercicio eficaz en las asignaturas de la carrera seleccionada.

Las competencias que se proponen desarrollar con el curso se describen en el cuadro siguiente. Acompañadas de los ejes transversales se describen los niveles de dominio esperados y los atributos que caracterizan a dicho dominio. Nótese la relación existente entre contenidos, ejes, competencias y disciplinas. Lo que buscamos en este caso no es sólo la aproximación a un conocimiento necesario sino la comprensión de la realidad como el espacio donde ese conocimiento se dibuja. Buscamos aproximar al alumno a la comprensión de su realidad desde una visión compleja y transdisciplinar ya que recibiendo sólo fragmentos de la realidad, se hace cuesta arriba la interpretación del entorno.

En este sentido afirma Martínez (2007):

...Por todo ello, nunca entenderemos, por ej., la pobreza de una familia, de un barrio, de una región o de un país en forma aislada, desvinculada de todos los demás elementos con que está ligada, como tampoco entende-

2. El modelo educativo de la Unimet contempla el desarrollo de siete Ejes transversales, a saber: Lingüístico, Desarrollo del Pensamiento, Dominio del Contexto Cultural, Gestión de la Información, Responsabilidad Social, Emprendimiento y el de Dimensiones Personales.

remos el desempleo, la violencia o la corrupción, por las mismas razones; y menos sentido aun tendrá la ilusión de querer solucionar alguno de estos problemas con simples medidas aisladas. Esa separación de saberes se torna inoperante cuando se enfrenta a la realidad concreta que vivimos: los niveles de pobreza, los índices de violencia y criminalidad, el porcentaje del desempleo, el logro de una vida sana y una educación generalizada y, en suma, una vida humana digna para toda la población, están ligados como un rizoma con muchos otros factores de muy diferente naturaleza que no se pueden desconocer para poderlos resolver. De lo contrario, terminaremos, como dice Laotsé en el Libro del Tao, que “nuestro conocer es un ‘no-conocer’; he aquí el problema”. (p 2)

Para poder lograr lo que el autor plantea, para acertar el disparo en el blanco correcto no basta entonces “Saber” o “Conocer” los contenidos a de-

EJE TRANSVERSAL	COMPETENCIA	NIVELES DE DOMINIO	ATRIBUTOS
Eje de Dominio del Contexto Cultural	Ubicación en Tiempo y Espacio	Identificar los elementos clave en el desarrollo histórico de la humanidad en los distintos ámbitos.	<p>a. Reconoce la existencia de un tiempo pasado con sentido cronológico en una espacialidad.</p> <p>b. Establece un orden coherente de los sucesos históricos en el pasado y su progresión hacia el presente.</p> <p>c. Determina elementos y/o factores que inciden en el desarrollo del tiempo pasado (histórico) hacia el presente.</p> <p>d. Sitúa hechos históricos fundamentales que han tenido lugar en distintas épocas en Venezuela y en el mundo con relación al presente.</p>
	Pensamiento Crítico	Estimular el propio modo de pensar y razonar en las situaciones y tareas académicas habituales y adoptar estrategias para mejorarlo.	<p>a) Identifica las ideas y/o conceptos principales (previos y propios) que intervienen en su proceso reflexivo y crítico.</p> <p>b) Determina las estrategias de aprendizaje y reflexión que emplea para sí mismo.</p> <p>c) Emplea y comparte estrategias de aprendizaje y reflexión nutriéndose de elementos propios y ajenos.</p> <p>d) Mantiene una actitud respetuosa hacia la interculturalidad y la diversidad de creencias, valores, ideas y prácticas sociales.</p>

EJE TRANSVERSAL	COMPETENCIA	NIVELES DE DOMINIO	ATRIBUTOS
Dominio del Contexto Cultural	Sensibilidad Estética	Identificar la diversidad presente e inherente a las manifestaciones estéticas	<ul style="list-style-type: none"> a) Comprende la existencia de un abanico plural de manifestaciones de estéticas. b) Determina y valora las cualidades particulares de las manifestaciones estéticas que conoce. c) Respeta la existencia de la diversidad en las distintas manifestaciones estéticas.
Eje Lingüístico:	Destrezas para comunicarse (<i>oralmente y por escrito</i>)	<p>Mostrar comprensión y procesamiento de la lectura incorporando el conocimiento obtenido y los elementos léxico-semánticos de la lengua culta</p> <p>Mostrar habilidad para redactar párrafos argumentativos bien contruidos bajo criterios de la lengua culta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> a) Habilidad para ordenar u organizar un cuerpo complejo de ideas. b) Crea mensajes organizados con partes reconocible: introducción, desarrollo, cierre. c) Extrae información que se encuentra en el texto leído (es decir, la respuesta se encuentra fácilmente en el texto) d) Capacidad para analizar, evaluar y ponderar críticamente argumentaciones, tanto de carácter práctico y de construirlas

COMPETENCIAS:	MÓDULOS:	Ejemplo:
PENSAMIENTO CRÍTICO:	ESTRUCTURA POLÍTICA DE VENEZUELA (*) ESTRUCTURA ECONÓMICA ESTRUCTURA SOCIAL(**) CULTURA VENEZOLANA	(*) Identifica los elementos ideológicos que caracterizan los partidos políticos en Venezuela, en el pasado y el presente. Se interroga sobre su propia inclinación ideológica. (**) En los nuevos criterios de clasificación social, determina los atributos que lo ubican en algún estrato en particular.
UBICACIÓN EN EL TIEMPO Y EL ESPACIO	ESTRUCTURA POLÍTICA DE VENEZUELA ESTRUCTURA ECONÓMICA (*) ESTRUCTURA SOCIAL CULTURA VENEZOLANA	(*) Discrimina en el Mapa de Venezuela las principales actividades económicas y su ubicación geográfica.
DESTREZAS PARA COMUNICARSE	ESTRUCTURA POLÍTICA DE VENEZUELA ESTRUCTURA ECONÓMICA ESTRUCTURA SOCIAL CULTURA VENEZOLANA	
SENSIBILIDAD ARTÍSTICA	ESTRUCTURA POLÍTICA DE VENEZUELA ESTRUCTURA ECONÓMICA ESTRUCTURA SOCIAL CULTURA VENEZOLANA	

sarrollar, sino que urge en este caso desarrollar en los docentes que administrarán el curso la flexibilidad funcional, la disposición a lo nuevo, el abandono de las zonas de confort académicas, los feudos intelectuales, empresa que debo confesar no fue del todo sencilla.

Se trata de una nueva sensibilidad, un nuevo algoritmo cognitivo que nos se nos ha enseñado y al que sólo unos adelantados (como los mencionados en líneas previas) llegan por las sendas de la intuición. Re-semantizar los conceptos, valorar y revalorar las categorías de investigación, es un viaje movido que lleva su tiempo. Acostumbrados a las certezas, nos movilizan las incertidumbres, formados en el conductismo, no saber que esperar nos desespera.

El mundo que vivimos hoy demanda entonces una re-educación desde estos nuevos paradigmas que no solo permean al estudiante, sino en primer y más determinante término al docente. Lo siguiente en este camino fue determinar el contenido flotante que nos permitiría capturar el interés de los alumnos. Se trata no sólo de desarrollar las competencias ya descritas, de abordar los contenidos señalados, de vincular múltiples disciplinas sino también de lograr que el proceso no fuera un jarabe de toma obligatoria, sino una aventura apasionante en la que el alumno descubra y se descubra.

Pero antes de describir cual fue en esta ocasión, me permito describir un poco ¿de qué va esto del contenido flotante? La idea es, para decirlo sencillo, escoger un tema, personaje, hecho histórico que permita de manera articulada pasearse por todos los objetivos del curso haciendo profundidad en el contenido escogido, sin que esto implique en ningún caso, el soslayo de alguna de las competencias se espera desarrollar.

Con lo cual queda claro, que la “*vedette*” no es el contenido flotante, este es el *pretexto* que nos permite el enamoramiento del estudiante, la conquista del mismo para el emprendimiento de una travesía que se presume agradable. El contenido flotante permite entonces ser posicionado de se le requiera, abordado el tiempo y espacio deseado, facilitando además la percepción de las relaciones causa-efecto, la comprensión de la historia como continuo, no lineal.

En esta oportunidad el tema flotante escogido fue: LAS MIGRACIONES. El tema del movimiento interno y externo de la población en la Historia de Venezuela, es una línea transversal, desde los momentos fundacionales de la República hasta la más cercana contemporaneidad está presente terco y contundente como elemento definitorio de la mentalidad colectiva venezolana. La migración ha sido definida por muchos teóricos a lo largo del tiempo y en el caso venezolano esta ha sido objeto de migraciones internas y externas.

Las últimas son definidas por Bauböck (citado por Rivas, 2004, p.194) como la «relocalización de individuos entre estados-nación», los cuales juegan un papel importante no sólo al configurar los patrones migratorios, sino cuando influyen en los tipos magnitud y densidad de las redes de migrantes.

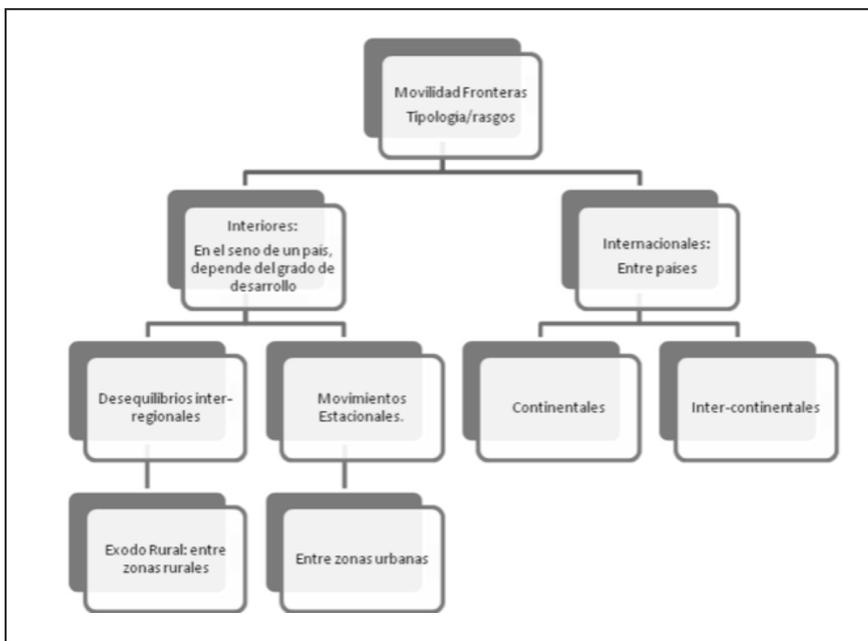
Por su parte para Delgado de Smith (2007, p. 197), la migración se entiende como «todas las maneras con que los ciudadanos de cualquier nación satisfacen la siempre existente necesidad de cambiar de lugar de residencia». Pellegrino (2011) señala que existen tres grandes corrientes migratorias en América Latina motivada cada una de ellas por variopintas razones: En primer término: la movilización de profesionales y técnicos que se mueven a diversos países en busca de mejores condiciones laborales. Mejores salarios y la posibilidad de la realización personal son el motor del movimiento en este caso. En segundo término: la migración de tipo fronterizo.

En este caso particular se trata de aquella que actúa como generadora de generación de relevo en las zonas rurales desabastecidas de mano de obra. *Por último* las migraciones de exilio o de refugiados, motivadas por las guerras internas o la represión política.

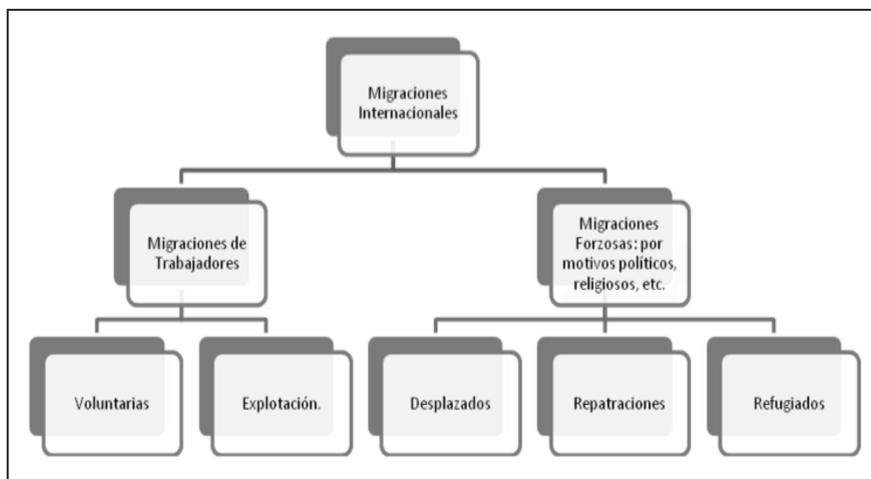
En el caso venezolano el siglo XIX y XX es el escenario de grandes oleadas migratorias. El período entre 1815 y la Primera Guerra Mundial ha sido denominado como el de las “grandes migraciones” o “migraciones en masa”, ya que se produjo una emigración masiva desde Europa en el siglo XIX: *entre 55 y 60 millones de personas procedentes de este continente emigran, la mayoría al que llamaron “Nuevo Mundo”, es decir, a los Estados Unidos de América y a América del Sur.*

Del mismo modo, el período inter-bélico en el que en Europa se desarrollan los grandes totalitarismos, es otro momento en el cual las migraciones externas se dibujan en nuestra geografía. En cuanto al destino, más de la mitad de los 60 millones de estos europeos que emigraron, lo hicieron a EEUU (prácticamente la totalidad de ingleses, irlandeses, etc.), aunque también se dio el caso de países que eligieron como destino América del Sur (así, desde Portugal se emigró hacia Brasil y desde España se emigró principalmente a América Latina).

De esta manera la migración como contenido flotante nos permite perfectamente desarrollar todos objetivos planteados por el curso COMPRENSIÓN DE VENEZUELA ya que a lo largo del lapso estudiado se dan todos los tipos de migraciones, a saber:



MIGRACIONES INTERNAS:



MIGRACIONES EXTERNAS

El tema de las migraciones permite de esta manera estudiar a lo largo del curso la Historia como continuo y además abordar un elemento definitorio del estudiantado unimetano. Un componente importante de estudiantes de la UNIMET, son descendientes de inmigrantes de cualquiera de los momentos descritos como grandes oleadas migratorias en líneas previas, con lo cual, historiar las migraciones en Venezuela en la mayoría de los casos implicaba historiar la constitución de sus propias familias.

A través de la elaboración de un trabajo especial fue asignado a los alumnos: LA RECONSTRUCCIÓN DEL PROCESO MIGRATORIO DE SUS FAMILIAS el mismo responde a los lineamientos de la técnica de investigación cualitativa: Historias de Vida. Veras (2010) señala:

La utilización de la historia de vida en las ciencias sociales empieza a principios del siglo XX. Originalmente fue concebida y utilizada como una técnica, entre otras, relacionada con el uso de los documentos personales en la investigación sociológica. En este artículo, inspirada en algunos autores que influenciaron el desarrollo de la investigación sociológica en São Paulo, a partir de la década de 40 del siglo XX, reflexiono acerca de las posibilidades de la historia de vida de ser utilizada como método. An-

tes de eso, en los años 1930, Gilberto Freyre ya había puesto en práctica los métodos empáticos. Aunque no ocupó la expresión “historia de vida”, Freyre entendió la vida del otro como un dato a ser vivido por el propio investigador, por medio de la empatía, constituyendo de esta manera su abordaje histórico-social del cotidiano. (Ribeiro 2001)

De esta manera, el alumno debe realizar un trabajo de minería documental desde sus abuelos hasta su persona, en el que recopilará todo tipo de documentos e información que permitan explicar los procesos migratorios en los cuales se han visto involucrados sus familiares. Todo esto acompañado de una descripción contextualizada de lo que ocurría tanto en Venezuela como en el país de origen según sea el caso. Se trata entonces, de un proceso consciente en el cual cada estudiante comprende de manera genuina y vivencial la Historia de su país, los elementos culturales que la definen y la diferencias de otras cultural.

Finalmente, luego de describir el largo trayecto de este “diente de león”, de valorar sus implicaciones y de describir a grandes rasgos un ejemplo de su aplicación podemos concluir lo siguiente:

- se valoriza de sobremanera la participación de los sujetos (estudiantes-profesores) cognoscibles de la investigación. Se redimensiona su participación haciéndola emancipadora y protagónica.
- el actor principal de la investigación no es currículo, ni los objetivos sino básicamente alumnos y docentes que desde una base teórica sólida y gracias a un acompañamiento sistemático logran el enganche del estudiante con su pasado personal y su historia nacional.
- Este tipo de abordajes permite la comprensión desde un punto de vista sistémico, global de lo estudiado, en el cual los contenidos no son eslabones desarticulados sino elementos imbricados e inseparables.
- la riqueza de enfoques científicos diferentes con un solo problema, es decir, abordar un mismo objeto de estudio desde diferentes perspectivas le da a esta empresa alcances importantes.

- y finalmente, este enfoque busca la articulación cualitativa y cuantitativa para lograr procesos de desarrollo sostenible del conocimiento, generación de saberes pertinentes que no solo llenen vacíos cognitivos en los estudiantes sino que también lo habiliten para comprender su entorno e intervenirlo en la procura de sus propósitos.

REFERENCIAS

- Delgado de Smith, Y. (2007). Migración desde la perspectiva de género: el caso venezolano. En A. Santana (Comp.), *Retos de la Migración Latinoamericana* (pp. 195-215). México: UNAM
- Martínez, M. (2007). *Conceptualización de la Transdisciplinariedad*. Revista Polis. Revista Académica de la Universidad Bolivariana. Nro. 16.
- Mastache, A. (2007). *Formar personas competentes. Desarrollo de competencias tecnológicas y psicosociales*. Ed. Novedades Educativas. Buenos Aires / México.
- Rivas, N. (2004). *Una invitación a la sociología de las migraciones*. Barcelona: Bellaterra
- Troconis de Veracochea, E. (1986). *El proceso de la inmigración en Venezuela*. Caracas: Academia Nacional de la Historia.
- Veras, E. (2010). Historia de Vida: ¿Un método para las ciencias sociales? Cinta Moebio, 39: 142-152.

República Bolivariana de Venezuela
Universidad Pedagógica Experimental Libertador
Instituto Pedagógico de Miranda
José Manuel Siso Martínez
Subdirección de Investigación y Postgrado
Departamento de Ciencias Naturales y Matemática



Centro de Investigación Juan Manuel Cagigal (CIJUMAC)
Línea de Investigación: Educación Alimentaria y Nutricional

Coor. Ernesto Elías De La Cruz Sánchez

**DESCRIPCIÓN DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL**

La alimentación es algo más que una necesidad fisiológica ya que para cada individuo tiene numerosas significaciones emotivo-simbólicas y sociales que se inician desde el período de la lactancia materna, configurando una fuerte señal de cultura e identidad. La mayoría de las personas comen lo que aman con preferencia, a lo que les gusta con independencia en muchos casos de su bondad nutricional.

Es así como, la alimentación influye en la personalidad individual, pero elementos de la personalidad ejercen también una influencia considerable, hasta en algunos casos afecta de manera importante la cantidad, calidad y frecuencia a la preferencia y aversiones en materia de alimentos. Estas ideas nos llevan a focalizar que los problemas asociados a la alimentación, a la nutrición y a la salud a nivel mundial están, arraigados en lo biológico, lo económico, lo ecológico, lo social y lo cultural; lo cual debe ser considerado como una prioridad en las políticas de desarrollo social a nivel nacional y regional en nuestro país. Por otra parte, las conductas en cuestiones de comida reflejan la manera de pensar sobre ella, el grupo en que se nace y se crece determinan lo que produce placer físico y psicológico, los gustos y los hábitos que se han formado con la experiencia personal e individual son inseparables. Además, toda cultura posee un bagaje de leyendas, cuentos, dichos, mitos y juegos que estructuran y dan razón a la existencia de prácticas, de prohibiciones (tabúes) y preferencias alimentarias.

Desde otra perspectiva, uno de los problemas de la malnutrición (por exceso o por déficit), se ubica en que esta incide directamente sobre el crecimiento del sistema nervioso y sobre el funcionamiento cognitivo, lo que conlleva a dificultades en el aprendizaje, mayor deserción escolar y la imposibilidad de acceso a trabajos dignos (De Santis y Garcia, 2008). Ya que muchos aspectos de la cognición se ven afectados por la nutrición, incluyendo la memoria, el trastorno por déficit de atención con hiperactividad y la dislexia, (Dauncey, 2009), Adicionalmente influye sobre el desarrollo motor, limita el desarrollo social y emocional del niño (Jukes 2006, Rosales, Reznick y Zeisel,

2009). También se asocia con deficiencias inmunológicas la cuales pueden comprometer la capacidad del individuo a resistir patógenos infecciosos, a una mayor frecuencia y severidad de infecciones comunes y de aquellas de naturaleza cancerígena (Raqid y Cravioto 2009, Cunningham-Rundles y col, 2009). Las cuales se han relacionado con el inicio de muchas enfermedades crónicas no transmisibles del adulto (ECNT): obesidad, hipertensión, aterosclerosis, diabetes y osteoporosis ya que las mismas tienen una relación directa con el estilo de vida de las personas desde la infancia, (FAO, 1996, OMS 2003, López 2004, Sridhar 2008, De Santis y García 2008, Lanigan y Singhal 2009), constituyendo de las primeras causas de mortalidad en nuestro país, registradas y diagnosticadas en el año 2011, donde se ubican a las enfermedades del corazón (21,63%, 1° lugar), Cáncer (15,61%, 2° lugar), enfermedades cerebrovasculares (7,73%, 3° lugar), y diabetes (6,89%, 4° lugar), (Ministerio del Poder Popular para la Salud, 2014).

Aunado a lo anterior, el Sistema de Vigilancia Alimentario y Nutricional (SISVAN) reportó durante los últimos 14 años, incrementos notables del exceso nutricional en niños, niñas y adolescentes menores de 15 años, coexistiendo con la problemática de déficit nutricional. Es así como la malnutrición por exceso al igual que ha ocurrido con otros problemas de gran impacto en la salud de las poblaciones a nivel mundial, ha adquirido proporciones epidémicas de forma paulatina. Evidencia de ello lo refleja el Primer Estudio Nacional de Prevalencia de Sobrepeso y Obesidad en Venezuela, reportando en el grupo de 7 a 12 años una prevalencia de 17,57% de sobrepeso, 9,87% de obesidad y 14,68% de déficit, mientras que en los adultos de 18 a 40 años la prevalencia de sobrepeso fue de 29,52%, 25,43% de obesidad y 1,78% de obesidad mórbida (INN 2013).

Por otra parte autores como Contreras (2002) enfatiza que el problema es mucho más complejo, debido a que la alimentación es un fenómeno además de psicológico, económico, simbólico y cultural; posee un fuerte componente social. Rozin (2002) plantea en relación con los factores sociales que interactúan con la alimentación, enfatiza dos niveles de acción; el primero orientado a las presiones sociales (la costumbre, el comportamiento de los mayores y los alimentos a que el niño tiene acceso) los cuales fuerzan a la

exposición y esto influye sobre el gusto; el segundo factor se ubica en la percepción del alimento como valorado o respetado por los otros (los padres por ejemplo), esto por sí solo puede constituir un mecanismo para el establecimiento del gusto en el niño.

Razón por la cual, la Educación Alimentaria y Nutricional constituye una línea de trabajo pedagógico que nos permite adquirir mayor consciencia acerca de la importancia que damos a la primera necesidad humana y nos induce a revalorar la propia cultura alimentaria y el rol del educador en la formación de hábitos, actitudes, emociones y conceptos en torno a los alimentos, la alimentación, la nutrición, la cultura alimentaria y la salud, a partir de los primeros años de vida del individuo, desde una perspectiva integral. Por ello, se hace fundamental, que se trascienda de la enseñanza temática y la mirada biologicista unicasual que aún prevalece en la práctica de la enseñanza de la educación alimentaria y nutricional y pasar del ser al deber ser, responder a los retos para la formación de profesionales que asuman la multicausalidad - multirespuesta - multisectorialidad - multidisciplinariedad y la participación social, sin olvidar el principio de autonomía del individuo y la responsabilidad colectiva en salud y alimentación (Alzate, 2006).

La educación alimentaria y nutricional constituye una estrategia en la formación humana para la vida, que debe considerar o asumir, los aspectos biológicos, sociales, culturales, económicos y geohistóricos, a fin de nutrir la visión de la salud –o para la salud- en las comunidades, escuelas y universidades, y así atender adecuadamente el compromiso de la educación en la promoción de hábitos saludables en los niños y niñas desde la infancia y durante toda la vida, con el compromiso de maestros y la familia en general.

Para el logro de lo anterior las Escuelas deben convertirse en lugares de movilización social para una adecuada nutrición; estar orientadas a las transformaciones curriculares, reafirmación de valores, tradiciones, costumbres propias del entorno y fomentar un espíritu crítico para la toma de decisiones favorables en materia nutricional. Por ello la Escuela juega un papel trascendental para el adecuado establecimiento de hábitos nutricionales, ya que sólo a través de un proceso de concienciación y toma de decisiones es que podrán

estructurarse entornos nutricionales que conlleven a una vida saludable (De Tejada y col, 2013).

En síntesis, la resonancia de la Educación Alimentaria y Nutricional en las dimensiones socioculturales y educativas debe iniciarse desde el propio concepto de nutrición en el sentido de su papel destacado en la salud de la población. Por lo tanto la proyección de la educación alimentaria se debe iniciar en las edades tempranas y hacer énfasis en los grupos que inciden en ellos, la familia, la escuela y el maestro.

PROPÓSITO

La actividad de esta línea está orientada al estudio, análisis y discusión desde las diferentes dimensiones que interactúan con el acto alimentario. Pudiéndose abordar su comprensión e interpretación desde perspectivas culturales, sociales, biológicas, geohistóricas, económicas, psicológicas y su vinculación con la pedagogía de la alimentación, en el marco de la promoción de hábitos saludables de alimentación y nutrición.

Promover la investigación sobre la alimentación y la nutrición en diversos campos del conocimiento, pedagogía, antropología, historia, ambiente, psicología. Por ello, la alimentación y nutrición como eje temático inter-transdisciplinario permite proponer experiencias desde diferentes enfoques: estrategias de enseñanza, evaluación de programas, intervención comunitaria, gerencia educativa, currículum, servicio comunitario y formación docente en los diferentes niveles y modalidades del sistema educativo venezolano.

VINCULACIÓN CON LA AGENDA DE INVESTIGACIÓN:

Dentro de las políticas de Investigación y Postgrado se destacan como vinculantes

- Generar proyectos que respondan a la realidad comunitaria y sus procesos de cambio y transformación.
- Por otra parte al revisar las Políticas Alimentarias y Nutricionales en la Revolución Bolivariana y en el Plan Estratégico Nacional de Nutrición, para el Gobierno Bolivariano de Venezuela (2010). Entre las políticas alimentarias y nutricionales, se encuentran dos componentes claves para la nutrición: la alimentación y la nutrición propiamente dicha. La alimentación tiene como centro el abastecimiento adecuado, suficiente y de calidad de los alimentos a nuestra población. La nutrición tiene dos grandes dimensiones: la promoción de la salud y la prevención, para reparar el daño nutricional ya existente en déficit o exceso y sus consecuencias.

Adicionalmente en el Segundo Plan Socialista de Desarrollo Económico y Social de la Nación (Plan de la Patria 2013-2019), se preve en este marco: (a) Asegurar la salud de la población desde la perspectiva de prevención y promoción de la calidad de vida, teniendo en cuenta los grupos sociales vulnerables, erarios, género, estratos y territorios sociales. Y (b) Asegurar una alimentación saludable, una nutrición adecuada a lo largo del ciclo e vida. O que plantea líneas de acción prioritarias para el sector educativo y la formación docente.

PROBLEMAS QUE ABORDA:

- Diseño de estrategias para la promoción de hábitos de alimentación saludables
- Diseño y evaluación de programas, materiales educativos impresos, recursos instruccionales en materia alimentaria y nutricional.
- Diagnóstico pedagógico sobre el abordaje de la alimentación y nutrición en contextos educativos formales/informales, convencionales/no convencionales.

- Estudio de aspectos socioculturales y geohistóricos de los alimentos y la alimentación en contextos específicos, con énfasis en el estado Miranda.
- La tradición oral y la cultura gastronómica de las comunidades ubicadas en el contexto del estado Miranda.
- Propuestas de solución a problemas concretos de las comunidades en materia alimentaria y nutricional, a través de intervenciones pedagógicas.
- Estudio y construcción de la teoría educativa en el campo de la salud, alimentación y nutrición, que este debidamente explorada y validada; a partir de propuestas orientadoras y líneas de reflexión pedagógica sobre el tema.
- Desarrollo de programas orientados a subsanar las deficiencias y debilidades en materia de alimentación, nutrición, seguridad alimentaria y promoción de hábitos saludables de alimentación.
- Diseño de propuestas, a los diferentes entes gubernamentales y no gubernamentales, que apoyen los canales de comunicación orientados al fomento de mensajes positivos sobre la promoción de hábitos de alimentación saludables desde la etapa de la gestación.
- Promover proyectos pedagógicos que se centren en los alimentos, la educación alimentaria y nutricional, la formación docente y de especialistas en el área

PRODUCTOS DE LA LÍNEA:

De La Cruz, E. (2006). Programa de Educación Alimentaria en la Formación Docente del Estudiante UPEL-IPMJMSM. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 7 (1), 25-37.

De La Cruz, E. (Coordinador) (2008). *La Educación Alimentaria y Nutricional. Una Estrategia de Enfoque Interdisciplinario en la Formación Docente*. Colección Retos y Logros, N° 13. Ediciones de la Subdirección de Investigación y Postgrado. Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez. Financiado por FONDEIN.

De La Cruz, E. (2008). La Alimentación. Un acto por repensar, reflexionar y redefinir desde la perspectiva educativa. *Integración Universitaria*. Revista del Instituto Pedagógico de Miranda. 8(2), 23-40.

De La Cruz, E. I. Pereira. (2009). Historias, Saberes y Sabores, en torno al cacao (*Theobroma cacao*. L.) en la subregión de Barlovento, estado Miranda, Venezuela. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*. 10 (2), 97-120.

De La Cruz, E., Hidalgo Ma. Elena y Rojas, A. (2009). Experiencias pedagógicas en Educación Alimentaria y Nutricional y la Promoción de la Salud en instituciones educativas del estado Miranda-Venezuela. *SEECI*. Revista Sociedad Española de Estudios de la Comunicación Iberoamericana. N° 19. Año XII, 106-145. Disponible: <http://www.ucm.es/info/seeci/Numeros/Numero 19/InicioN19.html>.

Del Valle, Ma. Elena y De La Cruz, E. (2011). De la inter a la transdisciplinariedad en el abordaje del hecho alimentario. Una reflexión para compartir desde la educación. *Anales Venezolanos de Nutrición*. 24(1), 34-40.

De La Cruz, E. (2011). La Educación Alimentaria y Nutricional como hecho educativo. *Laurus*. (en imprenta).

De la Cruz, E y Flores, B. (2011). Sabores dulces, una encrucijada étnica y multicultural. Caso Barlovento. Edo Miranda. Venezuela. *Investigación y Postgrado*, 26 (1), 35-52.

De La Cruz, E. (2012). Estrategias creativas en alimentación y nutrición. Una experiencia de servicio comunitario, en Instituciones de Educación Inicial, Petare estado Miranda-Venezuela. *RIEAC, Red de Investigadores en Educación de América y el Caribe*, 2(1), 13-32.

- Rojas, A. y De La Cruz, E. (2012). La promoción de la Salud y la formación del docente, en la Universidad Pedagógica Experimental Libertador, Instituto Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez. *Revista de Investigación*. 76 (36), 11-34.
- Pereira I, y De La Cruz, E. (2012). Aportes para el estudio y comprensión de los aspectos biológicos y físico-geográficos del cacao (*Theobroma cacao* L.) en la Subregión de Barlovento, estado Miranda. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*. 13(2) Aceptado para su publicación.
- De La Cruz, E. (2012). Modelo teórico “Cristal de Agua” para el abordaje de la Educación Alimentaria y Nutricional en el Nivel de Educación Inicial. *Revista de Investigación*. 77(36), 11-34.
- De la Cruz, E. (2013). Reto y compromiso de la educación alimentaria y nutricional en el siglo XXI. En Tejada, M. (Comp.). *Educación Nutricional para el Desarrollo Sostenible*. Caracas: FEDEUPEL.
- De La Cruz, E y Monsanto, R. (2013). *Teoría y Didáctica de la Alimentación y Nutrición Infantil*. Impreso: LAP LAMBERT ACADEMIC PUBLISHING. GmbH & CO Germany.
- Rojas, A. (2013). La Educación Nutricional en el Currículo Básico Nacional y la propuesta de Currículo Bolivariano, para la República Bolivariana de Venezuela. En Tejada, M. (Comp.). *Educación Nutricional para el Desarrollo Sostenible*. Caracas: FEDEUPEL.
- De La Cruz, E. (2013). Modelo Didáctico basado en la Creatividad y orientado a la Educación Alimentaria y Nutricional en el Nivel de Educación Inicial. *CONHISREMI*, 1(9), 37-62.
- Rojas A, y De La Cruz, E. (2013). Propuesta Multidimensional para el abordaje de la Salud Integral en el contexto venezolano. *SEECI*, Año XVII (31) 123-155.

De Tejada, M., González, H., De La Cruz, E., Rojas, A., Landaeta, M., Pérez, I., y Delascio, F. (2013). *Educación Nutricional para un Desarrollo Sostenible*. Caracas: FEDEUPEL.

De La Cruz, E. (2013). La Alimentación y la Nutrición desde la Perspectiva Sociocultural y Educativa. *RIEAC, Red de Investigadores en Educación de América y el Caribe*. (en imprenta).

De La Cruz, E y Ramírez, B. (2014). *Parámetros de estudio en la Educación Alimentaria y Nutricional. Marco de acción del Servicio Comunitario en el Nivel de Educación Inicial*. Estado Miranda, Venezuela: CONHISREMI (en imprenta).

Del Valle, M, De La Cruz, E., Rojas, A., Fraile, J., y Delgado, R. (2014). Experiencias Transdisciplinarias en Venezuela: Una Valoración a sus resultados. En *Creatividad e Innovación en el espacio universitario*. David Caldevilla Domínguez (Coord.). España: Editorial ACCI. (en imprenta).

PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

- Proyecto de Investigación: “Inserción e Impacto del Programa de Educación Alimentaria en la Formación Docente del Estudiante UPEL-I.P.M. J.M. Siso Martínez”. Financiamiento: FONDEIN, 2005-2007. Concluido.
- Proyecto de Investigación “Promoción Pedagógica Integral en Educación Alimentaria y Nutricional en Educación Inicial” - Financiamiento: FONDEIN, 2008-2011, Concluido.
- Trabajo de Ascenso: Alcance de la Educación Alimentaria y Nutricional en los programas de la I y II Etapa de Educación Básica (1997) y la propuesta del Sub Sistema de Educación Primaria Bolivariana (2007). Autor: Prof. Albino Rojas. 2009. Concluido.

- Trabajo de Grado: Doctorado en Educación. “Modelo teórico-didáctico basado en la creatividad, orientado al abordaje de la Educación Alimentaria y Nutricional en el Nivel de Educación Inicial”. Tutor: Dra Rosana Monsanto. Participante Ernesto De La Cruz. 2012, Concluido.
- Proyecto de Investigación “Escuelas Saludables, a través de la Promoción Pedagógica Integral de la Educación Alimentaria y Nutricional, en la Unidad Educativa Municipal Abajo Cadenas, Estado Miranda”. Responsable: Ernesto De La Cruz, Investigadores adscritos. Albino Rojas y Nelson Gil Luna. Financiamiento: FONDEIN, 2013-en proceso.
- Proyecto de Servicio Comunitario “Educación Alimentaria y Nutricional para estudiantes de la Especialidad de Educación Preescolar en el Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez. En instituciones públicas de Educación Inicial en el estado Miranda-Venezuela. 2008-Actualmente.
- Trabajo de Grado, Maestría en Estrategias de Aprendizaje: “Propuesta didáctica para la formación y reforzamiento de hábitos alimentarios saludables en niños del preescolar Armando Puccini, ubicado en Montalbán Dtto. Capital”. 2013-2014. Tutor Dra. Ana Acevedo. Participante Mailet Allen. 2014, Concluido.
- Trabajo de Grado, Maestría en Evaluación Educacional: “Evaluación del Programa de Alimentación Escolar (PAE) De la Unidad Educativa Nacional Bolivariana “Rafael Urdaneta” Año escolar 2014-2015”. Tutor: Dr. Ernesto De La Cruz. Participante Prof. Natasha Farouk. 2014- En proceso.
- Proyecto de Investigación: Actualización y propuesta de los contenidos sobre alimentación y nutrición, a ser abordados por el Sistema Educativo Venezolano en la Educación Primaria. Responsable Ernesto De La Cruz, Investigador adscrito: Albino Rojas. Sin Financiamiento. 2014- en proceso.

- Proyecto de Investigación: “Diseño de Sistema Automatizado en Salud Integral. UEM Abajo Cadenas-Petare-Edo Miranda”. Responsable: Cruz Guerra. Investigadores adscritos. Aida Justo y Ernesto De La Cruz. Sin Financiamiento. 2014-en proceso.

ASESORÍAS

- Asesor Educativo del Instituto Nacional de Nutrición. Adscrito al Ministerio del Poder Popular para la Alimentación. En los Proyectos: (a) Propuesta de educación nutricional para el Sistema Educativo Bolivariano, (b) Elaboración del proyecto de los libros de la colección “Nutriendo Conciencias en las escuelas para el buen vivir”, y (c) Revisión de los libros “Nutriendo conciencias en las escuelas para el buen vivir”.
- Asesor Educativo de la Fundación Bengoa, en el Diseño y ejecución del proyecto interactivo de educación nutricional para niños preescolares denominado: “La Lonchera de mi hijo”. En alianza estratégica con: la Sociedad Anticancerosa de Venezuela, MICROSOFT, UNICASA y la Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Disponible: <http://www.laloncherademihijo.org/>
- Miembro activo en la Consulta de Expertos “Prioridades Nutricionales para Venezuela 2012” patrocinada por la Fundación Bengoa.

PARTICIPACIONES EN EVENTOS EN CALIDAD DE PONENTE.

(ÚLTIMOS 3 AÑOS)

- **La Educación Alimentaria y Nutricional: Factor determinante para garantizar Salud y Calidad de vida en Venezuela.** *Simposio* Fronteras de la Ciencia. “Salud y Calidad de Vida”. ASOVAC – Núcleos de Desarrollo Científico, Humanístico, Tecnológico y Equivalentes (CDCHT), 2014.

- **Experiencias Transdisciplinarias en Venezuela: Una Valoración a sus resultados.** Congreso Internacional de la SEECI. Prospectiva en Innovación y Docencia Universitaria. Facultad de Ciencias de la Información. Universidad Complutense de Madrid, 2014.
- **Propuesta Multidimensional para el abordaje de la Salud Integral.** I Jornada Nacional de Educación Ambiental y IV Jornada de Gestión de Riesgo. Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez Venezuela, 2013.
- **La Transdisciplinariedad. Una estrategia Pedagógica en la Universidad Pedagógica Experimental Libertador.** 8vo Encuentro Mirandino de Ciencia y Tecnología, 2013.
- **Estrategias Creativas para el abordaje de la Educación Alimentaria y Nutricional en el Nivel de Educación Inicial.** XI Congreso Mundial de Educación Inicial y VII Simposio Internacional de Educación Especial, 2013.
- **Modelo Teórico basado en la Creatividad y orientado a la Educación Alimentaria y Nutricional en el Nivel de Educación Inicial.** II Congreso Regional de Investigación UPEL, 2013.
- **Perspectiva Transdisciplinaria en Alimentación y Nutrición Jornadas.** Mirandinas: la lengua y la literatura en la formación integral, desde un enfoque Transdisciplinario Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez Venezuela, 2012.
- **Escuelas Saludables. Reto Posible desde la perspectiva Educativa.** VIII Congreso de Investigación y Creación Intelectual Universidad Metropolitana. Venezuela, 2012.
- **Perspectivas en educación alimentaria y nutricional.** III Jornada Interdisciplinaria de Educación Alimentaria UPEL- I.P.M. José Manuel Siso Martínez. Venezuela, 2012

- **Promoción Pedagógica Integral en Educación Alimentaria y Nutricional. Caso: CER Luisa Cáceres de Arismendi.** Congreso de Investigación. UPEL_ IPMJM Siso Martínez. Venezuela, 2011.
- **Modelo didáctico para el abordaje Creativo de la Educación Alimentaria y Nutricional en el Nivel de Educación Inicial.** Congreso de Investigación. UPEL-IPMJM Siso Martínez. Venezuela, 2011.

REFERENCIAS

- Alzate, T. (2006). Desde la Educación para la Salud: Hacia la Pedagogía de la educación alimentaria y nutricional. *Perspectivas en Nutrición Humana*. N° 16. Julio-Diciembre. (Revista en línea). Disponible: <http://revinut.udea.edu.co/anter/num16/html/a3/>. [Consulta: 2014, Noviembre 1]
- Contreras, J. (2002). *Alimentación y Cultura*. Necesidades, gustos y costumbres México. D.F: Alga-Omega.
- Cunningham-Rundles, S., H. Lin, D. Ho-Lin, A. Dnistrian, B. Cassileth, y J. Perlman. (2009) Role of nutrient in the development of neonatal immune response. *Nutrition Review*. 2009. 67 (suppl. 2):152-163.
- Dauncey, M. (2009) New insights into nutrition and cognitive neuroscience. *Proceedings of the Nutrition Society*. 68, 408-415.
- De Santis, G. y García, M. (2008). Relación entre el estado nutricional, herencia y las funciones cognitivas en el aprendizaje en niños escolares de primer grado. *Actualización en Nutrición*. 9 (3). 234-246. Revista en Línea. Disponible: http://www.revistasan.org.ar/buscador.php?t=3&Id_Revista=8#. [Consulta: 2014, Noviembre 3]
- De Tejada, M; González, H; De La Cruz, E; Rojas, A; Landaeta, M; Pérez, I y Delacío, F (2013). Educación Nutricional para un Desarrollo Sostenible. Caracas: FEDEUPEL.
- FAO. (1996). *Cumbre Mundial sobre la Alimentación, Roma, 1996*. [Documento en línea]: <http://www.rlc.fao.org/prior/segalim/default.htm>. [Consulta: 2014, Noviembre 20]

- Instituto Nacional de Nutrición (2013). *Sobrepeso y Obesidad en Venezuela* (Prevalencia y factores condicionantes). Colección Lecciones Institucionales. Caracas: Fondo Editorial Gente de Maiz.
- Jukes, M. (2006). Early Childhood Health, Nutrition and Education. UNESCO. [Documento en Línea]. Disponible: <http://unesdoc.unesco.org/images/0014/001474/147468e.pdf#xml=> http://www.unesco.org/ulis/cgi-bin/ulis.pl?database=&set=4B7D1478_2_213&hits_rec=94&hits_lng=eng [Consulta: 2014, Noviembre 20]
- López, F. (Dir. 2004). *Educación para la salud: La alimentación*. N° 25. Claves para la Innovación Educativa. Barcelona: Laboratorio Educativo.
- Ministerio del Poder Popular para la Salud (2014). *Anuario de Mortalidad 2011*. Dirección General de Epidemiología, Dirección de Información y Estadísticas de Salud. Caracas: Autor.
- Organización Mundial de la Salud (2003). *Dieta, nutrición y prevención de enfermedades crónicas*. Serie informes técnicos 916. Informe de la Organización Mundial de la Salud. Ginebra: Autor.
- Raqib, R. y Cravioto, A. (2009). Nutrition, immunology, and genetics: future perspectives. *Nutrition Review* 67(suppl.2), 227-236. [Revista en línea]. Disponible: <http://www3.interscience.wiley.com/cgi-bin/fulltext/122674430/PDFS-TART>. [Consulta: 2014, Noviembre 19].
- República Bolivariana de Venezuela. (2010). *Políticas Alimentarias y Nutricionales en la Revolución Bolivariana y en el Plan Estratégico Nacional de Nutrición, para el Gobierno Bolivariano de Venezuela* (2010). Caracas: Autor.
- Rosales, F., S. Reznick y S. Zeisel. (2009). Understanding the role of nutrition in the brain and behavioral development of toddlers and preschool children: identifying and addressing methodological barriers. *Nutritional Neuroscience*. 12 (5):190-202.
- Rozin, P. (2002). Perspectivas Psicobiológicas sobre las preferencias y aversiones alimentarias. En Contreras, J. (2002). *Alimentación y cultura*. Necesidades gustos y costumbres. Cap. II. P. 85-110. México D.F.: Alfa-omega Editores.
- Sridhar, D. (2008). Linkages between Nutrition, *Ill-Health and Education*. UNESCO. 2008. [Documento en Línea]. Disponible: <http://unesdoc.unesco.org/images/0017/001780/178022e.pdf>. [Consulta: 2014, Noviembre 20].

MIEMBROS ACTIVOS DE LA LÍNEA

Ernesto Elías De La Cruz Sánchez. Coordinador: 2009-Actualmente
ernestodelacruz0203@yahoo.es

Albino José Rojas Piñango
arojas5@cantv.net

Nelson Gil Luna
biociencia@gmail.com

MIEMBROS QUE PARTICIARON EN LA LÍNEA

José Marcano Torcat. Coordinador 2007-2008
Traslado al Instituto de Mejoramiento Profesional del Magisterio 2009.
Personal Jubilado UPEL

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez
Subdirección de Investigación y Postgrado
Departamento de Ciencias Naturales y Matemática
Centro de Investigación Juan Manuel Cagigal
Línea de Investigación: Educación Alimentaria y Nutricional

Perspectivas socioeducativas de la alimentación y nutrición en Venezuela

Memorias de las Jornadas Interdisciplinarias
en Educación Alimentaria y Nutricional
2007, 2009-2012

Compiladores:
Ernesto Elías De La Cruz Sánchez
y Albino José Rojas Piñango

Caracas, 2015

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO



***Perspectivas socioeducativas de la alimentación
y nutrición en Venezuela***

Ernesto Elías De La Cruz Sánchez y Albino José Rojas Piñango (Compiladores), 2015

1era. Edición

Serie de libros arbitrados por el Vicerrectorado de Investigación y Postgrado
Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL)

Dirección: Avenida Sucre. Parque del Oeste, “Alí Primera” Catia, Venezuela

Apartado Postal 2939. Caracas 1010

Teléfonos: 0212-8060067/8060072/8060075

Telefax: 8060118

Comité Editorial:

María Eugenia Carrillo

Ivette Briceño

Thaína Solórzano

Portada:

Nuncia Moccia

Ilustración de la Portada

Unir los dedos para enlazar las alas.

De la serie: “Corpus VII: Integración”

Ana Francia Carpio. 2005.

Diagramación, montaje electrónico e impresión:

L+N XXI Diseños, C.A.

(nunciams@gmail.com / luzmarquez1950@gmail.com)

Reservados todos los derechos

Este libro no puede ser reproducido total o parcialmente, por ningún procedimiento electrónico o mecánico, incluyendo fotocopia, grabación magnética o cualquier almacenamiento de Información y sistema de recuperación sin permiso escrito del autor.

ISBN: 978-980-281-223-3

Depósito legal: lf24120153703442

Primera edición / diciembre 2015

Impreso en la República Bolivariana de Venezuela



CONSEJO RECTORAL

Raúl López Sayago
Rector

Doris Pérez
Vicerrectora de Docencia

Moraima Esteves
Vicerrectora de Investigación y Postgrado

María Teresa Centeno de Algomedá
Vicerrectora de Extensión

Nilva Liuval Moreno de Tovar
Secretaria

SUBDIRECTORES DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO

Miren de Tejada
Instituto Pedagógico de Caracas

Moraima Campos
Instituto Pedagógico "Luis Beltrán Prieto Figueroa" de Barquisimeto

José Acuña
Instituto Pedagógico de Maturín

Francisca Fumero
Instituto Pedagógico "Rafael Alberto Escobar Lara" de Maracay

José Peña
Instituto Pedagógico de Miranda "José Manuel Siso Martínez"

Gladys Rangel
Instituto de Mejoramiento Profesional del Magisterio

Dilcia De Rosa Hernández
Instituto Pedagógico Rural "El Mácaro"

Luis Eduardo Sánchez
Instituto Pedagógico Rural "Gervasio Rubio"

Contenido

Presentación	9
Introducción Jornadas Interdisciplinarias en Educación Alimentaria y Nutricional	13
Historia de la alimentación en Venezuela <i>Coromoto Méndez Sereno</i>	15
Nutrición para el bienestar general <i>Robert Rodríguez I.</i>	27
El Instituto Nacional de Nutrición, Órgano rector de las políticas nutricionales para Venezuela <i>Lucy Lucero</i>	35
La construcción del conocimiento sobre nutrición en estudiantes de educación superior. Caso: UPEL-IPC <i>Miguel Bouquet</i>	45
Educación en alimentación y nutrición, una experiencia venezolana. Perspectivas hacia el futuro. <i>Dalia Díez de Tancredi</i>	61
El encanto del saber y del sabor. Una perspectiva interdisciplinaria para la enseñanza de la literatura y la producción textual <i>Marlene Arteaga Quintero</i>	69

6 *Perspectivas socioeducativas de la alimentación y nutrición en Venezuela*

- La Fundación José María Bengoa
Comprometida con las prioridades en nutrición para Venezuela
Fundación Bengoa 85
- Perspectivas socio-económicas
de la alimentación y la nutrición en Venezuela
Ernesto Elías De La Cruz Sánchez 97
- Del sancocho a la espuma: innovación vs. tradición
o el decir de las relaciones sociales 109
Jenny Fraile Velásquez
- Enfermedades alimentarias y la conservación de alimentos 117
José Mercedes Marcano Torcat
- Alcance de la educación nutricional
y alimentaria en los contenidos de los programas
en la I y II etapa de Educación Básica de 1997 131
Albino José Rojas Piñango
- Alimentación y especie humana en la cocina venezolana 145
Yván Pineda
- De “Los Siete Escalones de la Buena Alimentación”
al “Trompo de los Alimentos”. Evolución
de las clasificaciones de alimentos en Venezuela. 157
América Z. Pirela Ch.
María Fernanda Dos Santos

Cocido a fuego lento y otras metáforas cotidianas
provenientes del contexto culinario

Jenny Fraile

167

Aportes para el abordaje de la educación alimentaria
y nutricional en el contexto venezolano

Ernesto Elías De La Cruz Sánchez

179

Configuraciones discursivas en torno a la alimentación

Érika Campos Fernández

191

La transdisciplinariedad: “Diente de León”

Un camino a seguir. Caso: UNIMET

María Elena Del Valle de Villalba

201

Centro de Investigación Juan Manuel Cagigal (CIJUMAC)

Línea de Investigación: Educación Alimentaria y Nutricional

219

Presentación

El tema de la alimentación cada día ocupa mayor espacio de interés en el ámbito familiar, de las relaciones sociales y comerciales, entre otros; donde las conversaciones se desarrollan entorno a la diversidad de elementos conceptuales asociados a dicho tema; aspectos como: valor nutricional, elementos dietéticos, cantidad de grasa, proteínas, kilocalorías, trastornos alimentarios, alimentación balanceada, etc., han provocado el surgimiento de una especie de “cultura alimentaria”, en la que ha aumentado el número de personas que, sin ser especialistas en el área de la salud, tienen un buen bagaje intelectual de esta temática, la cual a su vez converge hacia una conciencia alimentaria.

En virtud de esta conciencia alimentaria, los gobiernos de todas las naciones han aunado esfuerzos para optimizar la calidad de los alimentos que se suministran a la población, de este modo, se intensifican los mecanismos de supervisión y controles sanitarios, se han transformado las tradicionales formas de agricultura, ganadería y pesca mediante nuevos métodos que permiten incrementar la producción, disminuir la aplicación de compuestos químicos para el control de plagas y mejorar la calidad del medio ambiente; por ejemplo, hoy hablamos de cultivos organopónicos e hidropónicos, alimentos prebióticos y del cultivo de peces.

Junto a lo descrito, esta conciencia alimentaria ha motivado la realización de eventos a nivel mundial cuyo tema central es la alimentación y la nutrición, de los que se han desprendido importantes pronunciamientos; a modo de ejemplo, la UNICEF en el año 2000 asumió el compromiso de reducir a la mitad el porcentaje de personas que padecen hambre y el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo tiene como primer objetivo del milenio la erradicación de la pobreza extrema y el hambre; propósitos que se han insertado dentro de las políticas públicas de los países y que son consideradas como elementos indispensables para la transformación social porque que se traducen en una mejor calidad de vida.

En el caso de Venezuela, actualmente las políticas públicas en el área de la alimentación, consideradas como de inversión social, están orientadas a la conformación de leyes como la de Alimentación para los Trabajadores y las Trabajadoras del año 2011, subsidios para la adquisición de alimentos mediante el desarrollo de estructuras como MERCAL, PDVAL y Abastos Bicentenarios, la revisión permanente de la denominada “canasta alimentaria”, así como el desarrollo de programas alimentarios, como el PAE (Programa de Alimentación Escolar) para los jóvenes estudiantes del Sistema Educativo Bolivariano.

La conciencia alimentaria, particularmente en Venezuela, ha estado acompañada por el creciente número de estudios e investigaciones en el área, una muestra de éstas se encuentra en la presente publicación, cuyo abanico temático permite apreciar su alcance y relevancia, y que pueden ser agrupados en torno a cuatro ejes: a) Alimentación: pasado, presente y futuro; b) Educación alimentaria en Venezuela; c) Salud y nutrición; y d) Entorno a la cultura culinaria.

En el eje Alimentación: pasado, presente y futuro, encontramos los trabajos: Historia de la alimentación en Venezuela; Situación nutricional en Venezuela; Prioridades en nutrición para Venezuela; Perspectivas socioeconómicas de la alimentación y la nutrición en Venezuela; Evolución de las clasificaciones de alimentos en Venezuela. Todos estos trabajos, al caracterizar la sociedad venezolana en términos de salud y nutrición, logran dibujar los escenarios de acción y de actuación del Estado venezolano, los cuales constituyen referentes esenciales para el diseño de planes estratégicos que sustenten la implementación de políticas públicas en materia alimentaria.

En el eje Educación alimentaria en Venezuela se encuadran los trabajos: La construcción del conocimiento sobre nutrición en estudiantes de educación superior. Caso UPEL-IPC; Educación en Alimentación y Nutrición, una experiencia venezolana. Perspectivas hacia el futuro; Alcance de la educación nutricional y alimentaria en los contenidos de los programas en la I y II Etapa de Educación Básica de 1997; Aportes para el abordaje de la educación alimentaria y nutricional en el contexto venezolano; La transdisciplinariedad:

“Diente de león”. Un camino a seguir. En estos trabajos, los investigadores, a partir de experiencias concretas nos conducen a reflexionar sobre la necesidad de concienciar a la sociedad, a través del sistema educativo en todos sus niveles, que es indispensable formar a la población respecto a la educación alimentaria desde una perspectiva pluri y transdisciplinar, teniendo como norte la formación integral del individuo.

“*Mens sana in corpore sano*”, tal como nos recuerda el poeta romano Decimus Iunius Iuvenalis (Juvenal), que representa una máxima del bienestar general del cuerpo y que apunta a obtener una buena salud física considerando una alimentación adecuada; por lo que salud y alimentación es un binomio comprometido con el bienestar físico e intelectual. Esto es lo que encierra el tercer eje de este trabajo, Salud y nutrición, enfocada desde la perspectiva de los trabajos: Nutrición para el bienestar general; y Enfermedades alimentarias y la conservación de los alimentos.

El antropólogo Claude Levi-Strauss, en su trabajo “lo crudo y lo cocido”, deja ver como la alimentación en su aspecto práctico y conceptual, o mejor dicho en sus categorías empíricas, permite definir e identificar desde una identidad cultural hasta una zona geográfica; que se sustenta en la transmisión de cierta tradición culinaria a partir de la herencia cultural de nuestros antepasados indígenas; tras el tema alimentario se configura toda una “atmósfera cultural” que ha logrado impregnar las manifestaciones artísticas (poesía, música, pintura), y es lo que encierra el último eje de esta publicación y que se encuentran plasmados en los trabajos: El encanto del saber y del sabor: Una perspectiva interdisciplinaria para la enseñanza de la literatura y la producción textual; Del sancocho a la espuma: Innovación vs. tradición, o el decir de las tradiciones sociales; Alimentación y especie humana en la cocina venezolana; Cocido a fuego lento y otras metáforas cotidianas provenientes del contexto culinario; y Configuraciones discursivas en torno a la alimentación.

Finalmente, queremos reconocer el arduo trabajo que se viene desarrollando desde el Centro de Investigación “Juan Manuel Cajigal”, dirigido por el profesor Albino Rojas, hasta el año 2014, a través de la línea de investigación “Educación Alimentaria y Nutricional”, conducida por el Dr. Ernesto De La

Cruz, que se concreta mediante acciones orientadas a fortalecer y consolidar el espacio académico necesario, desde una amplia visión que incluye lo pluri y transdisciplinar, así como lo interinstitucional, cuyos productos están reflejados en la presente publicación.

Dr. José Peña Echezuria
Subdirector de Investigación y Postgrado
Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez
Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL)

Introducción

Jornadas Interdisciplinarias en Educación Alimentaria y Nutricional

La línea de investigación en Educación Alimentaria y Nutricional, adscrita al Centro de Investigación Juan Manuel Cagigal, con el apoyo del Fondo para el Desarrollo de la Investigación en la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (FONDEIN) ha promovido durante los años 2007, 2009 y 2012 la presentación de tres (03) eventos denominados: “Foros Interdisciplinarios de Educación Alimentaria y Nutricional”, con la finalidad de presentar e integrar los resultados de las investigaciones vinculadas al campo de la alimentación, la cultura y la salud en forma integral, desarrolladas por los profesores del Instituto Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez”, adscritos a los departamentos de Ciencias Naturales y Matemática, Geografía e Historia, Expresión y Desarrollo Humano.

También han constituido un espacio para que invitados y especialistas en diferentes áreas de otras universidades de Venezuela, instituciones públicas como el Instituto Nacional de Nutrición, organizaciones no gubernamentales como la Fundación José María Bengoa, historiadores y cultores del estado Miranda, contribuyan a la reflexión sobre el tema de la alimentación y nutrición en Venezuela, en el marco de la formación docente, en los diferentes niveles y modalidades del sistema educativo venezolano. Se ha contando con la presentación de diversas publicaciones nacionales dedicadas a la alimentación y nutrición como apoyo y difusión de la productividad e interés de los investigadores del país por el tema alimentario, desde la perspectiva educativa.

La preocupación sobre el tema de la alimentación y la nutrición de la población venezolana y la responsabilidad que exige generarse desde la perspectiva educativa, dieron forma a los foros de los años 2007, 2009 y 2012, con la participación de un total de 16 investigadores los cuales son la base de la presente publicación, como un marco de reflexión y divulgación que contribuya con las siguientes acciones, retos y compromisos que deben ser asumidos

por los investigadores adscritos a la línea de investigación en Educación Alimentaria y Nutricional y con resonancia en otros escenarios de investigación y alianzas por parte de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador.

La educación alimentaria puede ser abordada como una estrategia que oriente la modificación de los hábitos alimentarios de la población en la búsqueda de una vida más saludable, para lo cual deben comprenderse los factores geográficos, históricos, biológicos, comunicativos, artísticos y educativos que interactúan en forma constante con nuestra alimentación, razón por la cual, una visión interdisciplinaria de estos fenómenos presenta un reto académico para esta casa de estudios en la formación integral de los profesionales de la docencia que requiere el país.

Razón por la cual, educar en la alimentación debe orientarse al desarrollo personal y mejora profesional de su práctica educativa y de todos los agentes implicados en el proceso de su enseñanza, dentro de un contexto bio-histórico-social dirigido a la integración educativa, partiendo del criterio de que este acto pedagógico, nos permitirá tener una actitud flexible y transformadora que debe proponer romper las murallas o barreras para edificar la nueva escuela, cuyos principales apellidos sean: integrada, solidaria, respetuosa, reflexiva, divergente, desarrolladora, abierta y consistente con las necesidades de todos los alumnos. Esto en el marco de una educación alimentaria y nutricional tiene resonancia significativa.

Historia de la alimentación en Venezuela

Coromoto Méndez Sereno*

Mayo, 2007

El devenir humano se ha escrito en función de las actividades que los hombres han desarrollado a través de los siglos. Indudablemente su desenvolvimiento y acciones han estado estrechamente vinculadas a la satisfacción de sus necesidades, entre ellas la de alimentarse, y como señala el profesor Rafael Cartay (1991), desde el bocado de Eva, la dicha del hombre depende de la comida, por lo que este vital aspecto no ha podido desligarse de disciplinas como la historia, geografía, ecología, antropología y economía, por sólo nombrar algunas, pues son notorios los resultados que arrojan los estudios de la relación entre estas áreas y el patrón alimentario universal.

Los comportamientos y las tradiciones alimentarias, al igual que las culturas, no son algo estático e inmutable. La historia de la alimentación humana presenta la paradoja de perdurables conservadurismos, y de profundas transformaciones. Cambios de los modos de vida, de las condiciones sociales y económicas, innovaciones tecnológicas de muy rápido de muy variado signo y alcance... Todo ha contribuido, con el transcurrir del tiempo, y sigue contribuyendo todavía, a trastornar la gama de los alimentos y los modos de prepararlos... (Contreras, 1993, p. 76)

El hombre siempre ha dependido para subsistir de los recursos que su entorno le ofrece, lo que allí no encuentra, lo busca fuera de éste o lo consigue a través del intercambio con otras agrupaciones humanas. Las transformaciones socio-históricas y culturales, junto a los aportes del medio ambiente, se han encargado de modelar en todas las regiones del mundo lo que es hoy día su tradición alimenticia. Las invasiones, guerras, pestes, fenómenos naturales,

* Licenciada en Historia. Cronista oficial del municipio Antonio José de Sucre. Petare, estado Miranda, por 19 años. Autora del libro *Tradición culinaria de Petare*, editado por la Fundación Cultural José Ángel Lamas (1998). coromotomendez@hotmail.com

el comercio y más recientemente los avances tecnológicos, la publicidad y los medios de comunicación, han propiciado su transformación y pudiéramos aventurarnos a decir, que hasta su globalización.

Una cocina nacional contiene, fundamentalmente, aquellos alimentos y modos de prepararlos que son considerados como normales, propios o típicos de un determinado país y que constituyen un signo de su identidad como grupo. Uno de los aspectos más distintivos de una determinada cocina es una combinación específica de aromas y sabores, lo que permite una fácil identificación de los platos como un producto característico de una cocina en particular. (Contreras, *ob. cit.*, p.71)

Comencemos entonces por lo que es la raíz, la base de nuestra tradición culinaria, nuestra población prehispánica, cuyo modelo alimenticio era común a una extensa área de Centro y Suramérica, incluida en ella el Caribe. Estos primeros pobladores inicialmente cazadores y recolectores, tenía gran conocimiento de la fauna y flora nativa y tomaban de ellas sólo los elementos necesarios para su subsistencia, es decir, alimentos, vestidos, medicinas y utensilios de uso doméstico. Su dominio de las bondades de los variados géneros que les ofrecía el medio ambiente, ya fuera por ensayo y error o por tradición oral, les garantizaba una dieta balanceada y saludable. Entre el aborígen y su hábitat se establece pues, un sano equilibrio.

Cuando la población autóctona se hace sedentaria, establece sus pueblos cerca de corrientes de agua que le garanticen además del alimento, el preciado líquido, vital para mantener las sanas costumbres higiénicas que le caracterizaron. Reduce así sus incursiones a otros territorios pero mantiene sus hábitos de caza, pesca e inicia la domesticación de especies nativas, con ello obtiene proteínas y carbohidratos base de su alimentación, pero suma a estos la producción agrícola a través del conuco, sementera o agricultura itinerante y de subsistencia, que le provee de yuca, maíz de dos colores, ocumo, batata, papa, frijoles, auyama, mapuey, nabo, maní, caraotas y frutos como guayaba, guanábana, anón, hicaco, lechosa, piña, guamo y mamey.

...un patrón agrario seminómada o itinerante, que va a proveerle de alimentos propios de la tierra americana. Para su organización debe escoger

un pedazo de tierra, eliminar el monte bajo, luego los grandes árboles (de los que obtiene la madera para los estantillos o cerca del sembradío), y luego quema la madera restante y riega sus cenizas como abono al terreno. Allí pernocta por dos o tres cosechas y luego se muda a otro paraje, donde inicia un nuevo sembradío. (Méndez, 2005, p. 2)

Quienes se ubicaban a las márgenes de ríos y mares, comercializan con pescado y sal, utilizada por estos pueblos fundamentalmente para salazón y curtiembre; como instrumentos de uso diario tienen objetos hechos de piedra, hueso, conchas, madera, algodón y fibras vegetales diversas, del totumo y barro obtienen objetos de cocina (ollas, budares, paletas, cucharas, jarras), del árbol denominado onoto, extraen el color amarillo y de otras especies el violeta, para dar color a los alimentos, al cuerpo, a los cueros y fibras vegetales empleadas en la elaboración de vestidos, del maguey y caroata construyen sus viviendas y tejen cuerdas y redes. Con la yuca dulce preparan buñuelos, su harina es también llamada tapioca; con la amarga casabe, licores, leña y hasta veneno para su defensa. La versatilidad del maíz les permitió usarlo sancochado, tostado o retoñado en la elaboración de bollos, arepas, cachapas, tortillas, chicha, mazamorra, atoles y sopas espesas o poleadas, aromatizadas con hojas vegetales y cocidas en vasijas y budares al fuego sobre tres topias o piedras.

...Para comer el pan cuecen el grano en agua, estrujan, muelen, y amásanlo o lo cuecen en el rescoldo, envuelto en sus hojas, que no tiene hornos o lo asan sobre las brasas; otros lo muelen el grano entre dos piedras como mostaza, no tienen molinos. Da menos trabajo su siembra y cosecha, menos que el trigo. (Cartay, 1991, p. 60)

Consumen además miel (obtenida en colmenas silvestres o de la cría de abejas negras en taparas), uva de playa, jobo, cañafistola, corozo y guamo. La caza les provee de animales pequeños, pues no son comunes los de gran tamaño en esta región del continente, entre ellos pavas de monte, paujies, guacharacas, gallinas de indios, palomas silvestres, manatíes (carne con sabor a puerco), iguanas y un perro natural de la región (llamado perro mudo). La carne es seca o cocida en barbacoas, es decir, a la parrilla, este método les permite además ahumar los alimentos con lo cual prolongan su duración. Del pescado y de los huevos de tortuga obtienen aceite y como único aliño usan el ají.

El cronista de Indias, Lope de Gómara dijo de los que habitaban en Cumaná

Comen erizos, comadrejas, murciélagos, langostas, arañas, gusanos, orugas, abejas, piojos crudos, cocidos y fritos. No perdonan cosa viva para satisfacer su gula. (*Ob.cit.* p. 49)

Aun cuando resulte monótono escuchar la larga lista de productos naturales americanos, su conocimiento nos explicará posteriormente como ocurrió el mestizaje culinario en este continente y especialmente en nuestro país. Por ello resulta apropiado recordar que además de las especies animales y vegetales antes mencionadas, provienen de América los tomates, maguey, quinchoncho, cacao, vainilla, yerba saní (parecida a la mostaza blanca), puchirí (con usos similares a los de la nuez moscada, en el siglo XVIII eran usadas en Italia e Inglaterra para aromatizar licores), canela, belembé (de hojas como la lechuga), achira, níspero, lapa, picure, báquiro, iguana (cuya carne fue comparada por los españoles con la del faisán), tortuga, baba, de los ríos y mares obtenían mojarra, lisa, jurel, guabina, palometa, róbalo, parguete, cazón, pulpo, raya, mariscos, tiburón, toninas, pavón, cachama y bagre, entre muchos otros.

Las técnicas de conservación utilizadas por la población autóctona merecen mención aparte, pues durante siglos serán los mecanismos empleados por la sociedad para preservar los alimentos. Son algunas de ellas la salazón, el secado al sol y el ahumado de la carne, granos y hortalizas, cocimiento de los productos con condimentos propios de la región, además de la confección de trojas sobre los fogones con el fin de resguardar la sal y otros alimentos de la humedad y de los animales.

Muchos son los aportes de la cultura prehispánica al desarrollo posterior de la gastronomía americana, entre ellos, sus conocimientos de astronomía, agronomía además de la biología para determinar el tiempo apropiado para la siembra y cosecha de un producto o el momento propicio para el consumo de estos (muy maduros en su mayoría), también para establecer las bondades o peligros de unos y otros frutos y evitar así envenenamientos (diferencia entre yuca dulce y amarga, por ejemplo).

Con el arribo de los europeos llegaron también múltiples elementos, usos y costumbres alimenticios transformando los existentes, pues estos trataron de reconstruir su paisaje alimentario, como señala Lovera (1988), en estas tierras. Los españoles ya habían recibido siglos atrás los embates de las invasiones de los pueblos romanos, árabes y asiáticos, quienes además introdujeron productos oriundos de África y la India, por lo que no podemos endosarle el origen de sus productos sólo a la Península Ibérica. Es así como introducen el trigo, la vid, caña de azúcar, tubérculos, cereales, leguminosas, hortalizas, bulbos, tallos, legumbres, frutos, plantas aromáticas, grasas vegetales y animales y condimentos y especias que enriquecieron notablemente el menú local. Entre estos podemos mencionar: lentejas, garbanzos, nabo, puerros, calabacines, zanahoria, ajo, cebollas, cebollín, apio, acelga, espinaca, lechuga, berenjena, pepino, melón, cítricos, higos, duraznos y muchas, albaricoque, mandarina, limón, naranja, membrillo, melocotón, olivo, arroz, hinojo, anís, cilantro, perejil, comino, yerbabuena, orégano y habas, entre muchos otros.

Esto aunado a gran variedad de carnes, entre las que se cuentan cerdos, reses, ovejas, aves, y otras especies venidas de diversas latitudes, conformaron lo que en adelante sería el mestizo menú venezolano. Los pocos indígenas que sobrevivieron a la violenta intervención, junto al europeo y más tarde el africano, ajustaron su paladar al diversificado patrón culinario americano. A pesar del rechazo manifiesto del recién llegado por el menú criollo, debió adaptarse a este, para asegurar su permanencia y dominio en la región.

El afianzamiento de novísimas formas de cultivo, la aclimatación de muchos de sus productos y el intercambio entre colonias, constituyeron la base de la nueva dieta americana, esto en algunos casos fracasó, por lo que se hizo necesario adaptar las recetas foráneas a los ingredientes producidos en esta parte del trópico.

Desde entonces se establecieron dos modos de cultivo, el conuco y la plantación, con la hacienda y el hato como unidades de producción, estos últimos estimularon la trata de negros en América, ya que para estas actividades resultaba insuficiente la mano de obra nativa. En ellos se consumía

básicamente carne de res, azúcar y cacao, complementada esta dieta con maíz, yuca, frijoles, frutales, hortalizas, legumbres y café. Del aporte africano se incorporó el sorgo, mijo, garbanzos, lentejas, patilla y el plátano. Los alimentos requeridos diariamente eran suministrados por el conuco, y la plantación o agricultura extensiva proveía los productos requeridos para la exportación y con ella el desarrollo de la actividad económica nacional. Entre los cultivos que se sembraron a gran escala se cuentan la caña de azúcar, café y cacao.

En lo que al impacto ambiental se refiere, el establecimiento de estas formas de producción acarreo consigo la destrucción de la floresta venezolana, la primera (el conuco) con menos voracidad que la segunda (la hacienda), con lo cual no sólo se perdieron valiosísimas especies vegetales, sino que paulatinamente contribuyeron a la extinción de numerosos especímenes de la fauna silvestre, empobrecieron los suelos mermando su fertilidad y capacidad de producción y secaron las fuentes de agua. Todo ello por supuesto contribuyó a la desaparición dentro del menú venezolano, de algunas de las que hasta el momento fueron la base de la nutrición de los nativos venezolanos.

Así las cosas se conformaron progresivamente los pueblos de la colonia venezolana en donde se instalaron posadas, expendios de víveres, mataderos, y otros establecimientos comerciales que eran surtidos desde las unidades de producción. La dieta diaria estaba constituida por frijoles, caráotas, arroz, cacao, yuca, carne, plátano, casabe, arvejas, sal, papelón y quinchonchos. El trigo y las hortalizas se adaptaron al clima tropical. Otros productos debieron ser importados entre ellos: vino, vinagre y aceite de oliva. El maíz aumentó su demanda en las mesas coloniales, la guayaba y el onoto ocuparon el espacio imposible de llenar por el membrillo y el azafrán. La manteca de res y cerdo fue la grasa de uso general. Los africanos incorporados a las labores domésticas introdujeron en la cocina de la época el arte de guisar y dieron a conocer el tarcarí o guiso con curri, el sofrito empleado sobre preparaciones de harina o funche (obtenida de raíces como ocumo y ñame) que eran la base de su dieta, el pan de plátano o tajada frita y tostones, papillas o poleadas base de la conocida cafunga barloventeña (banana y coco mezclados con azúcar y cocidos en leche) y aun cuando no fueron ellos quienes lo trajeron al continente, incorporaron también el uso de la pimienta, el jengibre, tamarindo, ajonjolí, el

ñame y como si fuera poco el pilón, instrumento que tanto facilitó la preparación del maíz y otros granos, para enriquecimiento del fogón americano ya acostumbrado al uso del ajo, aceite, tomate, vinagre, salmorejo, potajes, calderetas, escabeches, chanfáinas y estofados impuestos por la cocina española.

El eterno predominio del poderoso sobre el desprotegido se manifestó y mantuvo también en la mesa, toda vez que, en el viejo mundo la forma de alimentarse siempre constituyó el mejor indicador o referencia del nivel social que se detentaba y la mejor forma de reafirmarse en él, algo que sociológicamente se mantiene hasta nuestros días. De igual manera los productos de la dieta diaria adquirían estatus de acuerdo a quien los consumiera. La alimentación propia de la clase acomodada proliferó y creció con ayuda de los bastimentos extranjeros, las posadas dieron paso a novedosos restaurantes donde comenzaron a ofrecerse innovaciones culinarias hasta el momento desconocidas.

Durante la época republicana, superados los escollos ocasionados por la gesta emancipadora y después de restituirse completamente la actividad agropecuaria y comercial, se inició la avalancha importadora desde Europa y el Norte de América; entonces múltiples exquisiteces llegaron desde el exterior (jamones, avena, licores, pastas, embutidos) para satisfacer fundamentalmente la mesa de los adinerados; estos convivieron junto al menú criollo compuesto por olleta de aves, sancocho o hervido, mondongo o menudo, chanfaina, entreverado, asado, carne frita, hallaca, revoltillo, caraotas, arepas, casabe, tajadas, arroz, chocolate, buñuelo, dulces en almíbar, y majarete, muchos de ellos tenían como base para su preparación la manteca de cerdo. En la mesa del pobre, el condumio continuó inalterado, la comida tradicional heredada de los antepasados y basada en la yuca, maíz y en menor proporción el trigo.

A fines del siglo XIX ya se ofrecían máquinas para moler maíz, surgen las fábricas de alimentos, el uso de utensilios no tradicionales de hierro, y cocinas de metal que usaban carbón.

Durante el pasado siglo, los hábitos alimenticios del venezolano cambiaron como producto de las transformaciones socio-económicas acarreadas

por el inicio de la explotación petrolera y la Segunda Guerra Mundial, entre ellas la sustitución de la actividad agrícola por la minera y el incremento de las importaciones. Fenómenos como el éxodo campo-ciudad, el desatado proceso urbanizador y el arribo de grandes corporaciones alimenticias extranjeras, hicieron sentir su influencia sobre la forma de alimentarse y en las costumbres en la mesa de los venezolanos.

...producen el desarraigo de la población rural que viene a engrosar la urbana, perdiendo rápidamente su identidad para ser presa fácil del modo de vida citadino, negador de sus tradiciones, destructor de sus hábitos, uniformador de la vida cotidiana, en aras de la generalización de la conducta que imponen las grandes concentraciones humanas... (Polar, *ob. cit.*, p. 104)

Los requerimientos propios de la vida moderna donde el tiempo ha sido el factor fundamental, conjuntamente con la lamentable y creciente penetración de hábitos y costumbres foráneas, la industrialización, la explotación petrolera y las masivas exportaciones, amén de las exigencias económicas que alejaron a las amas de casa, de la que siempre fue su amorosa tarea, terminaron con la función socializadora de la comida a nivel familiar y dieron paso al establecimiento e incremento de lugares donde se expide comida rápida, desplazándose con ello las hermosas veladas familiares, donde se compartía alegremente y se degustaban las exquisiteces locales, inolvidables momentos y tradiciones ya muy lejanos en la memoria de muchos e inexistentes en los recuerdos de los más jóvenes.

Pero no solo los horarios de la mujer se han modificado. Antes, los ritmos de la jornada laboral estaban subordinados, en buena medida, a los rituales de la alimentación colectiva: aperitivo, almuerzo y cena en casa. Hoy, por el contrario, es la alimentación la que queda subordinada a los ritmos de las jornadas de los diferentes componentes del grupo doméstico... (Contreras, *ob. cit.* p. 85)

También fue mermando la producción agropecuaria a nivel artesanal, pues llegó el momento en que resultaba más económico llevar los productos elaborados desde la ciudad al campo, que producirlos en las casas y pequeñas haciendas.

Las arepas y el casabe indígena fueron una herencia aborigen felizmente preservada a través de los siglos, nunca han perdido su vigencia dentro del menú nacional, si bien para su confección se emplean modernos métodos que facilitan su preparación y comercialización.

La hallaca una variedad del tamal mexicano según los entendidos y la polenta fueron integradas definitivamente al menú venezolano, esta última conserva las características de la cocina europea, con una clara evidencia de la fusión de los productos de los dos continentes, ajustando para ello la receta a los ingredientes ofrecidos por la tierra americana, obteniéndose así una especie de bollo o torta muy sazonada y sabrosa parecida a las oriundas de los fríos parajes hispanos.

En Petare, ese rinconcito colonial que aún conserva la capital venezolana, se han rescatado y preservado muchas de nuestras tradiciones, no se dejan de preparar en las reuniones y festividades que aún celebran, los ricos manjares que hasta hace unas décadas eran los invitados de honor en las celebraciones populares. Entre sus comidas tradicionales se recuerdan: la olleta de gallo, el tere-tere, las hallacas, empanadas, arepitas dulces y casabe en su modalidad de naíboa, comunes a todo el país, menestrón, frijoles, guaracaros y tapiricusos. De la granjería criolla preparada en nuestro pueblo se cuentan la pelota, el tequiche, bolitas de San Pedro, guargüeros, candilejas, torrejitas, hueca, gofio pisado, polvorosas, bollitos de cambur o cafunga, y el infaltable carato de acupe. También exquisiteces de panadería como los golfeados y los cachitos tuvieron su origen en este lugar.

Muchos nos resultarán familiares porque teniendo todos los venezolanos, origen en ancestros producto del mestizaje colonial, inevitablemente estas raíces han dejado profundas huellas en lo que hasta hoy constituye la mesa venezolana.

La hallaca que degustamos en época navideña tuvo entre las familias petareñas un ritual por medio del cual se aseguraba el producto final. El mismo se iniciaba con el rezo del santo rosario por el grupo familiar, para lo cual utilizaban granos de maíz, que más tarde eran sembrados.

La morcilla que consiste en rellenar las tripas de cerdo con sangre del animal y aliñarlas con arroz, perejil, azúcar y otras especias, para después freír-las eran vendidas por Blas Hernández. Los plátanos rellenos muy ricos y de fácil preparación se consumían mucho en la vecindad.

El salpicón es un plato típicamente petareño, pues no se conoce en otra zona del país, consistía en elaborar las tradicionales hallaquitas de maíz o de hoja, cortarlas en rodajas de 3 ó 4 centímetros de espesor, a éstas se les colocaba encima sardinas o salmón preparados en salsa de tomates, cebollas, ajíes y otros condimentos. El salpicón era un infaltable invitado en las fiestas patronales y Semana Santa, sus raciones eran vendidas a una locha en la plaza local, la familia Arvelo era especialista en su elaboración, también Oscar Fumero vendió durante mucho tiempo este curioso manjar.

El menestrón ese típico asopado de garbanzos, patitas de cochino y verduras muy alimenticio y de incomparable sabor, junto a los frijoles y otros granos como los guaracaros (caraota blanca con manchas marrones), tapiricucos, tapiramós o gallinazos, otro tipo de caraota silvestre (blanca con una raya negra) que crecía en todos los patios de Petare, también estuvieron presentes en nuestra mesa. Esta última era hervida y desaguada varias veces para que perdiera el sabor amargo que tenía.

Otro de los alimentos que acostumbraban comer los petareños era lairén sancochado, éste era amarillo, parecido a la castaña y tenía muy buen sabor. También anguilas fritas o ahumadas pescadas en la quebrada El Oro y en el río Guaire.

Además de algunas frutas como la maya o curujujul, una planta parecida a la piña, pero cuyo fruto eran unos pequeños camburitos cítricos como la mencionada planta.

Las arepitas dulces, café y el chocolate muy solicitadas en los días de misas de aguinaldo, eran preparadas por la popular Martinita y Los Parra. Las arepas y las empanadas de los desayunos y cenas tampoco faltaron a nuestra mesa, para ello en la casa de Jesús María Hernández compraba el maíz molido

toda la comunidad, pero si la tarea resultaba difícil la familia Pimentel vendía las arepas y empanadas, también Cornelia vendía arepas en la calle El Oro.

Hoy Silvino Rojas con sus bebidas tradicionales entre las que se cuentan la mistela, guarapitas, ponche crema, zamurito y los famosos amargos; también Isbelia Castro Viana y sus dulces criollos, junto algunos otros miembros de la comunidad, insisten en mantener el recuerdo de los hermosos días en que podíamos escapar del frío decembrino tomando guarapitas, café con leche, chocolate y arepitas dulces al salir de la misa de aguinaldos o degustar exquisiteces culinarias al disfrutar de las fiestas patronales del pueblo, la Semana Santa o el Carnaval.

REFERENCIAS

- Alvarado, A. (1903). *Menú Vernaculismo*. Caracas: Ediciones EDIME,
- Cartay, R. (1991). *Estelas de Bien*. Caracas: Ediciones Trípode.
- Contreras, J. (1993). *Antropología de la Alimentación*. Madrid, España: Eudema.
- Enciclopedia Conocer Venezuela. (1986). *Cultura y Folklore*. Caracas: Salvar Editores.
- Fundación Polar. (1988). *Diccionario de Historia de Venezuela*. Caracas: Salvar.
- León, R. (1974). *Geografía Gastronómica de Venezuela*. Caracas: Talleres del INCE.
- Méndez, C. (s/f). *Tradición Culinaria en Petare*. Caracas: Fundación J. A. Lamas.
- Méndez, C. (2005 julio). *Impacto Ambiental Histórico del Proceso de Poblamiento en el municipio Sucre – estado Miranda*. (Ponencia)
- Lovera, J. (1989). *Gastronómicas*. Caracas: Centro de Estudios Gastronómicos.
- Lovera, J. (1988). *Historia de la alimentación en Venezuela*. Caracas: Monte Ávila Editores.
- Rojas A. (1988). *Crónicas de Caracas*. Caracas: Ministerio de Educación.

Nutrición para el bienestar general

Robert Rodríguez I.*

Mayo, 2007

INTRODUCCIÓN

La ciencia de la nutrición estudia la relación entre los alimentos, la salud, y el funcionamiento del cuerpo humano. Si bien falta mucho por aprender, desde hace mucho tiempo las investigaciones científicas han establecido un vínculo entre la buena nutrición, la salud, y el bienestar. Buena nutrición implica que la dieta suministra todos los nutrientes necesarios para el crecimiento, la reparación y el mantenimiento de los tejidos. La dieta también debe suministrar suficientes fuentes energéticas para el trabajo, la actividad física, y la recreación.

Actualmente, debido a la pobreza en nutrientes de los alimentos a causa de los procedimientos de cultivo modernos, a los métodos de procesamiento industrial, y al hecho de que estamos expuestos a más factores oxidativos ambientales y de estrés psíquico que en la antigüedad, los alimentos por sí solos no pueden cubrir la demanda de micronutrientes, solicitada por nuestro organismo para mantener la salud.

En *deporte de alto rendimiento* hay que tener en cuenta, además, *un factor añadido de estrés físico y psíquico*, lo que provoca una oxidación y un consumo de sustancias esenciales mayor que la producida en la población normal, circunstancia que debe ser cuidada con atención por los deportistas.

* Profesor de Educación Física, egresado de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Entrenador deportivo de natación de alta competencia.

Una *alimentación equilibrada* combinada con una *suplementación adecuada de vitaminas, minerales y demás micronutrientes* ayudará, no sólo en el logro de un rendimiento deportivo óptimo, sino en la *prevención de lesiones innecesarias* y como *apoyo en la recuperación* de las ya existentes, además de *evitar problemas de salud general asociados*.

¿QUÉ ES UNA DIETA SANA?

Es una dieta que proporciona niveles óptimos de nutrientes para el mantenimiento y regeneración del organismo, y bajos niveles de alimentos perjudiciales para la salud. Todo lo que ingerimos a lo largo del día representa una medicina o un tóxico en potencia para nuestro organismo.

Una alimentación equilibrada tiene una amplia base de hidratos de carbono complejos (cereales integrales, pan, pasta, arroz integral, patatas, legumbres, etc.), mucha fruta y verdura (contienen fibra, vitaminas y minerales), aceites vegetales no refinados y pescado azul. Alimentos como los lácteos, la carne y los huevos han de ser ingeridos de forma eventual. Otros como el azúcar o los alimentos procesados industrialmente y las grasas saturadas, deben ser evitados, como veremos más adelante.

NUTRIENTES ESENCIALES

Los nutrientes esenciales para el cuerpo son los carbohidratos, las grasas, las proteínas, las vitaminas, los minerales. Los carbohidratos, proteínas, grasas se les denominan macro nutrientes, ya que grandes cantidades son requeridos diariamente. Las vitaminas y los minerales son denominados micronutrientes ya que sólo se requieren pequeñas cantidades de ellos (Coultrate y Davies, 1997; Jaffé, 2002).

El agua aunque no constituye un nutriente es un componente indispensable de la dieta, ya que se requiere en los procesos fisiológicos de la digestión,

la absorción y la excreción; es un componente de los tejidos corporales, y como solvente, hace que muchos solutos estén disponibles para las funciones celulares y es el medio necesario para todas las reacciones bioquímicas.

Dependiendo de la cantidad de nutrientes y calorías, los alimentos se clasifican en alimentos de Alta densidad nutritiva y de baja densidad nutritiva. Los alimentos de Alta densidad nutritiva tienen un alto valor nutritivo y son bajos en calorías. Los alimentos altos en calorías y bajos en nutrientes, frecuentemente se les denomina “chucherías”, son de baja densidad nutritiva

Carbohidratos

Los carbohidratos son la fuente de calórica más importante para proveer energía para el mantenimiento celular y la producción de calor. Estos ayudan a digerir y regular las grasas y el metabolismo proteico. Cada gramo de carbohidratos suple al cuerpo con 4 calorías. Las fuentes principales son el pan, los cereales, las frutas, los vegetales, y la leche y sus derivados.

Proteínas

Las proteínas son sustancias primordiales usadas por el cuerpo para formar y reparar tejidos como los músculos, la sangre, los órganos, la piel, y los huesos. También forman parte de hormonas, enzimas, anticuerpos, y ayudan a mantener el balance líquido corporal. Las proteínas pueden ser utilizadas como energía, pero sólo en caso de que no haya suficientes carbohidratos. Las fuentes más importantes son las carnes, la leche, y los derivados de ambos.

Grasas

Las grasas o lípidos son usados por el cuerpo como fuente de energía. Son la fuente más concentrada de energía. Cada gramo de grasa le proporciona al cuerpo 9 calorías. Las grasas forman parte de la estructura celular y se usan como reserva energética y para mantener la temperatura corporal. También amortiguan y protegen los órganos vitales, suministran ácidos grasos esenciales, y transportan vitaminas solubles en grasa (A, D, E, y K). Las fuentes básicas son la leche y sus derivados y las carnes.

La fibra dietética es un tipo de carbohidrato complejo compuesto de un material vegetal que el cuerpo humano no puede digerir. Se encuentra fundamentalmente en las hojas, cortezas, raíces, y semillas. El procesamiento y refinamiento de alimentos le extrae casi toda la fibra natural a estos. Las fuentes principales de fibra dietética en la alimentación diaria son el pan y granos de trigo integral, las frutas, y los vegetales.

Vitaminas: son sustancias orgánicas necesarias para el metabolismo, el crecimiento, y el desarrollo humano. Las vitaminas funcionan como antioxidantes, coenzimas (principalmente complejo B) que regulan las funciones de las enzimas; y en el caso de la vitamina D, puede inclusive funcionar como hormona.

Minerales: son elementos inorgánicos encontrados en el cuerpo y los alimentos y ellos sirven de diferentes funciones. Los minerales constituyen parte de la célula, especialmente de las partes duras del organismo (huesos, uñas y dientes). Los minerales son importantes en el mantenimiento del balance de agua y el balance ácido-básico. También son componentes importantes de los pigmentos respiratorios, enzimas y sistemas enzimáticos, y regulan la estimulación muscular y nerviosa.

Agua: está presente en casi todos los alimentos, pero fundamentalmente en los líquidos y en las frutas y los vegetales. Además del contenido natural en los alimentos, se debe tomar de 8 a 10 vasos de agua al día.

Es importante añadir que con el sudor no sólo perdemos agua sino también minerales, vitaminas y oligoelementos. Las bebidas ligeramente hipotónicas, se absorben más rápidamente que las isotónicas, resultando ser las más adecuadas según los últimos estudios para reponer los niveles hídricos y de minerales

ALIMENTOS RECOMENDABLES

Obligados

- Frutas completas y zumos naturales no ácidos. 4 raciones diarias.
- Verduras y hortalizas crudas, al vapor, al horno (de hoja verde, todo tipo de coles, raíces, etc). 1 ración cruda (ensalada) y otra cocinada al día, como mínimo.
- Cereales integrales, al menos en un 70% de los totales ingeridos (arroz, trigo, avena, centeno, mijo, cous-cous, pasta, pan, etc) Legumbres (soja, lentejas, garbanzos, judías, guisantes, etc.). Tofu, seitán. 2 raciones diarias.
- Germinados (brotes de soja, de alfalfa, de trigo, etc). 2/3 veces semanales.
- Semillas y nueces (en poca cantidad). 2 veces semanales o más.
- Aceite de oliva virgen prensado en frío, aceite de lino. Diario.
- Pescado azul de aguas frías (salmón, arenque, sardinas, boquerones, caballa, trucha de río) Se puede sustituir por una cucharada diaria de aceite de lino. 2/3 veces semanales.
- Agua mineral y zumos (3:1). 8 vasos grandes al día (entre los dos).

Opcionales

- Lácteos (mejor olvidar la leche de vaca; la leche de cabra es más digestiva). Es mejor tomar productos fermentados como yogur biológico (con bifidobacterias, etc.) y quesos frescos (mejor de oveja o cabra). 1 ración diaria, máximo.

- Carnes biológicas (mejor de caza o no estabuladas). Evitar el cerdo. 1 vez cada 10 días.
- Huevos biológicos. 2 a la semana.

Se recomienda que todos los alimentos procedan de cultivos o cría biológicos, en la medida de lo posible, debido a la ausencia de pesticidas, metales pesados, antibióticos, hormonas y otras sustancias tóxicas, en su interior (Cervera, Clapes y Rigolfas, 1994).

ALIMENTOS PERJUDICIALES

Limitar su consumo al máximo, ya que, no sólo no aportan ningún nutriente, sino que provocan, tarde o temprano, trastornos en la salud, los cuales son:

- Azúcar refinada y dulce.
- Grasas saturadas (de procedencia animal) y grasas “Trans” o hidrogenadas (margarina, bollería, aceites refinados, etc.), las cuales por regulación debes estar eliminadas de estos productos, por ello se recomienda revisar el etiquetado de los alimentos y verificar si están libres de “Grasas Trans”.
- Sal en exceso.
- Embutidos (a excepción del jamón ibérico de bellota, en pequeñas raciones).
- Harinas blancas refinadas (pan blanco, pasta blanca, etc.).

Productos procesados industrialmente (productos preparados, precocinados, enlatados, en conserva) con conservantes o colorantes químicos.

- Carne roja y aves, en exceso (más de una vez por semana). Procurar que la carne sea de origen biológico o de caza. En especial, evitar el cerdo y la grasa animal (Fox y Cameron 2004).

ESTRATEGIA PARA LOGRAR UN CONTROL PERMANENTE DEL PESO CORPORAL

Alcanzar y mantener el peso corporal recomendado no es una tarea imposible, pero sí requiere determinación y resolución. Para lograr controlar el peso a lo largo de la vida es necesario modificar ciertos hábitos de conducta. Cambiar hábitos viejos y desarrollar nuevos requiere tiempo (Mahan y Escott-Stump, 1998):

1. Tome una decisión ferviente de controlar el peso.
2. Planifique metas reales e incorpore el ejercicio físico al programa.
4. Desarrolle hábitos alimenticios saludables.
5. No asocie comida con conductas.
6. Manténgase ocupado.
7. Planifique las comidas.
8. Cocine prudentemente.
9. No se sirva más comida de la que debe comer.
10. Coma lentamente y en la mesa solamente.
11. Evite “comilonas” sociales.

12. Use técnicas para controlar el estrés.
13. Observe su progreso y galardone sus logros.
14. Sea positivo en todo momento.

No existe manera rápida y sencilla de perder peso el exceso de grasa corporal y luego mantenerla en el tiempo. El control del peso se logra por intermedio de un programa permanente de ejercicio físico y selección adecuada de alimentos. Durante el proceso de modificación de la conducta es inevitable que se repitan algunos hábitos nocivos. Todos cometemos errores, los que fracasan son aquellos que se dan por vencidos y no usan sus experiencias para desarrollar destrezas que les permitan evitar tropiezos en el futuro. “Querer es poder”, y los “que perseveran triunfan.”

REFERENCIAS

- Cervera, P; Clapes J. y Rigolfas, R. (1994). *Alimentación y Dietoterapia*. Madrid: McGraw-Hill, Interamericana.
- Coultate, T. y Davies, J. (1997). *Alimentos, lo que conviene saber para una alimentación correcta*. Madrid: Editorial Acribia, S.A.
- Fox, B. y Cameron, A. (2004). *Ciencia de los alimentos, Nutrición y Salud*. México: Ediciones LIMUSA.
- Jaffé, W. (2002). *Nuestros alimentos. Ayer, hoy y mañana*. Caracas: Ediciones Fundación Bengoa.
- Mahan K. y Escote-Stump, S. (1998). *Nutrición y Dietoterapia de Krause*. México: McGraw-Hill Interamericana.

El Instituto Nacional de Nutrición, Órgano rector de las políticas nutricionales para Venezuela

Lucy Lucero*

Mayo, 2007

INTRODUCCIÓN

El Instituto Nacional de Nutrición (INN) se creó formalmente el 15 de noviembre de 1949 por decreto presidencial n° 320, publicado en Gaceta Oficial n° 23.074. Desde sus inicios el INN ha desarrollado una destacada labor en materia de seguridad alimentaria para todos los venezolanos y venezolanas, así como capacitación de recursos humanos en las áreas de nutrición y dietética, además de afianzar alianzas estratégicas con organismos internacionales.

Su Misión se define en velar junto con el poder popular para la salud por la nutrición de la población venezolana como elemento de la suprema felicidad. Su Visión se ubica en regir las políticas nutricionales del Estado venezolano.

Dentro de los programas emblemas del INN se destacan:

Programa Nutrición para la Vida (NPV)

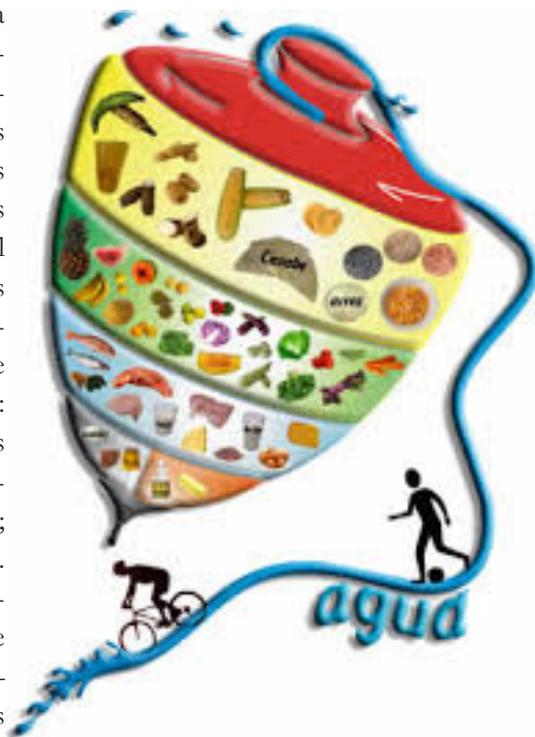
Proyecto bandera desarrollando desde el 2006 por el INN y que busca mejorar la situación nutricional del país, acelerando las medidas necesarias para atender las deficiencias y riesgos encontrados a partir de la participación directa del Poder Popular – para obtener soluciones eficaces a los problemas

* Licenciada en Nutrición. Directora del Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (SISVAN). Instituto Nacional de Nutrición (INN).

que originan la desnutrición – y un enfoque institucional que recupere la infraestructura y dotación de los SERN (Servicios de Educación y Recuperación Nutricional) y capacite al personal de salud que asiste a niños o niñas con malnutrición. El INN, en un esfuerzo por lograr mejorar el perfil nutricional de los anteriormente excluidos, adaptó el NPV para beneficiar a los pueblos indígenas, que desafortunadamente y debido a un negativo proceso de transculturización, han modificado sus hábitos alimenticios.

Trompo de los grupos de alimentos

Nuevo modelo de cultura nutricional y alternativa a la pirámide nutricional. Esta propuesta incluye alimentos autóctonos requeridos en las despensas venezolanas según los hábitos de consumo, la producción del campo y las recientes políticas agroalimentarias. De acuerdo al trompo, los alimentos se han reclasificado en 5 grupos: 1- Granos, cereales, tubérculos y plátanos; 2- Hortalizas y frutas; 3- Leche, carnes y huevos; 4- Azúcares; 5- Grasas y aceites. Estos grupos deben complementarse con el consumo de agua – de 8 a 10 vasos al día – y de actividad física –al menos 3 veces por semana durante 30 minutos –.



Una variante es el Trompo Indígena de Alimentos, herramienta educativa que busca revitalizar, consolidar y fortalecer las costumbres alimen-

ticias de los pueblos originarios, reivindicando sus alimentos propios y sus modos de producción y costumbres ancestrales.

Servicios de Educación y Recuperación Nutricional (SERN)

Los SERN constituyen, desde su creación en 1966 por Dr. José María Bengoa, uno de los programas de asistencia médico-nutricional más emblemáticos del INN y con mayor proyección comunitaria. El primer SERN fue el Centro de Especialidades Nutricionales “Hipólita Bolívar”, Hoy en día, los 26 SERN instalados a nivel nacional funcionan a través de centros de atención para niños y niñas, buscando disminuir las tasas de morbimortalidad por desnutrición y enfermedades relacionadas.

Nutripuntos

Son una estrategia del INN que consiste en la asistencia directa a la comunidad en lo que a temas de nutrición y salud respecta. En ellos un grupo de nutricionistas realiza de manera gratuita diagnósticos nutricionales (toma de peso y talla), cálculos de Índice de Masa Corporal y despistaje de malnutrición tanto por déficit como por exceso en niños, niñas, adolescentes y adultos, además de recomendaciones nutricionales y entrega de material educativo a los asistentes.

Centros Dietéticos Socialistas (CeDiS)

Los CeDiS son una iniciativa del INN para brindar atención nutricional integral con dietas personalizadas y medición antropométrica para pacientes con un vulnerable estado de salud. En los CeDiS, pues, no sólo se ofrece comida de calidad a las personas que la requieran sino que también cada be-

neficiario contará con los servicios de los consejos comunales, las juntas parroquiales y las misiones, a fin de obtener una atención integral. El Comedor de Crucecita, que con más de 40 años de tradición de servicio es reconocido como uno de los estandartes del INN, será reinaugurado como CeDiS en el 2008.

Otros logros

Dentro de los avances que ha impulsado el INN están la Ley de Alimentación para el Trabajador, que protege y mejora el estado nutricional de los trabajadores y trabajadoras; la certificación para los servicios de alimentación de preescolares y afines; la formulación y planificación de menús –con la cual se asesoran, planifican y ajustan los menús a los requerimientos nutricionales de cada grupo, respetando su cultura y hábitos alimenticios –; los Centros Comunitarios de Enseñanza Nutricional y Alimentaria (CCENA); los comedores docentes; la evaluación de programas y proyectos alimentarios-nutricionales a nivel comunitario; y la asesoría en materia de alimentación y nutrición dirigida a medios de comunicación masivos, institucionales, comunidades organizadas, entre otros.

SISTEMA DE VIGILANCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL

La expresión Vigilancia Nutricional se acuñó por primera vez a raíz de la Conferencia Mundial de la Alimentación, cuando la UNICEF y la Organización Mundial de la Salud (OMS), decidieron reunir en 1975 un Comité Mixto de Expertos del cual se emitió un informe denominado Metodología de la Vigilancia Nutricional.

En Venezuela a partir del año 1980, se incrementaron los esfuerzos para desarrollar un sistema de vigilancia en el campo de la nutrición, cuando el INN crea el Departamento de Vigilancia Epidemiológica con el fin de implementar el Sistema de Vigilancia Epidemiológica Nutricional (SISVEN).

Dicho sistema tenía como objetivo recopilar información nutricional (antropometría, anemia y bocio endémico), en el sector salud y educación a objeto de planificar, reorientar y asignar programas de atención nutricional, así como obtener recursos financieros para los mismos.

En el año 1985, el consejo directivo del INN aprueba nuevos indicadores en el sistema de vigilancia nutricional provenientes del sector agrícola y económico, transformándose en el Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (SISVAN), cuyo objetivo general es proporcionar información continua sobre la situación nutricional de la población y los factores que influyen en ella.

Actualmente, el Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional se conoce como el conjunto de procedimientos mediante el cual se recolecta, analiza e interpreta la información para la toma de decisiones en políticas y programas que afectan la alimentación y nutrición de la población considerándose como el instrumento básico para efectuar la vigilancia alimentaria y nutricional en Venezuela.

El SISVAN se basa en el acopio sistemático de datos cuyo análisis permite obtener indicadores de la evolución presente y futura del estado nutricional de una población.

El SISVAN en Venezuela tiene 9 componentes:

Área nutricional

- Menores de 15 años.
- Preescolar institucionalizado.
- Desnutrido grave hospitalizado.
- Peso al Nacer.
- [Pone en la otra página](#)

Área alimentaria

- Estadísticas alimentarias, Hojas de Balance de Alimentos (HBA).
- Control sistemático de la yodación de la sal.
- Área Socioeconómica Poblacional
- Estadísticas demográficas y socioeconómicas

Área de Salud

- Morbilidad y Mortalidad por Enteritis y otras infecciones diarreicas.
- Estadísticas de Salud.

SITUACIÓN NUTRICIONAL EN VENEZUELA

Venezuela se encuentra en “plena transición demográfica”. En relación a las últimas décadas. Observamos que nuestra tasa de crecimiento ha descendido hasta el 1,7% en el año 2005.

Esta cifra es el resultado directo de una disminución moderada de la natalidad, desde el 42,8 por 1.000 habitantes durante la década de los años 1950, hasta 21,3 por cada 1.000 habitantes en la actualidad (2005), combinada con una disminución de más de 4 puntos por cada mil habitantes en la tasa de mortalidad (de 9,3 a 4,4 en el mismo período) y un indiscutible y continuo proceso migratorio externo, especialmente desde los países amigos cercanos a nuestra Patria.

Las mujeres venezolanas han reducido notablemente el promedio de hijos que tienen durante su vida fértil. A comienzos de los años cincuenta, ese promedio (tasa global de fecundidad) era cerca de siete; al iniciarse el nuevo siglo apenas llega a un promedio de 2,7 hijos.

La disminución de la fecundidad ha provocado una disminución proporcional de los menores de 15 años, que representa el 31,5% de la población 2005. Para este mismo periodo, el incremento de la esperanza de vida al nacer

nos ha llevado a engrosar la cúspide de la pirámide poblacional mayor de 65 años que ha aumentado de 2,8% a 4,9% del total poblacional. Este cambio comienza a perfilar al país como “relativamente maduro”.

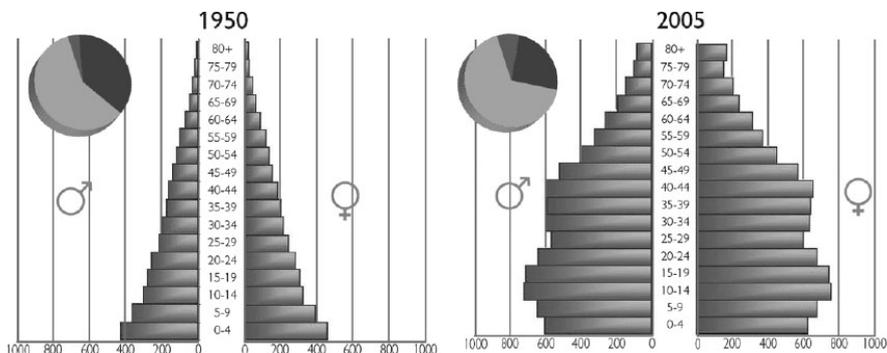


Figura 1. Estructura poblacional por edad y sexo 1950 – 2005.

Fuente: Instituto Nacional de Estadística. Censo 1950 y proyecciones de población Censo 2001.

En cuanto a la conformación territorial se refiere, en las últimas décadas del siglo pasado, la población vivió un proceso migratorio interno de gran movilidad. Producto de una actividad económica centrada en la renta petrolera y en el área de servicios, la población venezolana, en búsqueda de fuentes de empleo, se concentró en la zona norte-costera. Este proceso ocasionó un notorio abandono de nuestras zonas agrícolas.

Las estructuras de aquel momento histórico se organizaron para dar protección a quienes integrarían la fuerza productiva nacional. Se “asistió” a los excluidos históricos en el proceso de “modernización” económico y social del país, impulsado por los ingresos petroleros, pero no se elaboraron verdaderos planes para nuestro desarrollo sustentable.

Adicionalmente, se minimizó la participación del Estado y se dedicó, nuestro mayor capital, al pago de intereses de la deuda externa y a la atención de intereses foráneos, sin impulsar efectivamente la actividad económica interna. Se privatizaron las instituciones del Estado y se trató de “compensar” con programas de corte asistencialista a los grupos poblacionales identificados como “pobres o marginales”.

El mayor contraste es que Venezuela era, tal como antes y ahora, un país de cuantiosas riquezas naturales.

Como resultado lógico de esta situación, en la evolución del área agroalimentaria se presentaban insuficiencias en las disponibilidades calóricas y altos porcentajes del componente importado dentro de estas disponibilidades.

El plan de desarrollo (2001-2007) preve estimular la diversificación de la economía, busca modificar el patrón de poblamiento consolidando la actividad económica en todos los espacios de la República potenciando tres fachadas de integración (Amazónica, Andina y Caribeña) y tres ejes o polos de desconcentración (Occidental, Orinoco-Apure y Oriental), estimulados por la dinámica regional de un nuevo modelo socio-productivo agrícola sustentable, que enfatiza la protección del sector agrícola, regulariza la tenencia de la tierra y es ambientalmente benigno, con elementos básicos que se constituyen en función de los recursos potencialidades de la Nación.

Cuadro 1
Plan de Desarrollo Económico y Social de la Nación (2001-2007)

Económico	Desarrollar la economía productiva	<ul style="list-style-type: none"> • Garantizar la Seguridad Alimentaria • Unidades de Producción Endógeno • Red de comedores populares Escuela • Organizar cooperativas de servicio de alimentación
Social	Alcanzar la justicia social	<ul style="list-style-type: none"> • Incentivar el desarrollo de rede sociales. • Fomentar la corresponsabilidad ciudadana. • Fortalecer la economía social. • Estimular la sociedad contralora de lo público.
Político	Construir la democracia Bolivariana	<ul style="list-style-type: none"> • Transferir el poder al pueblo. • Participación protagónica responsable. • Control Social de la Gestión pública nutricional

Territorial	Consolidar el territorio	<ul style="list-style-type: none"> • Redistribuir los servicios • Fortalecer los espacios menos favorecidos
Internacional	Proyectando programas a nivel internacional.	<ul style="list-style-type: none"> • Tecnología alimentaria • Promover y proyectar la gastronomía nacional.

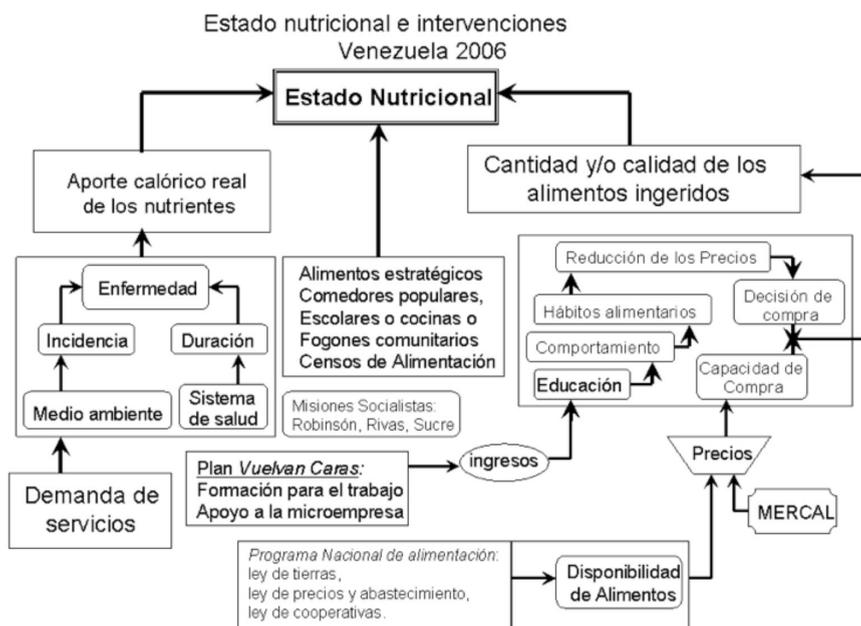


Figura 2. Estado nutricional actual de un individuo. Fuente SISVAN.

CONCLUSIÓN

El estado nutricional actual de un individuo o de una población, no es un hecho aislado, este depende directamente del estado nutricional previo y de las variaciones que experimenten los factores condicionantes del mismo.

REFERENCIAS

- INN. (2007). *Anuario del Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (SISVAN)*, año. 2007. [Documento en línea]. Disponible: www.inn.gov.ve/sisvan/anuario2007.pdf. [Consulta: 2007, Marzo 3]
- INN. (2007). *Las Políticas Alimentarias y Nutricionales en la Revolución Bolivariana. Análisis desde el Instituto Nacional de Nutrición. Ministerio del Poder Popular para la Salud.* [Documento en línea. [Documento en línea] Disponible: www.inn.gov/pdf/sisvan/polinutri.pdf. [Consulta: 2007, Marzo 6]
- INN. (2007). *Perfil Alimentario y Nutricional para Venezuela. Ministerio del Poder Popular para la Salud.* [Documento en línea]. Disponible. www.inn.gov.ve/innw/ [Consulta: 2007, Marzo 6]

La Construcción del Conocimiento Sobre Nutrición en Estudiantes de Educación Superior Caso: UPEL-IPC

Miguel Bouquet*

Mayo, 2007

Durante la historia de la humanidad, incluyendo su historia religiosa, el mantener la salud corporal y espiritual gracias a una buena alimentación y nutrición, ha sido siempre un tema de gran importancia y de preocupación. De hecho, en ciertas partes del mundo algunas religiones contemplan limitaciones en cuanto a la ingesta de ciertos alimentos como el cochino o también, si la ingesta de carne está asociada a una fecha sagrada, tal y como lo exponen por ejemplo, la Biblia o el Torá.

En la actualidad, los hábitos alimenticios se ven afectados por factores políticos, económicos y sociales. Incluso grandes investigadores del tema, como José María Bengoa, explican que los hábitos alimenticios adquiridos durante la infancia son decisivos y condicionan la conducta futura del individuo ante los alimentos. Esto en muchos casos, es el origen de problemas de salud en los seres humanos y es aquí, donde padres y docentes deben cumplir un papel fundamental en la educación alimentaria.

La Organización Mundial de la Salud y la Panamericana de la Salud, muestran en estadísticas recientes que el americano promedio presenta grandes problemas de salud debido a la obesidad, que si bien no es la primera causa está a punto de serlo. Asimismo, en Venezuela estudios recientes (INN,

* Doctor en Medicina, Doctor en Educación. Profesor Asociado de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL), con más de 40 años de experiencia docente e investigativa en las cátedras de anatomía y fisiología humana, puericultura salud y nutrición, en el Instituto Pedagógico de Caracas (IPC).

2007) aseveran que aproximadamente el 20% de la población tiene problemas de sobrepeso y obesidad, lo que es considerado ya un problema epidemiológico de salud. La pregunta es: *¿Puede la educación ayudar a solventar estos problemas de salud?* Este planteamiento existe no sólo a nivel mundial, sino también en Venezuela.

Si analizamos la bibliografía, publicaciones y revistas internacionales encontramos que la enseñanza de los aspectos correspondientes a la nutrición va perdiendo protagonismo a medida que el estudiante avanza en su formación.

Los maestros en los primeros años de enseñanza hacen énfasis en la alimentación balanceada, sin embargo, a medida que el alumno avanza en los diferentes niveles educativos, se habla menos del tema de la nutrición. Asimismo, las ciencias (siendo la nutrición una de ellas), es presentada con menos calidad en las aulas. Esto es aseverado por Pozo (1987, 1993), investigador español de las áreas de las Ciencias y Nutrición. Otros investigadores como Giordan y De Vecchi (1989) han encontrado que los estudiantes a pesar de haber obtenido conocimientos sobre ciencia y nutrición, con el paso del tiempo vuelven este conocimiento un archipiélago que no es conectado con otros conocimientos de su vida diaria o su cotidianidad, así, que no es usado con la pertinencia que se requiere quedando una especie de rompecabezas en su mente y por lo tanto se pierde, volviéndose una concepción errónea la cual es muy difícil de remover.

Aunque las explicaciones científicas sean muy valederas si no se logra estremecer las bases sociales, psicológicas y sentimentales donde esta afianzada esa concepción previa y errónea, esta no será removida.

Justamente en el aspecto de nutrición es donde parecen existir más de estas concepciones, las cuales son reforzadas y empeoran debido al bombardeo diario publicitario mundial que existe sobre información de nutrición con efectos de tipo comercial y económico como por ejemplo: pastillas para rebajar de peso, vitaminas o medicinas, dietas, etc., capaces de convencer a aquellos que no están preparados para hacer frente a dicha información. La mayoría de estos comerciales están creados por psicólogos, psiquiatras o so-

ciólogos especialistas en sembrar conceptos en la mente del individuo, conceptos erróneos que precisamente el docente han tratado de esclarecer y/o combatir, con poco éxito.

Por otra parte, las aplicaciones constructivistas hacen referencia a que el docente para facilitar el aprendizaje, debe saber que conocimientos posee previamente el alumno, de manera que pueda montar, explicar y profundizar sobre estos, los nuevos conocimientos. Sin embargo, hoy por cuestiones de tiempo o grupo, esto se práctica muy poco.

Otro aspecto del constructivismo es la famosa aseveración de Ausubel, el factor más importante que influye en el aprendizaje es el conocimiento previo del alumno, pues a partir de allí, la consecuencia de la enseñanza.

Observamos entonces que hoy día en la educación los temas sobre nutrición presentan una dispersión y falta de coherencia, sumado a la problemática de lo que individuo ya ha aprendido y el maestro no puede combatir.

Considerando los aspectos teóricos del constructivismo, los representantes del constructivismo social como: Vigotsky (1979), Coll (1999), Gómez (1990) expresan que los factores externos al individuo, representados por el entorno familiar, social y escolar son fundamentales para el aprendiz, quien también elabora su conocimiento en un contexto cultural determinado, considerando las fuentes socio culturales de donde proviene, como la educación no formal ya mencionada anteriormente: el bombardeo publicitario y comercial.

Los investigadores de estas corrientes sociales del constructivismo definen el conocimiento como el resultado de un consenso social, encontrándose en él todos los ingredientes necesarios para resolver los problemas de la vida. Este enfoque permite una mayor aproximación e integración entre la teoría y la práctica, contribuyendo de forma esencial a una mejor explicación de la forma de adquisición y construcción del conocimiento de las áreas.

Dentro de estos aspectos resulta interesante investigar en nuestra casa de estudio, la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL), ins-

titución pública dedicada a la formación de los docentes y maestros que requiere el sistema educativo venezolano en sus diferentes niveles y modalidades. En este contexto recobra pertinencia indagar sobre que está pasando en la construcción del conocimiento sobre nutrición en nuestros estudiantes y en nuestros profesores también. Por ello, emergen estas interrogantes:

- ¿Cómo es el proceso de formación del conocimiento sobre nutrición en nuestros estudiantes?
- ¿Cómo es la relación con el contexto social que tiene el proceso de formación del conocimiento sobre nutrición en nuestros estudiantes?
- ¿Cómo ocurre el proceso de formación de las destrezas didácticas y pedagógicas de los futuros docentes en el área de nutrición.

El objetivo general de este planteamiento, es proponer a partir del análisis, interpretación y la comprensión de los procesos educativos en estudio, un cuerpo de aporte teórico que sirva para rediseñar la dinámica de los contenidos, de las estrategias didácticas y pedagógicas que orientan los estudios de instrucción en el Instituto Pedagógico de Caracas, ente adscrito a la UPEL, pionero en la formación docente en el país y con más de 70 años de funcionamiento en la capital de Venezuela.

Aunque este planteamiento no está circunscribiendo estas investigaciones al IPC y al Departamento de Biología en el ámbito de las investigaciones cualitativas de tipo etnográfico, pueden ser tomadas como referencia para investigaciones posteriores expandiendo este tipo de conocimiento. Sin embargo, el objetivo propuesto a investigar es interpretar a partir de la observación, de grupos de discusión, de consulta de expertos y el análisis de la información obtenida, los factores que tienen efectos como: el proceso de construcción del conocimiento en los temas de nutrición en los estudiantes del Departamento de Biología y Química, la formación didáctica y pedagógica de los futuros docentes en los temas de nutrición.

¿Cómo se justifica esta investigación desde el aspecto cualitativo? Las escasas investigaciones realizadas hasta el momento en la enseñanza y aprendizaje de la nutrición han sido de corte hipotético inductivo cuantitativo, enfocadas en la determinación de la efectividad de algunos métodos o estrategias de enseñanza y en la valoración del aprendizaje por medio del rendimiento estudiantil.

No es por dejar de lado estas investigaciones, pero este tipo de investigaciones hipotéticas cuantitativas son muy focalizadas, son investigaciones donde se presuponen hipótesis, se elabora un instrumento de investigación, se aplica y se toma la data, para corroborar si la hipótesis es cierta o no. Por supuesto que está validada y respaldada por una gran cantidad de métodos estadísticos formales, rígidos y matemáticos, pero tiene un gran problemática y es que son extremadamente focalizadas y no consideran el entorno, volviéndose extremadamente laboriosas y puntualistas.

Por otro lado, y sin ánimos de redundar, las investigaciones ya realizadas tienen la característica de no haber ahondado en determinar o esclarecer los posibles orígenes y la dinámica de los procesos que envuelven la construcción del conocimiento de esta área. Tampoco se ha estudiado en particular las relaciones de los estudiantes con el contenido, el entorno social, y otros factores durante el proceso.

¿Cómo hemos abordado este tema? Primero, el ámbito de la investigación está fijado por el Instituto Pedagógico de Caracas, el Departamento de Biología y Química y estos cursos que tienen que ver con nutrición, a pesar que desde hace muchos años no se dictan. Sin embargo, como participantes del estudio en investigaciones cualitativas, (siendo incluso el investigador uno más dentro la investigación, al coordinar, ordenar y acoplar la discusión entre todos), se tiene a los estudiantes de anatomía y fisiología, los de educación para la salud, los de ciencia, tecnología y social, quienes fueron de gran aporte, los docentes de los cursos citados y otro grupo de docentes que fueron consultados como expertos.

Así, la orientación de esta investigación hay que ubicarla dentro de un paradigma, refiriéndose a la esencia del conocimiento, específicamente en tres aspectos:

- La Ontología de la realidad, es decir, de donde proviene
- La Epistemología, que es lo que se conoce de esa realidad,
- Por último, la Metodología que permitirá conocerla.

Dentro de este marco que se encuentra la investigación, plantaremos entonces lo siguiente, los estudiantes desarrollan su conocimiento dentro de un ámbito social al cual ellos pertenecen, viven y construyen, existiendo para estos individuos variados enfoques dentro de una realidad social dinámica, cambiante y significativa. Por ello, resulta imperativo utilizar varias técnicas para su estudio, lo cual permite entender como los sujetos estudiados interpretan su realidad apoyados desde su esquema de referencia, pues la realidad del estudio es de naturaleza social.

La actitud valorativa del investigador a lo largo del proceso investigativo en las entrevistas, discusiones entre grupos, construcciones situacionales del proceso de búsqueda y la compenetración que tenga en el tema, ubica la investigación dentro del paradigma naturalista interpretativo.

El diseño de la investigación por su parte, se encuentra bajo un enfoque etnográfico que procura una recopilación más significativa de la información, necesaria para construir la cultura y conocer los fenómenos sociales propios de las comunidades y de grupos específicos. De esta manera, la investigación aborda en su ámbito natural, como las aulas de clases, los sujetos o grupos que el investigador considere involucrado en la problemática en estudio, para así conocer, explicar, comprender e interpretar los fenómenos y la dinámica que la caracteriza, por eso esta investigación se puede pensar como cualitativa fenomenológica, etnográfica y naturalista interpretativa.

Para la recolección de la información se utiliza la observación participante, que consiste en que el investigador va al sitio donde ocurre el acontecimiento y participa de él, como son las aulas de clases, compenetrándose con el grupo. Una vez que se han hecho los contactos, se identifica aquellas personas que tienen participación significativa y se les convoca luego a discutir aspectos más precisos formando así los grupos de discusión.

Las entrevistas en profundidad, se realizan a aquellas personas que han dado opiniones interesantes o pertinentes y así recopilar más información para procesarla, incluso si es necesario volverla a entrevistar hasta lograr aclarar al máximo lo que el individuo expresa.

Las consultas con expertos del área, se llevan a cabo con personas que han tenido destacada actuación en esta área del conocimiento y entonces se le consultan las interpretaciones que se van construyendo y se discuten. A partir de allí, se van elaborando categorías de nivel.

En cuanto al muestreo dirigido, luego que se ha recopilado una cantidad de información, hay puntos que quedaron dudosos, entonces se vuelve a las personas entrevistadas y se le pregunta nuevamente a fin de aclarar.

Tal como lo plantean Strauss y Corbin (2002), el muestreo teórico se sustenta en un proceso de recolección de datos derivado de la teoría sustantiva que se está construyendo, enlazado con la teoría que emerge al momento de realizar las entrevistas.

De acuerdo con lo expuesto anteriormente, se le van dando validez a estas investigaciones y al instrumento, corroborándose a cada momento con las retroalimentaciones que se obtienen de las entrevistas.

Para el procesamiento de la información, la teoría fundamentada explica que la información o conclusiones finales pueden ser extraídas directamente de la data, contrastándola con una teoría preexistente, categorizando las opiniones de acuerdo con las coincidencias existentes en ellas, considerando si en las entrevistas realizadas posteriormente, se genera una adición o contradicción. Se construye entonces lo que se conoce como una plantilla de categorización inicial de un grupo de opiniones certificadas sobre un aspecto. Luego, al integrar las categorías establecidas de acuerdo con sus dimensiones y significación, así, se procede a construir la síntesis conceptual inicial que es el cuerpo de ideas inicial resultante de la observación participativa, los muestreos y de las entrevistas. Si se tratara de una investigación cuantitativa, ésta se convertiría en la hipótesis la cual se cotejara con un instrumento que le dará o no, la validez.

Pero para las investigaciones cualitativas, esta síntesis conceptual está influenciada por prejuicios, lo que hace necesario la creación de un modelo y cotejarlo nuevamente con todos los entrevistados utilizando un muestreo dirigido, a fin de contrastar las conclusiones y poder remodelar los resultados de esa síntesis conceptual final, obteniendo un proceso más elaborado y depurado.

A continuación se muestra la Figura 1, la cual da una idea de cómo se hace el procesamiento de datos, del lado derecho se encuentra una lista de pequeños resúmenes de las entrevistas y opiniones de las personas abordadas siendo estas las categorías preliminares que se organizan del lado izquierdo. Una vez realizado esto, tenemos entonces grupos de categorías que se puede reorganizar en categorías superiores.

Ahora, ya tabulada la información, a partir del marco referencial que se obtuvo a partir de las informaciones, publicaciones, observaciones participantes, grupos de discusión y entrevistas con expertos, conllevó a una codificación general de la data obtenida que a su vez, deriva en la construcción del cuerpo de ideas iniciales, que en caso de que fuese una investigación cuantitativa, estaríamos hablando de hipótesis, pero en este tipo de investigación es más que una hipótesis porque abarca muchos aspectos (Ver Figura 1).

Este cuerpo de ideas iniciales tal y como se muestra en la Figura 2 es llevado nuevamente al sitio y a cada uno de las personas participantes de la investigación, cada quien opina del modelo que se está formando. Esto se hace a través de un muestreo teórico y dirigido. Se vuelve a procesar la información y se hace un modelo pues es mediante el muestreo dirigido y la discusión con los expertos que se termina de elaborar la síntesis conceptual final (Ver Figura 2).

Si observamos las Figuras 2, 3, 4 y 5, la organización de la data y su categorización, nos permite elaborar la primera síntesis conceptual. Las esferas dan idea de la importancia de cada uno de los aspectos, una vez cotejada la información teórica y las primeras entrevistas, etc., conlleva a pensar que la esfera central de mayor tamaño que representa la baja calidad científica de conocimiento en el área de nutrición, es la dominante sobre la esfera pequeña que es la realidad sobre el conocimiento de nutrición de los estudiantes del IPC.

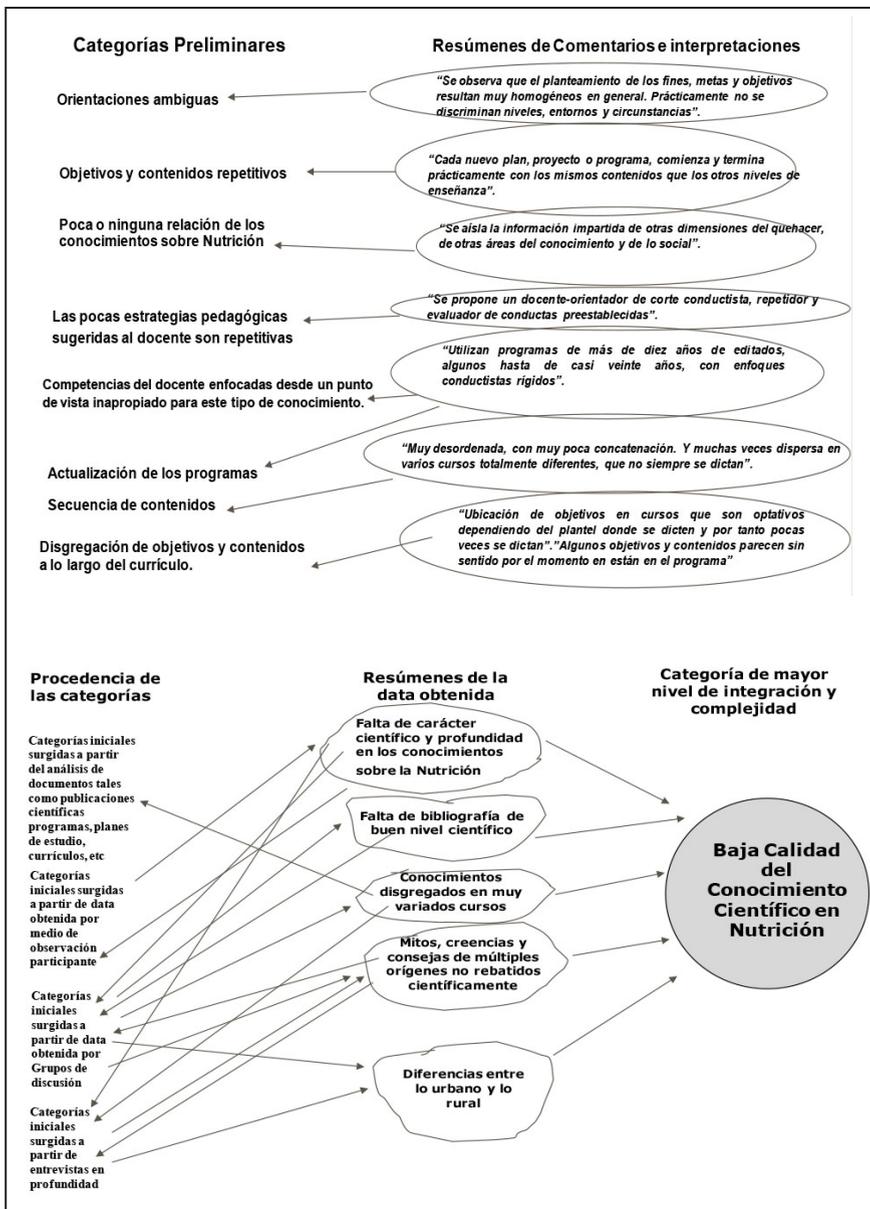


Figura 1. Procesamiento de la información

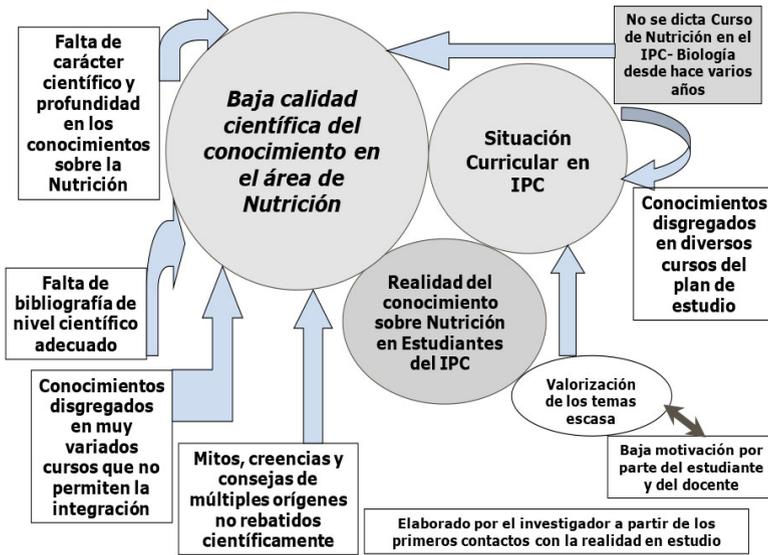


Figura 2. Síntesis conceptual inicial: Cuerpo de ideas iniciales.

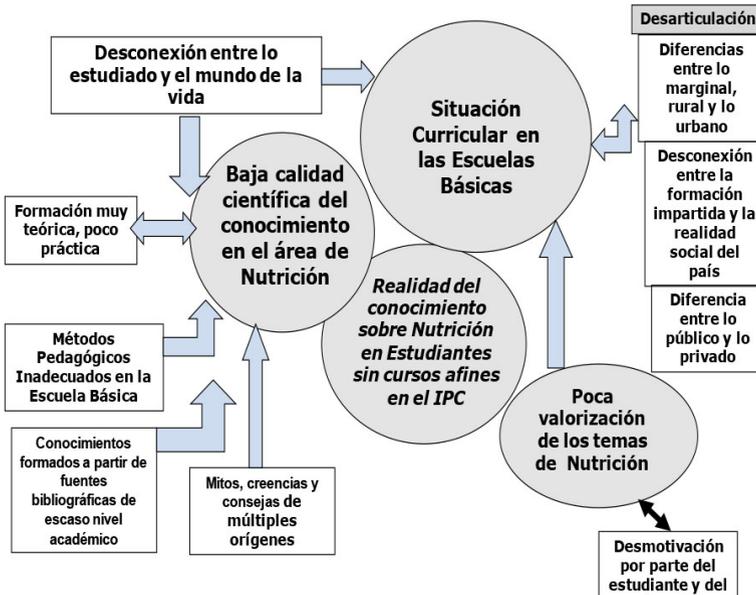


Figura 3. Realidad del conocimiento sobre Nutrición que posee el estudiante del IPC sin cursos afines a Nutrición.

Esta última esfera fue elaborada a través de la opinión y recopilación de la información. Existe gran cantidad de mitos y creencias de múltiples orígenes que no son rebatidas científicamente cuando el estudiante asiste a la escuela básica y a la universidad *-pedagógico-*. Sólo se le da el conocimiento y no se discute, quedando ese conocimiento allí y convirtiéndose en concepciones erróneas. De igual forma, existen conocimientos disgregados en muchos cursos entre los que no hay ni interpretación ni integración. Asimismo, hay falta de buena bibliografía para el nivel del estudiante, contrario a lo que el nivel de profesor puede obtener. También hay una falta de carácter científico en los conocimientos sobre nutrición como ya se ha venido estableciendo por las investigaciones anteriores, pero obviamente tenemos un defecto curricular: estudiantes, profesores y expertos en cuanto a la falta de cursos de nutrición como sucede en el IPC, así como, el conocimiento minusválido sobre el tema de nutrición bajo las creencias de que eso se aprende en el hogar.

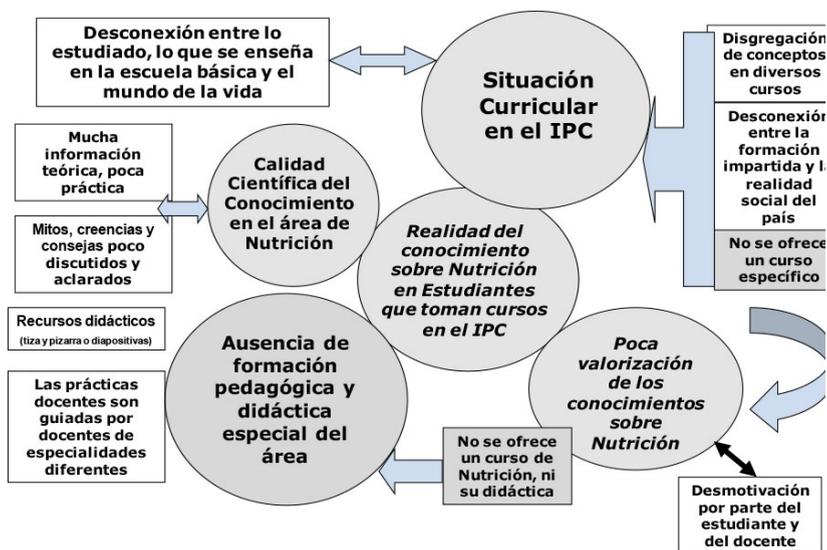


Figura 4. Realidad del conocimiento sobre Nutrición que posee el estudiante que toma los cursos que se dictan en el IPC.

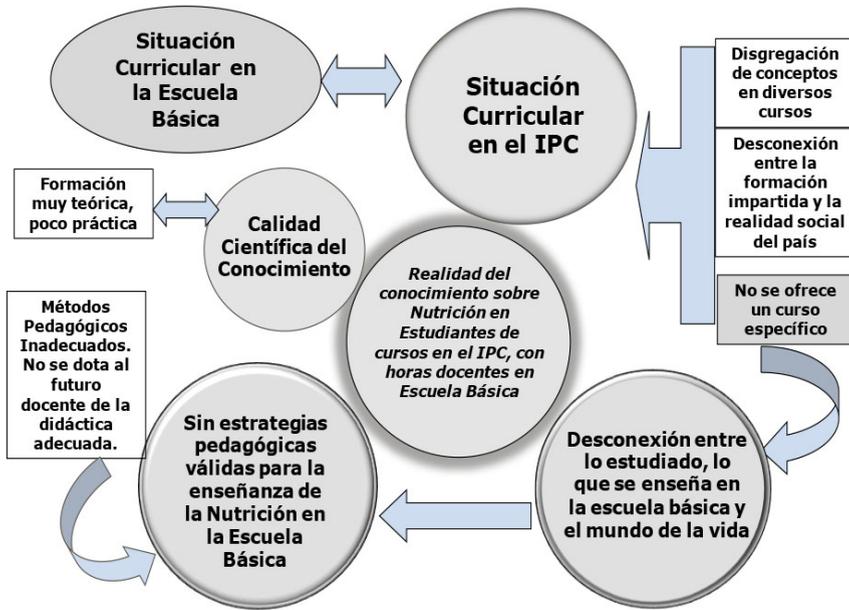


Figura 5. Realidad del conocimiento sobre Nutrición que posee el estudiante de los cursos que se dictan el IPC y ejerce horas docentes en las Escuelas.

Estas propuestas se pueden elaborar también con modelos de la población estudiantil que labora como docentes en otros niveles educativos y que se encuentran con una situación interesante. Existen estudiantes que no han tomado ningún curso que posea contenidos sobre nutrición y otros que sí, otros grupos que han tomado los cursos, que tienen alguna relación con nutrición y están dictando clases en Educación Básica, siendo este último grupo el más interesante porque este estudiante-docente nos permite obtener una retroalimentación de la información, la cual se sintetiza en la Figura 6.

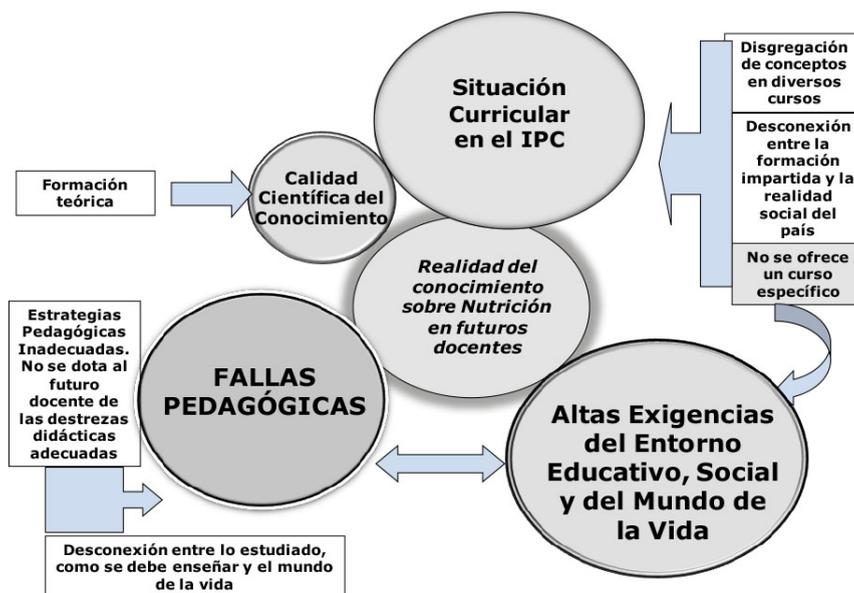


Figura 6. Síntesis Conceptual Final sobre Nutrición que posee el estudiante de educación. Caso: UPEL-IPC.

REFLEXIONES FINALES

La realidad del conocimiento sobre nutrición que posee el estudiante del IPC es de baja calidad científica, debido a que se presenta un problema curricular debido a que la institución no le ofrece un curso de este tipo y que los conocimientos obtenidos en otros cursos están disgregados, etc.

Este estudiante recibe una cantidad información no en un curso de nutrición pero si en Biología Celular, Bioquímica, Ciencia Tecnología y Sociedad, y piensa que no sabe como dictar este contenido. Tal y como se muestra en la esfera de color oscuro.

Finalmente, el grupo de estudiantes que cursó materias que tienen que ver con nutrición y dictan clases a nivel de Educación Básica son los que apor-

ta la información más interesante, al encontrarse con la problemática de la situación curricular de la Escuela Básica; como es la falta de secuencia en los objetivos, su disgregación, etc., sumado a la falta de preparación suministrada por parte del IPC, generando desconexión y falta de estrategias pedagógicas en la enseñanza de los contenidos de nutrición.

Procesada toda esta data y estos modelos remodelamos la síntesis conceptual final, cambiando la esfera tal y como se muestra en la Figura 6. Lo que se busca con este tipo de estudios es una orientación en la formación del profesor y/o docente para esta área del conocimiento, debe hacerse hincapié en el aspecto pedagógico de cómo impartir dicho conocimiento. Nuestros estudiantes, contrario a lo que se creía, poseen un preparación bastante buena y aceptable del aspecto bioquímico referente a la nutrición, pero hay que mejorar las fallas pedagógicas que existen, mejorar el aspecto curricular y prepararlo en el sentido de cómo llevar el día a día en el aula.

RECOMENDACIONES

Partiendo de lo expuesto nos permitimos enumerar una serie de recomendaciones en las diferentes dimensiones consideradas:

A Nivel curricular Educación Superior: Crear cursos de pregrado y de actualización para los egresados.

A Nivel curricular Escuela Básica: Reordenamiento de objetivos, contenidos y modificación de estrategias de enseñanza vinculados al tema de la nutrición.

Aspecto Pedagógico Educación Superior y Escuela Básica:

- a) Usar estrategias pedagógicas que permitan incorporar el tratamiento y control de los variados factores que influyen en la construcción del conocimiento sobre Nutrición.

- b) Aplicación de la didáctica con base en la problemática social y tecnocientífica.
- c) Dotación de mejores recursos didácticos.

REFERENCIAS

- Coll, C. (1999). *El constructivismo en el aula*. Madrid, España: Ediciones Grao.
- Giordan, A. y De Vecchi (1987). *Les origines du Savoir. Delachaux et Niestlé*: Neuchatel.
- Gómez, I. (1990). Concepciones psicoeducativas e intervención pedagógica. *Cuadernos de Pedagogía*, 183, 38-42.
- INN. (2007). *Anuario del Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional (SISVAN), año. 2007. Ministerio del Poder Popular para la Salud*. [Documento en línea]. Disponible: www.inn.gov.ve/sisvan/anuario2007.pdf. [Consulta: 2007, Febrero 8]
- Pozo, J. L. (1987). *Aprendizaje de la Ciencia y pensamiento causal*. Madrid: Visor.
- Pozo, J. L. (1993). Psicología y Didáctica de las Ciencias de la Naturaleza. ¿Concepciones alternativas? *Infancia y Aprendizaje*, 62-63, 187-204.
- Strauss, A. y Corbin, J. (2002). *Bases de la Investigación Cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Colombia: Universidad de Antioquia.
- Vigotsky, L. S. (1979). *El Desarrollo de los Procesos Psicológicos Superiores*. Barcelona, España: Crítica.

Educación en Alimentación y Nutrición, Una experiencia venezolana. Perspectivas hacia el futuro.

Dalia Diez de Tancredi*

Mayo, 2007

ALGO DE HISTORIA

Para hablar de la Educación Alimentaria en Venezuela es imprescindible remontarse a importantes trabajos iniciales que paradójicamente estuvieron, en manos de Nutricionistas y Médicos de destacada trayectoria y del porte del Dr. José María Bengoa, Werner Jaffé, Velez Boza y otros, quienes desde el incipiente Instituto Nacional de Nutrición (siendo Bengoa uno de sus primeros directores) tuvieron una visión futurista acerca de las implicaciones de la educación en nutrición en la salud del venezolano.

Es importante destacar como los educadores no han logrado acordar sobre cómo trabajar la enseñanza de un conocimiento tan importante no sólo para el profesor de biología o educación física, sino también para el profesor de sociales, arte o el de educación inicial y primaria, en fin para todos aquellos que tienen la responsabilidad de que un contenido científico, que no es sólo declarativo sino que es procedimental, aptitudinal y potencialmente transversal a todas las áreas y disciplinas del conocimiento en la escuela.

* Profesora de Biología UPEL-IPC. Maestría en Psicología de la Instrucción en la Universidad Central de Venezuela y Doctora en Investigación en Enseñanza de las Ciencias en la Universidad de Burgos, España. Coordinadora del Programa de Educación en Alimentación y Nutrición entre CENAMEC-INN-Fundación CAVENDES hasta 1999 y coautora de las guías de Alimentación en la Escuela de 1 a 3 grado; 4 a 6 grado y 7 a 9 grado.

Al hablar de conocimientos hay que tener cuidado, pues conocimiento no es sólo hablar de proteínas, los enlaces covalentes sino del que hacer, como proceder, valorar, apreciar ese conocimiento. Desde este punto de vista, la educación nutricional es un conocimiento importante, aunque aprecio las intervenciones de los especialistas en ciencias, pero es importante saber, hacer y valorar.

Esbozaré brevemente cómo a partir de 1986 y hasta 1999 se llevó a cabo un programa Interdisciplinario e Interinstitucional para atender la Educación Alimentaria y Nutricional desde la **ESCUELA**. En el cual participaron la Fundación CAVENDES, dirigida por el Dr. José María Bengoa, el Instituto Nacional de Nutrición y el Centro Nacional para el Mejoramiento de la Enseñanza de las Ciencias, CENAMEC. Para ello hay que señalar que fueron los profesores de Biología asistentes de las III Jornadas Nacionales de Enseñanza de la Biología de 1986, organizada por el CENAMEC, quienes solicitaron expresamente que como parte del temario de las mismas se incluyera Educación Nutricional, dando como fundamento de dicha solicitud NO HABER sido formados académicamente en estos temas en sus estudios Universitarios. Razón por la cual consideraban que se les dificultaba atender las exigencias que hacían los estudiantes, padres y representantes y otros integrantes de la Comunidad educativa sobre Educación Alimentaria y Nutricional. Es así como en esas jornadas se incluyó la participación de destacados expositores: Dr. José María Bengoa, Dr. Hernán Méndez Castellanos, Dr. Eleazar Lara Pantín, Lic. Miriam de Costabella, entre otros, iniciándose un proyecto de largo alcance para atender las necesidades e intereses de los maestros y profesores en este importante tema que relaciona la Biología, la Tecnología y la Sociedad.

Así, entre 1986 y 1999 se elaboraron las guías de alimentación para la población venezolana, trabajo realizado por venezolanos basado en la realidad de alimentación del pueblo, no sobre la pirámide mexicana o sobre las recomendaciones cubanas sobre cereales, sino sobre lo que come el venezolano cuando tiene con que comprar y cuando no tiene también. Ese material, la Guía de Alimentación para la Población Venezolana, es el deber ser de la población, sin embargo, hay que hacer adaptaciones pues tienen mucho tiempo de su origen. Fueron elaboradas por el Instituto Nacional de Nutrición, la

entonces llamada fundación CAVENDES, hoy Fundación José Ma. Bengoa y el CENAMEC, por su pericia como educadores.

Lo interesante de las guías de alimentación para la escuela, es que el fundamento teórico científico proviene de las guías de la alimentación de la población venezolana. Son materiales impresos elaborados por científicos, biólogos, médicos, nutrólogos y educadores a la par, siendo la primera vez que se realiza un trabajo donde ambos profesionales comparten sus experiencias y aportan sus conocimientos.

Ya no era como cuando comenzó la educación nutricional llevada por José Ma. Bengoa en el Instituto Nacional de Nutrición si no que ahora están a la par educadores y nutricionistas. En estos programas se llevaron a cabo desde 1985 hasta 1999 y dieron origen a materiales para educadores, pero hoy lo que me impresiona es que son utilizados en este momento por nutricionistas, es decir, un material que basado en una investigación diagnóstica y que permitió producir, seleccionar y diseñar materiales educativos, que llevó talleres de actualización y formación a educadores en ejercicio, quienes no habían recibido ninguna formación en su casas de estudio.

De este material, se hicieron varias versiones, uno dirigido al maestro de pre-escolar basada en la guías de alimentación del menor de 0 a 6 años, luego las guías de la alimentación de la escuela de primer a tercer grado y de cuarto a sexto. Para la tercera etapa de educación básica se elaboró un material que nadie conoce pero que existe, uno dirigido a ciencias sociales y otro a ciencias naturales. Incluso se llevaron alrededor de 5 ó 6 países como experiencia venezolana pero como nadie es profeta en su tierra, no es conocido en el centro donde se forman los docentes actualmente.

**PROGRAMA DE EDUCACIÓN EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN
COORDINADO DESDE EL CENAMEC**

El programa en cuestión tuvo varios componentes:

- 1.- La investigación *diagnóstica* de contenidos en los programas de formación de docentes, licenciados en educación y nutricionistas sobre educación nutricional; análisis de los programas educativos de Venezuela para educación básica (1985 a 1997) en todas las áreas y asignaturas del pensum de estudios; diagnóstico de las necesidades e intereses de los profesores y maestros de todo el país a través de una muestra seleccionada y consultada mediante los coordinadores del CENAMEC en cada zona educativa.
- 2.- *La selección diseño y elaboración de materiales educativos* que respondieran a los intereses y necesidades de los docentes, con contenidos actualizados, sobre ejemplos de Venezuela. De allí las Guías de Alimentación en la escuela en siete (7) versiones.
- 3.- *Talleres de actualización y formación de profesores* en ejercicio realizados en todos los estados, talleres a la comunidad, acompañamiento del Programa de Alimentación Escolar (PAE).
- 4.- Difusión en eventos.
- 5.- Representación de Venezuela en eventos internacionales.

PERSPECTIVAS PARA UN MEJOR FUTURO

Desde el punto de vista del aprendizaje de contenidos de ciencias, es importante considerar las implicaciones de la teoría del aprendizaje significativo de Ausubel (2002) en este aspecto. Los conocimientos que la persona tienen sobre contenidos, conceptos, temas, es determinante en un nuevo aprendizaje.

El aprendizaje significativo puede ser o no un “conocimiento científicamente aceptado” y ser significativo (Rodríguez-Palmero, 2004). Por ello, la dificultad de lograr cambiarlo (Cambio Conceptual), pues lo que se requiere en todo un proceso desde el punto de vista de la Psicología Cognitiva donde nuevas situaciones, considerando a Vergnaud (1996) provoquen en la persona el uso de los esquemas que posee y al tratar de solucionarlas o enfrentarlas evolucione en su conceptualización. Ello no es una tarea fácil ni a corto tiempo, por lo que las actividades educativas que se lleven a cabo tienen que ser reconsideradas, con estrategias que favorezcan la aplicación de esquemas conceptuales y la posibilidad de su revisión y reconstrucción (Moreira, 2002).

A partir de las experiencias previas existe:

- 1.- Una serie de materiales venezolanos con ejemplos, estrategias, contenidos del país sobre el tema, que hasta la fecha se empleaban los proporcionados por las empresas de alimentos de otros países.
- 2.- Una experiencia para desarrollar actividades de educación nutricional con la experticia de los dos tipos de profesionales involucrados en la temática: Nutricionistas y Educadores, pues ninguno de los dos por separado ha dado resultados.
- 3.- A pesar de lo importante que son los talleres de capacitación o actualización, es necesario trabajar desde el currículo, específicamente en la formación de profesores.
- 4.- Las ideas previas, experiencias de vida, conocimientos que tienen las personas, etc., permanecen y son muchas veces obstáculos de nuevas conceptualizaciones, de allí la importancia de atacar la educación nutricional desde varios ángulos y simultáneamente: en *las comunidades*: familias: padres, madres, vecinos, etc.; entre los *integrantes de la escuela* (madres preparadoras de alimentos, la cantina escolar, el abastos de la cuadra), con los maestros y *maestras, profesores, directivos, administrativos*. Y por supuesto nuestros estudiantes *desde el currículo*.

En cuanto al material potencialmente significativo

Las Guías de Alimentación para la escuela, son un material de partida que puede orientar estas actividades, hoy en día las usan en las escuelas de Nutrición, entre ellas la Universidad Central de Venezuela para orientar a los estudiantes en sus pasantías a nivel de las comunidades; La Fundación José María Bengoza las emplea para sus exitosos trabajos de atención a las comunidades, donde además de maestros están las madres, los niños y otros.

En los Institutos Pedagógicos, lamentablemente no se emplean, a pesar de conocerse la importancia que tiene este componente en el pensum de estudios de la universidad, no solamente para la formación del estudiante sino para su vida. Considerando a Pozo, 1998. Pues si hay un tema que incide en ello es precisamente Educación Alimentaria y Nutricional.

A partir de las revisiones de trabajos recientes, es posible plantear dentro de la reorganización curricular de la Universidad en la totalidad de los pedagógicos la incorporación de la Educación Nutricional con una nueva visión y un importante reto.

REFERENCIAS

- Ausubel, D. (2002). *Adquisición y retención del Conocimiento. Una perspectiva Cognitiva*. México: Paidós.
- CENAMEC, Fundación CAVENDES, Ministerio de Educación y el Instituto Nacional de Nutrición. (1995). *Las guías de Alimentación en Educación Preescolar*. Caracas: Ediciones CENAMEC-Fundación Cavendes.
- CENAMEC, Fundación CAVENDES, Ministerio de Educación y el Instituto Nacional de Nutrición. (1995). *Las guías de Alimentación en la Escuela. Vol I. de 1° a 3° Grado*. Caracas: Ediciones CENAMEC-Fundación Cavendes.
- CENAMEC, Fundación CAVENDES, Ministerio de Educación y el Instituto Nacional de Nutrición (1995). *Las guías de Alimentación en la Escuela. Vol II. de 4° a 6° Grado*. Caracas: Ediciones CENAMEC-Fundación Cavendes.

- CENAMEC, Fundación CAVENDES, Instituto Nacional de Nutrición y el Ministerio de Educación (1998). *Guías de Alimentación. Ciencias Naturales y Salud. 7º, 8º y 9º Grado de Educación Básica*. Caracas: Ediciones CENAMEC-Fundación Cavendes.
- CENAMEC, Fundación CAVENDES, Instituto Nacional de Nutrición y el Ministerio de Educación (1998). *Guías de Alimentación. Ciencias Sociales. 7º, 8º y 9º Grado de Educación Básica*. Caracas: Ediciones CENAMEC-Fundación Cavendes.
- Fundación CAVENDES y Ministerio de la Familia (1997). *Guías de Alimentación para el Niño menor de 6 años. Con la orientación formativa del Instituto Nacional de Nutrición y el aval de la Sociedad Venezolana de Puericultura y Pediatría*. Caracas: Ediciones Cavendes.
- Instituto Nacional de Nutrición y Fundación CAVENDES (1991). *Guías de Alimentación para Venezuela*. Caracas: Edición INN-Fundación Cavendes.
- Moreira, M. A. (2002). *La Teoría de los Campos Conceptuales de Vergnaud, la enseñanza de las ciencias y la investigación en el área. Investigacoes em Ensino de Ciencias*. 7 (1). Art 1 Traducción Isabel Iglesias. Disponible: <http://www.if.ufrgs.br//public/ensino/vol7/n1/v7-n1-a1.html> [Consulta: 2007, Marzo 5]
- Pozo, Gómez y Crespo. (1998). *Aprender a enseñar ciencias. Del conocimiento cotidiano al conocimiento científico*. Madrid: Morata.
- Rodríguez- Palmero. (2004). *La Teoría del Aprendizaje Significativo*. Concept Maps: Theory, Methodology, Technology Proc. of the First Int. Conference on Concept Mapping A. J. Cañas, J. D. Novak, F. M. Gonzalez, Eds. Pamplona, Spain.

El Encanto del Saber y del Sabor. Una Perspectiva Interdisciplinaria para la Enseñanza de la Literatura y la Producción Textual

Marlene Arteaga Quintero*

Mayo, 2007

“El amor no da de comer pero alimenta”

Gabriel García Márquez

LOS TEXTOS LITERARIOS EN SU RELACIÓN CON LA ALIMENTACIÓN, LA COMIDA Y LOS SABORES

Todos los géneros que se ofrecen plantean a los estudiantes las posibilidades de leer textos literarios y producir diversas superestructuras discursivas mediante el estímulo de la vinculación con los placeres sensoriales.

Como motivación se realiza la lectura de este poema que fue escrito hacia el siglo XII y que, cargado de erotismo, contiene evocaciones gustativas.

* Profesora de Literatura y Lengua Castellana. Msc. en Literatura Latinoamericana Contemporánea. Doctora en Filosofía y Ciencias de la Educación. Docente de Literatura y Jefa de Relaciones Públicas en el Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez”. Coordina los proyectos: *Canta y Lee - La narración como modelo transdisciplinar para orientar la promoción de la lectura y la praxis educativa* y *Mujer y educación: Mujeres UPEL en la WEB*. Profesor Asociado de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador adscrita al Departamento de Expresión y Desarrollo Humano. Caracas, Venezuela. marlenearteagaquintero@yahoo.es.

Su aliento es como miel aromatizada con clavo de olor.

Su boca, deliciosa como un mango maduro.

Besar su piel es como probar el loto.

La cavidad de su ombligo oculta acopio de especias.

Qué placeres yacen después, la lengua lo sabe,

pero no puede decirlo.

Srngarakarika, KUMARADADATTA

Esta lectura genera comentarios espontáneos, indefectiblemente relacionados con los placeres de la mesa, con los postres, con lo dulce. A partir de esta motivación, el primer tema a tratar es sobre la mitología y la alimentación debido a que existen una gran cantidad de mitos y ritos vinculados con los alimentos tanto en sus valores estéticos como en su contenido sensorial. Los mitos han acompañado al ser humano desde los albores de la humanidad. Cada historia, cada relato e interpretación de la realidad se ha configurado en una visión de mundo de la cultura que los ha construido.

Los mitos no pueden entenderse como “mentiras”, “inventos”, “meras fantasías”. Esas formas de verlos podrían ser, ciertamente, acepciones que se encuentran en los diccionarios, pero que remiten a una manera informal de utilizar el término. En una conversación algunas personas podrían utilizar la palabra “mito” como sinónimo de “mentira” pero en lo que respecta a la significación original no es ésta la que mejor lo precisa. Inclusive, la Real Academia Española define *mito* de la siguiente manera:

1. Narración maravillosa situada fuera del tiempo histórico y protagonizada por personajes de carácter divino o heroico. Con frecuencia interpreta el origen del mundo o grandes acontecimientos de la humanidad.
2. m. Historia ficticia o personaje literario o artístico que condensa alguna realidad humana de significación universal.
3. m. Persona o cosa rodeada de extraordinaria estima.

4. m. Persona o cosa a las que se atribuyen cualidades o excelencias que no tienen, o bien una realidad de la que carecen

Debe notarse, que la primera acepción considera al mito como una “narración maravillosa” y los protagonistas son los héroes que todos respetan en las comunidades, aun cuando su origen se haya perdido en el devenir de los tiempos. El mito ofrece una relación de acontecimientos de los orígenes sagrados; y los héroes que realizan las acciones son los modelos de conducta de cada sociedad. Además, la concepción de Dios está asociada a ese tiempo primordial que se pierde en los afanes de la génesis universal. La creación de los seres humanos, de la tierra, los planetas, los animales siempre está revestida de explicaciones simbólicas, pero que no dejan de ser interpretaciones basadas en la experiencia humana.

Mircea Eliade (1972) considera que el mito es “una historia sagrada que relata un acontecimiento sucedido durante un tiempo primordial, la edad de oro, el fabuloso tiempo en el que todo comenzó”. Por lo tanto, los mitos están relacionados, directa y profundamente con el sentimiento religioso. Han existido diversos enfoques para estudiar los mitos: positivista (Augusto Comte), estructuralista (Claude Levi-Strauss), psicoanalítico (Freud, Jung y Kerenyi); pero todos los han visto en su estrecha relación con lo humano, natural y supranatural.

Todas las religiones, inclusive, tienen su base en mitos antiguos de cada cultura, por lo que no pueden separarse los momentos de la creación divina, de cualquier creencia religiosa, de los mitos sagrados. Asimismo, todos los seres humanos se sienten relacionados con un momento especial de la creación que les ha sido ofrecido mediante su herencia cultural. De allí que todos nos sentimos vinculados con lo absoluto, con la cosmogonía, con un creador y nos sabemos beneficiarios de nuestros dioses y de un tipo de conducta proveniente de los paradigmas que nos dejan los mitos.

Tanto en el lejano oriente, como en el Asia menor, el mundo griego y romano, como en las creencias del nuevo mundo indígena, los mitos seguirán siendo el soporte fundamental de una estimulante recreación de la cultura.

Con la idea clara de la enorme profusión de mitos que existen en todos los cuadrantes del orbe se revisan algunos relatos primordiales vinculados, por supuesto, con los alimentos, con el comer, con el paladar. Seguidamente, se presenta a los estudiantes la lectura denominada *Kronos devora a su descendencia*.

Kronos, fue considerado por los griegos y las antiguas culturas del Asia menor como dios del tiempo. Era hijo de Gea (la Madre Tierra) y Urano (padre cielo) y esposo de Rhea. Con ésta tuvo varios hijos, pero a medida que iban naciendo los iba devorando, debido a que el oráculo había vaticinado que iba a ser destronado por uno de sus descendientes. Tal cual, como él mismo había destronado a su padre Urano. De este modo, los fue tragando uno a uno hasta que Rhea, aconsejada por Gea, le dio a comer una piedra envuelta en pañales, cuando nació su último hijo. Ese hijo era Zeus. Rhea, y para esconderlo de su padre lo envió a la montaña Dicte, en Creta. Allí, lo alimentó la cabra Amaltea y la abeja Melisa, con lo que creció fuerte y saludable.

Ya convertido en hombre, Zeus ideó junto a su madre Rhea y a la diosa Metis (personificación de la prudencia o la perfidia) la forma de destronar a su padre. De tal forma que Metis le dio a beber a Kronos una poción con propiedades eméticas. El dios vomitó a todos sus hijos y entre todos –Hestia, Deméter, Hera, Hades y Poseidón – comandados por Zeus, lo enviaron a las profundidades del tártaro. De esta forma, el tiempo, que todo lo devora, fue vencido.

Los comentarios se dirigen a los aspectos vinculados con la alimentación que se pueden encontrar en este texto y al por qué Kronos devora a sus hijos y no los asesina de otra forma. ¿Por qué es importante saborear, paladear, deglutir, engullir al adversario?

También se revisan otras historias vinculadas con los alimentos, propias de la mitología griega. Deméter, considerada la madre nutricia, identificada como Ceres (de allí el origen de la palabra Cereal) enseñó a los seres humanos a cultivar el trigo. Asimismo, otro de los mitos más difundidos de la cultura occidental ofrece una explicación sobre el transcurso de las estaciones, el nacimiento de la agricultura y la relación del ser humano con la tierra.

Deméter, Kore y Hécate, deidades supremas simbolizan los más altos niveles de creación y fertilidad. Deméter es una diosa muy anterior a Zeus (la misma Ceres); está asociada a la fertilidad de la tierra, a los cereales, al cultivo, a la agricultura y a la producción de frutos. Kore es una diosa siempre adolescente; es la representación de la juventud, la fragilidad y la belleza femenina. Hécate, es una diosa preolímpica antiquísima, se le asocia con el culto, la magia, los ritos y el encantamiento (Arteaga, 2000; Guerber; 2000; Hope, 2000; Kerényi, 1999; Lezama, 1974; Riskey, 1985). Kore es raptada y desposada por Hades, por lo que tiene que vivir bajo la tierra; Deméter, su madre, no lo acepta y se niega a vivificar la tierra hasta tanto no le sea devuelta su hija. De esta forma, los campos se hielan y los animales huyen a sus madrigueras. Cuando Zeus interviene para que la joven sea devuelta, Hades accede pero antes de liberarla le da a comer una frutilla para retenerla en los infiernos. Luego de una puja por la liberación de la hija, Deméter llega a un acuerdo: tres partes del tiempo permanecería con la joven y una parte Kore se iría al infierno con su esposo. Cuando madre e hija se reúnen la naturaleza florece, se hace cálida y magnífica; cuando está pronta la separación las hojas de los árboles comienzan a caer y durante la ausencia todo se vuelve helado. La historia de estas tres diosas, con sus esencias femeninas generadoras de vida, constituye un entramado complejo de relaciones consustanciadas con la naturaleza, con la tierra, con el ciclo indetenible de la vida y de la muerte.

Se comenta oralmente la lectura y se destacan los procesos relacionados con la alimentación, para seguidamente revisar otros mitos en sus relaciones con el mundo natural, los alimentos y la creación. En la América Precolombina existen extraordinarias narraciones entre las que se encuentra la del Popol Vuh, Biblia de la cultura Maya Quiché (Guatemala y parte de México). Es sumamente interesante esta historia debido a que la creación del ser humano se realizó en cuatro intentos y la que tuvo éxito estuvo marcada por las tradiciones sagradas de la alimentación en el mundo americano. Los dioses creadores y formadores de la cultura Maya Quiché, Tepeu, Gucumatz, Huracán, Raxá-Caculhá, Chipi-Caculhá, Ixpiyacoc e Ixmucané se dedicaron a crear a los hombres que ocuparan el mundo. Luego de dos intentos fallidos (con barro y madera como elementos), resolvieron crear al hombre con un maravilloso alimento llamado maíz.

Se observa cómo existe la presencia de la alfarería y el trabajo con madera, el trabajo de los dioses en comunidad para lograr la creación, la importancia del maíz como alimento primordial de las culturas precolombinas. Es el maíz la verdadera fuente de alimento, de intercambio y sustento que puede llevar adelante la civilización de Centroamérica.

Es una tarea estimulante, luego de estas lecturas crear el argumento de un mito que explique por qué en las tierras venezolanas se cultiva el cacao más sabroso del mundo o por qué la oliva o los dátiles se consideran verdadera riqueza. Privan en la escritura audacia y creatividad.

Seguidamente, puede realizarse la lectura del mito venezolano *Makunaima, mito pemón*. A – PANTONÍ-PE NICHII (p.173) en el que los procesos de siembra, cosecha y alimentación están presentes en su relación con la creación, el sol y el agua. Asimismo, se evidencian los elementos cosmogónicos, culturales, sociales y personales.

El proceso de trabajo intelectual en una actividad de este tipo continúa con algunos textos principales en donde tienen relevancia elementos relacionados con los placeres de la mesa. Mencionar el deseo por los alimentos, describir los platos a ser ingeridos, mostrar la belleza de una mesa bien servida o hacernos evocar los aromas y sabores de panecillos, salsas y especias ha sido frecuente en los grandes libros de la literatura universal. En *La Ilíada*, se asan pingües, presas para el favor tanto de dioses como de hombres; los reyes de los pueblos aliados se sientan a la mesa a disfrutar de comidas y vinos, el placer se asocia al paladar y la larga vida a la ambrosía y al icor (alimento y licor sagrado de los dioses que conferirían la vida eterna –curioso que no haya sido a través de incienso o bendiciones, sino a través de los placeres de la mesa). En *La Odisea*, Calypso retiene a Odiseo y a sus hombres luego de envenenar el banquete ofrecido en su honor. Mediante una pócima que coloca en el vino convierte a los guerreros en cerdos y a Odiseo en un amante solícito, atado a su lecho y a su mesa, por cuatro años. En el *Cantar de los cantares*, atribuido al Rey David, observamos la relación entre los placeres del amor y los que proporciona el gusto:

Cuan hermosa eres y qué graciosa, amor mío, en la hora de las delicias. Tu estatura es semejante a la palmera y tus pechos a los racimos. Dije: subiré a la palmera y cogeré los frutos de ella. Y serán tus pechos para mí como racimos de viña y tu alimento como olor de manzanas, tu boca como un vino exquisito que corre dulcemente y humedece los labios del amante adormecido.

En el siglo XII, se encuentra el austero, recio e imprescindible *Poema de Mío Cid*. En éste las relaciones con los alimentos no tienen un carácter propiamente sensual, pero llama la atención que la primera huelga de hambre, reportada en la historia castellana, la encontramos en este maravilloso poema.

Se lee, de esta forma el texto correspondiente en donde, notaremos que el Conde de Barcelona, Don Ramón (o Remón en castellano medieval) es tomado prisionero por el Cid. Por ser un prisionero de guerra de alta alcurnia se encontraba en la tienda del Cid. Éste le ofrece alimento, pero el Conde se niega y amenaza con dejarse morir de hambre si no se le libera. Rodrigo Díaz de Vivar, el Cid campeador se preocupa y al darse cuenta de la determinación del Conde, decide ceder a las demandas de la huelga de hambre. Le permite marcharse y le otorga, además, a dos caballeros que lo acompañen. Al final el trabajo de producción se orienta a escribir un texto que cuente las hazañas de un ladrón de alimentos en la época medieval.

En los textos literarios la presencia de descripciones que pueden hacernos evocar las más exquisitas sensaciones nos hacen despertar las formas sensibles de lo anímico. Juan Ruiz, El Arcipreste de Hita, en *El Libro de Buen Amor*, escrito en 1330 –pleno siglo XIV– se ocupa largamente de los placeres de la mesa siempre asociados a la imaginación descriptiva y a la sensualidad de la piel. La belleza del texto se aprecia a través de su deseo ávido de disfrutar de los dulces preparados por las monjas. Allí, además, se despliega su postura en la defensa de la institución de la barraganía. Y no puede más que asumir que parte de su deseo de estar cerca de las mujeres (en este caso un grupo de monjas) es el de disfrutar de los dulces elaborados con gran primor (se realiza la lectura del episodio: *De cómo Trotaconventos aconsejó al Arcipreste que amase alguna monja e de lo que conteció con ella*).

Es conveniente solicitar a los estudiantes, en esta instancia, la elaboración de un texto en el que relacionen, de forma sutil y fundamentada, una profesión moderna con algunos alimentos y otros placeres, así como la investigación sobre los orígenes de la fabricación del azúcar y los usos más importantes que se le dan en la actualidad.

Ya en pleno Renacimiento Francois Rabelais escribió seis libros dedicados a mostrar su visión de la necesidad de obtener conocimientos; éstos reflejaban su postura contestataria ante las limitaciones de la intelectualidad. Para ello narró las vidas de dos portentosos gigantes: Pantagruel y su hijo Gargantúa. *Pantagruel* (1532) y *La vida inestimable del gran Gargantúa* (1534) constituyen obras maravillosas de la prosa renacentista europea. Rabelais relata la vida de dos gigantes groseros, permanentemente hambrientos, vulgares, sabios y rebeldes ante las convenciones. Según la crítica especializada representarían la voracidad renacentista por el conocimiento, su apertura a la diversidad de las experiencias, saberes y oficios. Jean Markale (1989) afirma que Gargantúa y Pantagruel son viejas transformaciones del dios céltico Dagda en quien la sed de conocimientos y la glotonería y la avidez por el placer sexual conviven armoniosamente. La revisión de algunos fragmentos es propicia para comentar los elementos humorísticos e hiperbólicos de esta lectura y establecer la relación con el conocimiento y la camaradería. Igualmente, se investiga sobre otros textos que enaltezcan los placeres de la mesa en combinación con el saber enciclopédico.

Por ser la obra cumbre, de todos los tiempos, en cuanto a lengua española se refiere, *Don Quijote de la Mancha* (1605 – 1615) es, verdaderamente, la revelación de todos los placeres sensuales de la España del siglo XVII. Cervantes, no deja de mencionar los platillos castellanos y todos aquéllos que se encuentren en su camino. Las fondas, las posadas y las cortes tienen su correlato en los manjares que pueden (o no) disfrutar don Quijote y su escudero Sancho Panza. En muchos de los capítulos de esta obra se mencionan tanto los manjares de la mesa española como la condición famélica de los héroes: posturas antagónicas que muestran los deseos y la necesidad de satisfacerlos para sentirse humanos más allá de la supervivencia.

Es oportuno, en este momento realizar la lectura de un fragmento del Capítulo 47, en donde *Se prosigue cómo se portaba Sancho Panza en su gobierno*. Efectivamente, en su trabajo como gobernador de la Ínsula Barataria, Sancho llega a ser más prudente, sensato y equilibrado que don Quijote y se comporta de forma honrada y justa. En este texto, se observan costumbres y platos de la época que perviven hasta nuestros días y que ya para el año 1600 eran tradicionales. Sancho Panza se dispone a trabajar y a juzgar con ecuanimidad y paciencia; al terminar desea saciar su hambre, pero los hombres del Duque se burlan de él y no lo dejan probar bocado.

Es propicio en un trabajo interdisciplinar, proceder a elaborar una lista de los platos venezolanos (o de cualquier nacionalidad) que tengan tradicional raigambre en la cultura y a contar una historia plena de mundos sensitivos. Para ello, se revisa además la superestructura del discurso narrativo y las posibilidades inmensa del género discursivo de la narración mediante la producción de algunos subgéneros: chistes, crónicas, cuadros de costumbres, noticias.

Y si de hablar de frutos, copiosidad o alimentos de la tierra americana se refiere, no puede olvidarse a Andrés Bello, por supuesto. En la *Silva a la agricultura de la Zona Tórrida*, entre muchos otros temas se destaca la presentación de la fertilidad de la tierra del nuevo continente. Para destacar las bondades del suelo tropical en América, el poeta elabora una relación de estos dones y se cuida de compararlos con los que poseen otras latitudes, de tal forma que no quede duda de su grandeza. Las descripciones están llenas de adjetivos afectuosos y aun cuando el texto, publicado en 1826, responde a patrones neoclásicos ya se asoma el sentimiento romántico en las emociones desatadas frente a la abundancia de la naturaleza. Con la lectura de la *Silva a la agricultura de la Zona Tórrida* se puede extraer del texto una lista de los frutos de la tierra y comentar la descripción que hace el poeta. Seguidamente, la actividad lleva a construir textos en versos con multiplicidad de temas tratados.

En definitiva, todo lo bueno se compara con los placeres que se asocian con la boca, por lo que debemos, entonces, entender que las diferencias de gustos pueden ser viscerales, cuando alguien dice: “el color verde me gusta más que el azul”, “me gusta más el beisbol que el futbol”, o sencillamente,

“prefiero el pescado al pollo”. Asimismo, se pueden tener predilecciones intelectuales al decidirse por un autor o pintor, sin descalificar al que no es favorito. Pero siempre habrá un rasero para los gustos y no podremos enfrentar a dos contendores totalmente desiguales: el saber degustar con la apreciación de los conocedores, por una parte, a un no saber nada de lo bueno, por la otra. No en balde se habla de “educar el gusto”, “tener buen gusto” o “¡qué mal gusto!”.

Unos saben disfrutar de ingentes placeres, otros, muchas veces, ni siquiera saben que existen. Vuelve a establecerse una relación entre un placer y todos los placeres. La buena comida y el buen vino, en sí mismos, atraen la idea de las mejores imágenes que gravitan en nuestra memoria.

En Doña Bárbara, por ejemplo, novela de don Rómulo Gallegos, en el capítulo “Miel de aricas”, existen relaciones simbólicas entre el sabor, la textura de la miel y las sensación de fuego que deja en la garganta, con el amor que siente Marisela por Santos Luzardo. Asimismo, es obvia la remota posibilidad de que Genoveva, nieta de Melesio, pueda disfrutar de los amores de Santos, por más que suspire, debido a que – ella misma lo dice- “no se ha hecho la miel para el burro”

Doña Bárbara. VII. Miel de Aricas (Fragmento)

[Marisela le contesta a Genoveva al ver la imposibilidad de su amor con el dueño de casa, el señorito Santos Luzardo]

– Yo también digo como tú Genoveva: no se ha hecho la miel para el burro.

Y ahora son dos quienes tamborilean sobre la mesa, mientras las aricas que revolotean por allí se van apoderando de los panales, a cuya picante dulzura ya no acuden los dedos golosos.

Carraspea Marisela, disimulando nudos de llanto, y Genoveva pregunta:

- ¿Qué te pasa mujer?
- Que me arde la garganta de tanto panal que he comido.
- Eso malo tiene la miel de las aricas. Es muy dulce pero abrasa como un fuego.

Es evidente la relación entre ese fuego de la miel y de la pasión, por lo que es oportuno solicitar a los estudiantes la creación de un texto breve en donde se compare algún alimento con el amor.

Finalmente, es el momento de conducir a los estudiantes a la lectura del ensayo y a su producción. De tal forma, que pueden tener -previa la revisión de las teorías sobre el discurso argumentativo y los tipos de ensayo- la posibilidad de plantear una tesis y defenderla con argumentos, ejemplos y citas textuales.

Para ello, se comienza por plantear el objetivo de valorar la expresión tanto del saber como del sabor a través de los poderes de la lengua. Se ofrece un texto ensayístico para que luego prueben su capacidad de opinar de manera fundamentada sobre los temas tratados.

ENSAYO: LA LENGUA ATA Y DESATA EL SABER Y EL SABOR

Disfrutamos del mundo de la comida con la consciencia de la participación de los sentidos en una celebración en la que se impregnan nuestra boca y olfato con las delicias de los aromas y sabores. Sentimos la textura de un alimento cremoso, se pueden ver aquéllas magníficas disposiciones de colores contrastantes en la mesa: ensalada de berros y aguacates frescos, un corazón de lomito en su jugo, yuca bañada con el mojo criollo.

También deseamos oír, -oír, una y mil veces- al ser amado y a los amigos ponderar la experiencia sensual de una buena mesa. Al final, los placeres se

hacen realmente tales a través de la responsabilidad de la palabra. Conversar sobre la vivencia de un banquete nos acerca a la ultimidad de nuestra razón, en ese momento nos distanciamos del hombre que apenas subsiste con un trozo de alimento y nos acercamos al ser humano que se deleita en su existencia.

Decididamente, los sabores, olores, colores, texturas y aún el crujir del pan y el chisporrotear del sofrito convertidos en experiencia estética crean una nueva conciencia sobre la realidad inmediata. Al respecto Gumbrecht (2007), con una amplia visión de la alimentación y los placeres expresa en una prosa exquisita (valga el término) la complejidad oscilante de la buena mesa.

Significa que podemos ampliar y concebir el mundo de lo estético más allá de las tradicionales formas establecidas y seremos capaces de encontrar un discurso sublime en la elaboración gastronómica. En ese momento, frente a los placeres de la cocina, los platos de la mesa tradicional o los de exóticos manjares hacemos conscientes nuestras posibilidades infinitas de creación y goce. Nos sumergimos en un éxtasis semejante al provocado por los más altos registros de la soprano en la última aria de *Madame Butterfly*, a la complacencia sentida en nuestra visita –al fin- a la Piazza de San Marco, a la melancolía que nos hacen sentir las damas solitarias de Armando Barrios. A veces una inmensa alegría que no está vinculada, directamente, con recuperar vitaminas y minerales en el torrente sanguíneo brota de nuestras pailas.

Son, entonces, experiencias estéticas totalmente acabadas la vivencia de preparar deliciosos bocados, del acto creativo de dedicarse a los fogones, el placer exquisito de una buena mesa, rociada con caldos tintos o espirituosos. No en balde Gumbrecht (2007) afirma que

Un hermoso vestido, un sabor exquisito, una obra elevada, todos producen momentos de intensidad que repentinamente nos apartan de lo habitual y nos transportan a un estado de “insularidad” y “autonomía” al imponernos la inquietud productiva de una oscilación entre la percepción sensual y la experiencia conceptual. De modo que si dudamos con respecto a subsumir nuestros nuevos placeres a la noción de “estético”, una razón podría ser que nos sentimos abrumados por la tarea subsiguiente de redefinir esos campos.

Pero esas experiencias pueden ser consideradas como tales a partir de que se les nombra, se les hace palabra, se les hace discurso y se conversa sobre ellas. Porque nada ascenderá a otro nivel de placer más allá del sensorial si no se le hace concepto, se le enaltece en la palabra. En fin, conversar sobre lo que comemos, cómo y por qué lo comemos y bajo cuáles criterios de excelencia lo convierte en un acto de simbolismo intelectual.

Debe aclararse en este punto, no obstante, que los placeres de la mesa conectados con el goce estético no tienen relación directa con el precio de los restaurantes, ni con la cocina de la aristocracia; mucho menos con las supuestas “delicateses” que deben ser del gusto de comensales refinados. La comida costosa y buena, pero poca, no alegra el corazón de nadie. La comida cara y mal servida puede producir ataques de ira (lo contrario de un placer estético) y la comida buena, bien servida y muy costosa sólo es privilegio de algunos (buen provecho para los afortunados).

La buena mesa tampoco es un privilegio de los intelectuales, de aquellos que se han dedicado a la filosofía, la literatura o el arte; poder disertar sobre la experiencia estética de la alimentación no es propio, únicamente, de quienes tienen el manejo exquisito de la lengua.

Entonces, ¿por qué se afirma que el goce estético está vinculado con la consciencia de hacer discurso las bondades de la gastronomía? ¿Quiénes pueden hacerlo? La respuesta es simple. Pueden hacerlo todos aquellos que entienden la experiencia de comer y cocinar como actos de cultura y no de mera supervivencia: la vecina que vende empanadas a la puerta de su casa y le cuenta al visitante que el sabor de su mercancía conserva la tradición de su pueblo y, seguidamente, le da detalles de la historia que ha acompañado esas tradiciones; el hombre que se sienta a la mesa y justifica el hecho de colocar un trozo de papelón en el plato de caraoas negras porque es la forma de sentirse venezolano; la mujer o el hombre que pasan toda una tarde escogiendo lo mejor de las verduras y las carnes para preparar suculentos manjares mientras toma una copa de jerez; la pareja que experimenta con el libro de cocina y juega a ser parte de los ingredientes; la mujer que sueña a ser chef del mejor restaurante de Inglaterra; la madre, en fin, la mamá de cada uno cuando describe

para su familia cada ingrediente, cada salsa, cada paso del procedimiento de las hallacas, el pabellón o el sancocho de mero, con la esperanza de perpetuar la receta y así el sabor familiar.

Convertir la comida en palabra es darle espacio en el mundo de la conciencia y con ello valor de experiencia estética. Pero, no se debe confundir lo exquisito con lo exótico, lo exótico con lo estrambótico, y de allí a los inventos malos... La comida legítima, exquisita, hecha con respeto es como el texto sencillo, profundo, sensual e inolvidable. Por tanto, no es conveniente mezclar sabores incompatibles con la esperanza de crear un “plato exótico”. Se puede ser muy creativo sin caer en un mundo de metáforas absurdas con un texto desprovisto de ángel. Es lo mismo con la comida.

En *Paradiso*, de Lezama Lima, se observa esa incompatibilidad que también refleja el duelo entre culturas por el poder (Fragmento):

Se dirigió al caldero del quimbombó y le dijo a Juan Izquierdo: -¿Cómo usted hace el disparate de echarle camarones chinos y frescos a ese plato? Izquierdo, hipando y estirando sus narices como un trombón de vara, le contestó: Señora, el camarón chino es para espesar el sabor de la salsa, mientras que el fresco es como las bolas de plátano, o los muslos de pollo que en algunas casas también le echan al quimbombó, que así le van dando cierto sabor de ajíaco exótico. Tanta refistolería, le dijo la señora Rialta, no le viene bien a algunos platos criollos.

Finalmente, la experiencia de escribir ensayos se realizará con una guía superestructural, con un índice genotextual (Álvarez, 2007) que implique plantear ideas, actualizarlas, ejemplificar y plantear una tesis propia, así como algunas orientaciones sobre la forma de estructurar una opinión fundamentada. Para dar los primeros pasos se ofrecen dos temas seleccionados: (1) la frase de Isabel Allende, de su libro *Afrodita* (1997). “Me arrepiento de los platos deliciosos rechazados por vanidad, tanto como lamento las ocasiones de hacer el amor que he dejado pasar por ocuparme de tareas pendientes o por virtud puritana”; (2) la comparación entre algún alimento con el amor y la literatura.

Los ensayos tendrán la función de convencer o polemizar sobre esos temas vinculados con las sensaciones, los alimentos, el cuerpo, la literatura, la cultura, los placeres. De allí que los argumentos deberán ser altamente convincentes. Se pueden utilizar contraargumentos, argumentos de autoridad, de competencia, de analogía, de normas o leyes, de datos, de beneficios o argumentos afectivos. La tesis debe estar claramente expresada y la argumentación será la suficiente para dejarnos con la idea de que amar y comer, es decir, los placeres de la mesa y de la piel se funden en el texto literario.

La experiencia es altamente gustosa.

REFERENCIAS

- Allende, I. (1997). *Afrodita*. Barcelona: Plaza y Janés.
- Álvarez, L. (2007). *Estrategias para el mejoramiento de la enseñanza de la redacción*. Caracas: Vicerrectorado de Investigación y Postgrado, UPEL.
- Bello, A. (1981). *Silva a la Agricultura de la Zona Tórrida*. Caracas: Monte Ávila.
- Arteaga, M. (2000). Naturaleza y mito. Deméter, Kore y Hécate generan vida sobre la tierra. *Aula y Ambiente*, Año 1, N° 1.
- Eliade, M. (1972). *El mito del eterno retorno*. Madrid: Alianza Editorial.
- Gallegos, R. (2005). *Doña Bárbara*. Caracas: Biblioteca Ayacucho.
- Guerber, H. (2000). *Grecia y Roma. Mitología*. Madrid: Edimat Libros.
- Gumbrecht, H.U. (2007) Por qué es importante hablar de comida rica (entre otras cosas). *Revista El cuerpo de Cristo. Experimentación culinaria*. (Traducción Laura Kopouchian) Disponible: <http://elcuerpodecristo.com/article/588>. [Consulta: 2007, Enero 19]
- Hope, A. (2000). *Mitología Clásica*. Madrid: Edimat Libros.
- Juan Ruiz. Arcipreste de Hita. (1974). *Libro de Buen Amor*. Madrid: Ed. Espasa-Calpe.
- Waköpünska, K. (2007). *Criança do Futuro* Disponible: karipuna.blogspot.com/2007/08/koch-grnberg-na. [Consulta: 2007, Diciembre 2007]
- Kerényi, K. (1999). *Los dioses de los griegos*. Caracas: Monte Ávila.

Lezama Lima, J. (1996). *Paradiso*. México: Editorial Era.

Lezama, H. (1974). *Diccionario de Mitología*. Buenos Aires: Editorial Claridad.

Rabelais, F. (1978). *Gargantúa y Pantagruel*. Barcelona: Bruguera.

Risquez, F. (1985). *En torno a la feminidad*. Caracas: Editorial Arte.

La Fundación José María Bengoa Comprometida con las Prioridades en Nutrición para Venezuela

Fundación Bengoa*

Mayo, 2009

INTRODUCCIÓN

La Fundación José María Bengoa para la Alimentación y Nutrición es una organización social sin fines de lucro, de acción pública, creada en el año 2000 por profesionales, investigadores y científicos venezolanos que tiene como: *Misión*: Promover propuestas de políticas y desarrollar estrategias y acciones para mejorar la alimentación y nutrición de los venezolanos, en especial los grupos más vulnerables de la población: niños y mujeres. *Visión*: Ser una organización de la sociedad civil líder en el mejoramiento de la situación alimentaria y nutricional de Venezuela. La Fundación Bengoa para la Alimentación y Nutrición pertenece a las siguientes Redes: Venezuela sin límites, Red Venezolana para Organizaciones para el Desarrollo Social (REDSOC) y la Red de Malnutrición en Iberoamérica (RED MEI - CYTED)

Actualmente, participa en el desarrollo de los siguientes programas y servicios: *Faro Nutricional*; Contribuye con el monitoreo del estado nutricional de los venezolanos e informa a los organismos competentes y a la colectividad la presencia de síntomas de alerta. *Información y Difusión*; Promueve el

* Fundación Bengoa para la Alimentación y Nutrición, 8va Transversal con 7ma Avenida. Quinta Pacairigua. Altamira. Telfs: (58-212) 263.7127 / 263.6918. Fax: (58-212) 263.6918. e-mail: info@fundacionbengoa.org. www://fundacionbengoa.org. Este artículo fue publicado posteriormente en extenso en: Anales Venezolanos de Nutrición 2009; Vol 22 (1): 41-46.

acceso de la población a los conocimientos de alimentación y nutrición y a los avances tecnológicos en esta área, además de difundir la producción científica de los profesionales venezolanos en el área de alimentación y nutrición. *Asistencia Técnica y Capacitación*; Desarrolla y fortalece capacidades de profesionales y técnicos del área de alimentación y nutrición, de organizaciones sociales y grupos comunitarios y de empresas, en función de la ejecución de acciones de intervención para mejorar situaciones nutricionales de grupos poblacionales específicos. *Nutrición Comunitaria*; Desarrolla y fortalece capacidades y actitudes en los actores comunitarios que constituyen la red de relaciones primarias de los niños, padres, madres y docentes.

En este contexto la campaña de educación nutricional de la alianza Farmacia SAAS – Fundación Bengoa, comenzó en 2004, mediante la conquista de un espacio en la población que ha recibido una información focalizada en algunos problemas alimentarios y nutricionales. Estas actividades se iniciaron con la consulta de un grupo de expertos que aportó información muy valiosa para fundamentar las acciones desarrolladas en estos años, en los cuales se han producido 5 comerciales y 4 guías para la distribución masiva que han tenido una gran receptividad en la población de todos los estratos sociales. Después de cuatro años se consideró de interés realizar una actualización de la problemática nutricional del país en el 2008.

Esta información se tomará como base para la selección de los temas prioritarios en los próximos mensajes educativos que serán difundidos a través de medios masivos de comunicación. Para aproximarnos a este objetivo se utilizaron dos estrategias. En primer lugar, una encuesta por correo electrónico dirigida a un directorio de expertos en el área para conocer su opinión sobre la problemática nutricional, su prevalencia, factores determinantes y estrategias para contribuir con su solución. En segundo lugar, grupos focales con profesionales de las distintas áreas de la nutrición que trabajaron junto a la Fundación Bengoa.

ENCUESTA CON LOS EXPERTOS

Fueron seleccionados 15 de los 60 cuestionarios enviados por correo electrónico a expertos en los centros académicos e institutos de investigación en todo el país. Estos fueron excluidos de la selección para los grupos focales.

RESULTADOS

a) Problemas identificados

Los principales problemas nutricionales identificados fueron el sobrepeso y la obesidad; anemia en embarazadas y preescolares, además de déficit calórico–proteico en lactantes. En cuanto a la incidencia y prevalencia de estos problemas, los expertos comentaron no tener información nacional, pero fundamentan sus opiniones en la experiencia recogida en sus respectivos lugares de trabajo.

b) Factores predisponentes

Entre los factores predisponentes de los principales problemas de alimentación y nutrición, identificaron los siguientes: (a) falta de educación nutricional en embarazadas, madres, profesionales de la salud y en la población en general, (b) inadecuados hábitos alimentarios; dietas monótonas; altas en grasas, azúcares simples y carbohidratos; bajo consumo de frutas y hortalizas, e inadecuada combinación de alimentos, (c) sedentarismo, y (d) estrés.

c) Estrategias propuestas

Las estrategias propuestas para solventar los problemas de alimentación y nutrición se resumen a continuación: (a) promoción de la lactancia materna e introducción adecuada de nuevos alimentos; (b) campañas en los medios de comunicación centros comerciales, supermercados, ambulatorios, transporte público, parques y en las vías más transitadas; (c) fortalecimiento al personal

de salud en el área de nutrición; (d) programas de educación nutricional para la promoción de buenos hábitos alimentarios con énfasis en la prevención y detección del aumento de peso (en escuelas, instituciones de educación media, universidades, instituciones públicas y privadas, comités de salud, consejos comunales, grupos de mujeres, clubes, entre otros); (e) fomento de actividades grupales de intercambio en lactancia materna, grupos de apoyo, clubes de obesos para promocionar buenos hábitos alimentarios; (f) modificar la conducta alimentaria de las poblaciones en riesgo; (g) aumentar la actividad física; y (h) manejar adecuadamente el estrés. Estos resultados alimentaron el documento con el cual se elaboró el guión de discusión temática de los grupos focales.

GRUPOS FOCALES CON EXPERTOS

En esta consulta de expertos se utiliza la metodología de los grupos focales, una forma de investigación cualitativa que permite la obtención de información y opiniones de los participantes sobre un tema predeterminado. Esta actividad fue facilitada por el Psicólogo Fernando Giuliani y contó con 15 participantes, distribuidos en dos grupos focales. Asistieron expertos en representación de las tres Escuelas de Nutrición, Escuela Comunicación Social de la Universidad Central de Venezuela, del Instituto Nacional de Nutrición, del Instituto Venezolano de Investigaciones Científicas, del Hospital Materno Infantil del Este y de la Sociedad Venezolana de Puericultura y Pediatría. También participaron representantes de la Fundación Bengoa. El perfil profesional de los asistentes fue nutricionistas, médicos con especialidad en pediatría, metabolismo y endocrinología, salud pública y técnicos de alimentos, comunicadores sociales y publicistas.

Los expertos concluyeron que el problema nutricional parece pasar desapercibido en evaluaciones y diagnósticos, ya que se limitan a las mediciones antropométricas y a las relaciones entre peso, talla y edad. Sin embargo, pueden encontrarse casos de niños que cumplen con esos parámetros, pero presentan déficit de micronutrientes (hambre oculta). Igualmente, determinaron que ha desmejorado la calidad de la alimentación y hay poca conciencia en la sociedad.

RESULTADOS

1.- Problemática Nutricional

En opinión de los participantes, la situación nutricional del país no es fácil de precisar en términos estadísticos debido a la falta de información al respecto. Adicionalmente, pareciera que los problemas nutricionales no son el motivo principal de consulta de la gente y, además, suelen pasar desapercibidos cuando se consulta por otros problemas. Sin embargo, el contacto directo que tienen los participantes con la problemática nutricional, muestra que la situación nutricional no es buena. Existe una desmejora en la calidad de la alimentación, poca conciencia de la sociedad acerca del problema así como cambios en políticas públicas que no han favorecido la mejora de las problemáticas nutricionales: existe desinformación, las cifras no están disponibles, el diagnóstico de desnutrición muchas veces pasa desapercibido, porque no es el motivo principal de consulta, creen que la calidad de la alimentación ha desmejorado.

Los problemas nutricionales que presenta el país se concentran en dos áreas. Por un lado, el sobrepeso y la obesidad, aparentemente en aumento en la población infantil, así como en adultos jóvenes. Sus consecuencias se asocian con enfermedades crónicas no transmisibles (hipertensión, diabetes, problemas cardiovasculares y síndrome metabólico). Por el otro, el déficit de micronutrientes -en especial hierro y ácido fólico- también evidencia un aumento y probablemente está escalando a cifras alarmantes. Afecta sobre todo a mujeres y niños, en quienes la anemia puede causar la disminución de ciertas habilidades para el aprendizaje y la relación con el entorno. Sus efectos en los primeros años de vida pueden ser irreversibles. Sin dejar de mencionar la desnutrición crónica, estos dos problemas señalados con anterioridad, son considerados por los participantes las áreas más delicadas en materia de nutrición. Por ende, pareciera entonces que en ellos debería poner su atención la campaña.

2.- Causas

Ambas problemáticas tienen como causa fundamental una alimentación deficiente, no balanceada y carente de variedad. Así, por ejemplo, pareciera que hay un aumento del consumo de carbohidratos y grasas, especialmente aquellas de mala calidad. Confluyen en esto factores económicos que deter-

minan el acceso de la población a cierto tipo de alimentos, la salud materna, la falta de información y educación en el área nutricional, además de un conjunto de falsos hábitos e infundadas creencias.

Las causas de este problema, los participantes las asocian con una mala alimentación, donde predominan tal vez los carbohidratos pero escasean los alimentos que pueden proveer estos micronutrientes. De acuerdo con la opinión de los participantes, no toda la población puede obtener estos micronutrientes directamente de la alimentación, ya que buena parte de ella, consume lo que puede acceder con su escaso presupuesto, así como lo que sus prácticas y hábitos le inducen, promoviendo así cada vez mayores condiciones para la persistencia del problema.

Si hay deficiencia de micronutrientes durante los dos primeros años de vida y en el embarazo, pero si se trata de una adolescente embarazada de por sí tiene deficiencia de hierro ya que los requerimientos están aumentados, por esto su bebé nace con depósitos de hierro bajo, luego comienzan a darle leche completa durante los primeros años (porque eso es una creencia transmitida desde las abuelas) que origina pequeñas hemorragias intestinales que le producen más anemia. Se pueden obtener los micronutrientes de la alimentación cuando la alimentación es buena, es balanceada, pero hay un grupo de la población que no lo va a poder obtener de la alimentación. De todos estos aspectos, parece razonable que la campaña se enfoque en las causas educativas y culturales ya que la falta de conocimientos sobre los alimentos y la forma en que deben combinarse, son factores de primer orden en el origen de los problemas.

3- Consecuencias

Las consecuencias de este déficit son por demás graves y creemos que, dado el énfasis que en ello hicieron los participantes, sería recomendable que el equipo encargado de elaborar la campaña pudiera recibir un asesoramiento detallado al respecto. Como apoyo, expondremos en forma general las consecuencias que, de acuerdo con la opinión de los participantes, tiene el déficit de micronutrientes en los niños. Por un lado, el déficit se relaciona directamente

con la anemia. Por otro, esto produce también deficiencias en las capacidades del niño para relacionarse con el entorno, así como para adquirir un conjunto de habilidades. Adicionalmente y, tal vez lo más dramático, estas consecuencias en los primeros años de vida e inclusive desde el período prenatal, pudieran ser irreversibles.

Cada vez que hay deficiencia de hierro, se ha demostrado que hay disminución en sustancias que nos permiten tener una mayor relación con nuestro entorno. Este es un niño que no va a ser tan proactivo como los demás, no se va a relacionar igual, no va a adquirir las mismas habilidades. Se ha demostrado que las alteraciones por deficiencia de micro nutrientes pueden ser irreversibles. Hay anemia que no es solo debido a la insuficiencia de hierro, sino a deficiencia de ácido fólico.

4.- Desconocimiento/falta de información/falta de conciencia

El tema del desconocimiento o falta de información o falta de conciencia en relación con el tema nutricional fue, sin duda, uno de los principales problemas asociados con la malnutrición que señalaron los participantes, todos coinciden en que el asunto de la falta de Educación Alimentaria y Nutricional está en la base de todas las problemáticas señaladas. Destaca en todo este panorama, la falta de información o educación referida, por ejemplo al desconocimiento de los tipos de alimentos, así como sus combinaciones que pueden resultar acertadas o desacertadas. Tampoco existe conocimiento adecuado de la anemia y trastornos similares relacionados con la nutrición. Coinciden, pues, los participantes en que no hay buena educación en la población en torno a lo que debe ser una buena alimentación, diversa, completa y balanceada.

Adicionalmente a ello, existen en la población un conjunto de hábitos, valores, representaciones y creencias que, por un lado, orientan y canalizan un conjunto de prácticas y conductas relacionadas con el consumo de alimentos que no favorecen la correcta alimentación por ende, la adecuada nutrición. Por otro lado, toda esta estructura simbólica-cultural opera, seguramente, como un factor de resistencia frente a la información nueva y frente a propuestas de cambios de hábitos. Veamos ahora la opinión de los participantes

acerca de este tema: Yo trabajo directamente en la comunidad (...) y veo el desconocimiento que tienen las madres sobre los alimentos y lo que le aportan los alimentos. Yo pienso que el desconocimiento que tiene la población en cuanto a qué nutrientes le aportan los alimentos es un factor importantísimo. No conocen cuáles son los inhibidores, los facilitadores, no tienen conocimiento de lo que debe ser una dieta balanceada. Hay que empoderar a las madres porque ellas no saben.

Hay anemia de origen nutricional por falta de educación, no saben combinar los alimentos, no saben cómo tienen que dárselos, no saben qué es malo o qué es bueno. Pienso que todos estos problemas son por la falta de información en las comunidades, el no conocer cuáles son los tipos de alimentos, no saben cómo combinarlos, no tienen el hábito de consumir frutas y vegetales, consumen muchos carbohidratos para saciar la necesidad que tienen de comer, pero quizás también por la falta de recursos económicos. Esto se debe a que no saben, ni siquiera que el niño tiene anemia o que ellas embarazadas tienen anemia porque van al médico, le dan sus vitaminas, su ácido fólico y a veces mejoran a veces no, pero no saben. La causa fundamental es la falta de conocimientos básicos, los malos hábitos, el sedentarismo.

El otro problema importante es el tema de la educación, el tema de valores, el tema de representaciones. Desde el punto de vista de la comunicación, creo que el problema es la tremenda falta de educación que tenemos como pueblo a la hora de alimentarnos. Hay muy poca conciencia de la gente; no saben muy bien lo que es la anemia. La desnutrición crónica que veo relacionada con la falta de educación. El problema son las creencias, son las costumbres y hay un problema serio de desinformación, agravado por la comunicación de las empresas de alimentos industrializados. Para nosotros desde la perspectiva de la comunicación en salud, tenemos que tratar de encontrar los mecanismos culturales y emocionales que están operando de alguna manera en la nutrición.

5. Estímulo hacia un consumo inadecuado

Sumado a la desinformación y falta de educación los participantes señalaron un conjunto de factores que están estimulando un inadecuado consumo

de alimentos y que contribuyen así, con los problemas de desnutrición o, cuando menos, no están ayudando a fomentar ni la educación ni los buenos hábitos en esta materia. Así, por un lado, existe un poderoso aparato comunicacional y propagandístico por parte de las empresas de alimentos industrializados que promueven productos muy poco saludables para la nutrición. Adicionalmente a ello, sus estrategias de publicidad llegan a construir “modas” en cuanto al consumo de ciertos productos que, sin ser realmente coadyuvantes de una buena alimentación, terminan por imponerse en los hábitos de consumo de la población. Frente a ello, no parecen existir regulaciones adecuadas.

Por otro lado, la “lonchera” que el niño se lleva al colegio parece componerse de alimentos que tampoco contribuyen con la buena alimentación y nutrición, hecho que en buena parte tiene que ver con la falta de tiempo de la madre para preparar otro tipo de alimentos, pero donde seguramente, también está operando el impacto publicitario de las empresas de alimentos al cual ya nos referimos. Por último, otro factor que también parece estar actuando en la misma dirección que los anteriores son las cantinas escolares, las cuales al parecer ofrecen productos de escaso o nulo valor alimentario y nutricional. Todo ello, en conjunto, conforma una estructura de estímulos hacia un consumo inadecuado de alimentos que representa un problema más para la nutrición en el país.

6. Hay una sobre oferta publicitaria que es muy negativa

Antes ese tipo de alimentos (se refiere a los alimentos industrializados) eran bien controlados, ahora hasta el “pepito” tiene hierro. El hierro es malo cuando falta pero también es malo en exceso. Aquí hay un problema con lo que se está permitiendo. Influyen mucho las campañas sobre el consumo de cereales y no se controla por parte del Estado. La publicidad no vemos que vaya hacia el consumo de legumbres y frutas. En zonas como Mérida, producen vegetales y hortalizas y nuestras comunidades no consumen lo que ellos producen. Esto nos lleva a este tipo de problemas, hacemos muchas campañas, tenemos muchas alianzas, pero creo que está faltando algo.

La madre no tiene tiempo entonces lo más práctico es comprar galletas, comprar un jugo, una barra de chocolate. Esas “loncheras” están desmejoran-

do la calidad de la alimentación. Otro problema es la cantina escolar, se refiere a que se ofrecen alimentos sin ningún tipo de orientación y respeto hacia los valores nutricionales. Lo otro es como puede uno luchar contra las transnacionales en el momento cuando sus alimentos se venden en las cantinas escolares.

7.- Contexto

Los procesos de alimentación y nutrición no pueden ser comprendidos ni abordados fuera de su contexto. Con ello nos referimos a que como todo fenómeno humano, la alimentación y la nutrición aún cuando se corresponden con un mundo biológico, también se implican en un ambiente social y cultural, donde lo económico, lo familiar y hasta lo político tienen su peso. En términos generales, casi todo sobre lo que han opinado los participantes, está referido a la población popular que es la mayoría en nuestro país y ello ya de por sí nos da una idea del contexto general en el que se inscriben todos estos problemas. Sin embargo, hemos querido incluir aquí algunas opiniones de participantes que señalaron aspectos muy específicos del contexto que pueden resultar de utilidad para los objetivos del estudio:

¿Cómo la familia ha bajado la protección al niño pre-escolar?

Hay muchas mujeres que se constituyen como el sostén del hogar, que tienen que salir a trabajar y ese niño queda al cuidado de sus hermanitos y hay muchos niños que se auto cuida. En el mejor de los casos, el niño queda al cuidado de una abuela. Hay familias donde hay más hombres que mujeres y la distribución del alimento es diferente, está determinada por la composición familiar. El alimento es un tema sensible, cómo ¿cuánto ganas? o ¿qué edad tienes? es un tema de intimidad. Cuanto más símbolo de status tiene, más delicado es tocar el tema del alimento. Entonces hay que manejarlo con cuidado.

8. Jerarquización de los problemas

Luego de discutir y exponer todos los problemas que los participantes consideran fundamentales dentro del tema de la alimentación y la nutrición, realizaron la siguiente jerarquización:

- Educación / Falta de información
- Forma como se comunica la información
- Desconocimiento de los micronutrientes
- Deficiencia en micronutrientes (hierro y ácido fólico)
- Consumo de grasas
- Contraste déficit-exceso
- Lactancia materna
- Oferta de productos
- Estructura saludable de la dieta
- Higiene

9.- El grupo o población a quién dirigir el mensaje

Aun cuando la población entera debería ser objeto de educación nutricional, los expertos recomiendan dirigir el esfuerzo comunicacional hacia la mujer, sobretodo aquella en edad fértil y hacia la madre. En este sentido, vale la pena insistir en que mientras más se conozca el mundo de vida de esa mujer (representaciones, expectativas, valores, hábitos, relaciones, familia, comunidad, etc.), mejor se podrá dialogar con ella a través del mensaje.

10.- La articulación de esfuerzos

Por último, se quisiera destacar que, para abordar un tema tan complejo como la nutrición y especialmente en lo que se refiere a la Educación Alimentaria y Nutricional, es imposible que pueda ser manejado en su totalidad por un solo actor. Más aún, es necesario evitar la contradicción de mensajes así como la duplicidad de estrategias. Todo ello muestra un amplio panorama que requiere la conjunción de esfuerzos, tanto en el ámbito comunicacional como en muchas otras áreas.

COMENTARIOS FINALES

El problema nutricional en el país, de acuerdo con la opinión de los participantes, es complejo debido a la multiplicidad de factores predisponentes y determinantes del entorno que requieren ser abordados a través de sólidas políticas públicas. Se presenta una situación de franca transición epidemiológica que se revela en la coexistencia de problemas de déficit de nutrientes -con y sin desnutrición-, además de sobrepeso y obesidad. A esto se agrega una cultura que estimula hábitos de consumo y de vida que contribuyen con el incremento de enfermedades relacionadas a la alimentación.

Reportes oficiales, estudios puntuales realizados por institutos, universidades y otros centros del país y el aporte de los expertos consultados, ratifican la complejidad del problema nutricional que afecta sobre todo a los más vulnerables como son la población maternoinfantil, adolescente y los adultos mayores. Los resultados de estos estudios, sin lugar a dudas, proporcionan suficientes insumos para orientar las futuras campañas de educación nutricional, las cuales deben contribuir a mejorar los problemas identificados. Una de las recomendaciones es enfocar la campaña hacia la madre como principal objetivo, ya que sobre ella recae la responsabilidad de la alimentación de sus hijos y de la familia, así como apelar a sus afectos, sentimientos de responsabilidad y preocupación.

Sin embargo, es fundamental el estudio de los esquemas de valores, simbologías, conductas, relaciones, interacciones, hábitos o creencias que sobre los alimentos tiene la población. Esto permitirá elaborar mensajes más eficientes para producir el impacto deseado. Esta es, sin lugar a dudas, una de nuestras tareas en el próximo período. Otro de los planteamientos es unir esfuerzos para continuar la articulación de la campaña con la normativa oficial y armonizar los contenidos de la información que será difundida.

Perspectivas Socio-Económicas de la Alimentación y la Nutrición en Venezuela

Ernesto Elías De La Cruz Sánchez*

Mayo, 2009

*De la manera como las naciones se alimenten
depende su destino*

Brillant-Savarin (1826)

INTRODUCCIÓN

Los problemas asociados a la alimentación, a la nutrición y a la salud a nivel mundial están, arraigados en lo biológico, lo económico, lo ecológico, lo social y lo cultural; los cuales deben ser considerados como una prioridad en las políticas de desarrollo social por los diversos países (Fundación Colombiana para la Nutrición Infantil (s/f). Por otra parte, las conductas en cuestiones de comida reflejan la manera de pensar sobre ella, el grupo en que se nace y se crece determinan lo que produce placer físico y psicológico, los gustos y los hábitos que se han formado en la experiencia personal e individual son inseparables. Además, toda cultura posee un bagaje de leyendas, cuentos, dichos, mitos y juegos que estructuran y dan razón a la existencia de prácticas, de prohibiciones (tabúes) y preferencias alimentarias. Estos referentes han sido considerados -o lo han simulado- en las políticas educativas nacionales

* Profesor en Biología y Ciencias Generales UPEL-IPC. Magister en Educación, mención en Sistema Educativo UBA. Coordinador de la Línea de investigación en Educación Alimentaria y Nutricional. UPEL-IPMJM Siso Martínez, adscrita al Centro de Investigación Juan Manuel Cagigal. Profesor Agregado adscrito a la Universidad Pedagógica Experimental Libertador. E-mail: ernestodelacruz0203@yahoo.es

durante algún tiempo y con mayor o menor resonancia según el caso, pero en realidad han desviado el problema del verdadero nudo crítico, que a nuestro entender, se ubica en la nutrición como problema de la Educación.

Tomar conciencia de la extrema complejidad del hecho alimentario nos obliga a tener en cuenta cuestiones muy diversas, de carácter biológico, cultural, ecológico, tecnológico, económico, social, político e ideológico, en estos referentes aportaremos algunas ideas para la reflexión.

SITUACIÓN DE LA DISPONIBILIDAD Y CONSUMO DE ALIMENTOS EN VENEZUELA

Para el año 2015 se espera para el conjunto de América Latina, un incremento en la disponibilidad de cereales, aceites vegetales, carne y leche, y una disminución de raíces, tubérculos, plátanos, y leguminosas. Aunque desde el punto de vista nutricional algunos de estos pronósticos resultan poco probables, la FAO se muestra optimista sobre la posibilidad de alcanzar en el 2015 las 3.000 calorías por persona y día. Ya que cuando el mismo se ubica en las 2.451 calorías, la insuficiencia nutricional afecta un estimado de entre el 7 al 23% de la población y cuando se ubica en 2.040 calorías, el porcentaje de personas potencialmente subnutridas se ubica entre el 30 y el 42%. FAO (1996).

Adicionalmente a lo anterior, Machado-Allison (2007), reporta que en Venezuela para los años 2002 y 2003 el consumo per./capital de alimento se ubicaba en 604,7 Kg, equivalente a menos de 2.400 calorías diarias, es decir, un 20 por ciento menos de lo deseable. Estos valores señalan que en nuestro país hay hambre y ésta, evidentemente, es consecuencia de la pobreza y de la inequidad en la distribución del ingreso, situación potencialmente a agravarse en el escenario de la actual crisis mundial.

La disponibilidad para el consumo de alimentos (DCA) es la cantidad de un alimento o grupo de alimentos en particular, de energía alimentaria o de algún nutriente específico, que está disponible para el consumo humano,

a nivel de venta al detal, para la población del país o por persona, por unidad de tiempo. Este consumo es estimado a través de las Hojas de Balance de Alimentos (HBA) ya que permiten conocer desde un punto de vista macroeconómico general, la magnitud y la estructura de la disponibilidad alimentaria promedio para consumo de la población de un país, a nivel de venta al detal (Ablan y Abreu, 2007).

Al revisar las hojas de balance de alimentos (HBA) elaboradas por el Instituto Nacional de Nutrición (2009), se pueden extraer una serie de datos sobre la situación de la disponibilidad de alimentos y con especial interés el aporte energético de los alimentos disponibles en Venezuela, los cuales se reportan en el cuadro N° 1.

En primer lugar se observa que aunque los valores de calorías disponibles per./ capital han aumentado en el quinquenio (de 2.095 a 2.534), aún se encuentran por debajo de las metas mundiales (3.000 cal/per/día), lo cual coincide con lo planteado por Machado-Allison (2007). Lo que proyectaría de acuerdo con la FAO (1996) un porcentaje cercano entre el 25% al 30% de la población venezolana con deficiencias importantes de energía y por ende subnutridas.

El segundo aspecto a considerar, es lo relativo a la procedencia de la energía aportada por las disponibilidades de los alimentos a través de la importación, que para el año 2004 alcanzaba el 46%, se redujo en 35% para el 2005 y ha experimentado importantes incrementos en el 2006 con un 38,5% y en el 2007 con un 43,7%, aún se ubican en una significativa dependencia de la importación de alimentos para suplir la producción nacional. Si proyectamos la tendencia mundial a un sostenido incremento en el consumo de alimentos, con nuevos y mayores requerimientos por parte de los países asiáticos, aunado con la tasa interna de crecimiento (la cual se estima alcance de 27 millones de habitantes en el 2006 a 32 millones en el 2018).

Para producir los alimentos que necesitamos se requiere, en opinión de Montilla (2004), políticas agroalimentarias y demográficas sostenidas y congruentes, la industrialización de la agricultura mediante la construcción de

Cuadro 1. Procedencia y Fórmula Calórica (calorías/persona/día y porcentaje) asociadas a las disponibilidades de alimentos en la República Bolivariana de Venezuela para los años 2002, al 2007, a partir de las hojas de balance de consumo de alimentos elaboradas por el Instituto Nacional de Nutrición (INN).

AÑOS	Aporte Total Energía aportada por la disponibilidad de alimentos Caloría/persona/día	Procedencia de la Energía aportada por la disponibilidad de alimentos (Calorías/persona/ día y porcentaje)	Fórmula calórica asociada a los aportes nutricionales de las disponibilidades alimenticias			
			Producción Nacional	Importación	Proteínas	Grasa
			834	252	605	1.23
2002	2.095	(59,7%)	(40,3%)	(12,0%)	(28,9%)	(59,1%)
2003	2.258	1.271	1.007	272	602	1.384
		(55,8%)	(44,2%)	(12,0%)	(26,7%)	(61,3%)
2004	2.437	1.328	1.132	276	736	1.425
		(54,0%)	(46,0%)	(11,3%)	30,2%	(58,5%)
2005	2.355	1.524	831	271	607	1.477
		(64,7%)	(35,3%)	(11,5%)	(25,8%)	(62,7%)
2006	2.468	1.518	950	288	707	1.473
		(61,5%)	(38,5%)	(11,6%)	(28,6%)	(59,7%)
2007	2.534	1.422	1.102	310	714	1.499
		(56,3%)	(43,7%)	(12,3%)	(12,3%)	(59,4%)

Fuente: Instituto Nacional de Nutrición (2009). Hojas de Balance de alimentos. Años reportados: 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007.

toda la infraestructuras requerida para la producción agrícola, la intensificación del uso de los insumos tecnológicos y la urbanización del medio rural. Se concluye que la situación no se percibe como prioritaria o con claras posibilidades de solución o respuesta en las políticas actuales.

Y en tercer lugar se evidencia, que al revisar la fórmula calórica asociada a los aportes nutricionales el porcentaje mayor lo representan los carbohidratos como fuente de energía; dentro de estos alimentos se destacan por su aporte energético, (más del 50%) que para los seis años en promedio reportan: la harina precocida de maíz (14,7%), el azúcar refinado (10,9%), la harina de trigo en panadería (7,9%), el aceite vegetal (mezclado) (6,5%), el arroz pulido (8,6%) y la harina de trigo en pastas alimenticias (4,1%). Lo que establece una tendencia en el consumo de alimentos basado en los cereales como fuente principal de aporte energético, siendo este grupo de alimentos particularmente sensible a la importación la cual se acerca al 40%. Todo ello nos lleva a considerar la situación alimentaria en Venezuela como una situación preocupante la cual se transformaría en una crisis si no se implementan políticas integrales al respecto, dentro de las cuales deben insertarse las referidas al sector educativo.

Como evidencia de lo descrito, cabe destacar las estadísticas acerca de las principales causas de mortalidad, registrada y diagnosticada, en la República Bolivariana de Venezuela en el año 2008, donde se ubican a las enfermedades del corazón (20,61%, 1º lugar), cáncer (14,81%, 2º lugar), enfermedades cerebrovasculares (7,49%, 5º lugar), y diabetes (6,28%, 6º lugar) (Gobierno Bolivariano de Venezuela, 2008).

A este respecto al revisar las políticas alimentarias y nutricionales en la Revolución Bolivariana y el Plan Estratégico Nacional de Nutrición 2007 – 2008, para el Gobierno Bolivariano de Venezuela (2007). Se destacan como objetivos del Plan, el logro de un perfil nutricional óptimo como parte del derecho a la salud. Para el logro efectivo de este fin son necesarias establecer y posicionar claramente, líneas de nutrición en las políticas de salud pública.

Entre ellas, hay dos componentes claves para la nutrición: la alimentación y la nutrición propiamente dicha. La alimentación tiene como centro el

abastecimiento adecuado, suficiente y de calidad de los alimentos a nuestra población. La nutrición tiene dos grandes dimensiones: la promoción de la salud y la prevención, que son el componente central teniendo al poder popular como protagonista fundamental y la rehabilitación que es toda la actividad institucional que se realiza desde el Ministerio de la Salud para reparar el daño nutricional ya existente en déficit o exceso y sus consecuencias. A partir de aquí surgen tres líneas estratégicas; (a) Masificación de hábitos y prácticas nutricionales: Cultura Nutricional, (b) Investigación y Monitoreo, y (c) Redes Nutricionales Especializadas, dentro de estas líneas estrategias se destaca como tarea fundamental el desarrollo de acciones concretas para avanzar en la promoción de una nutrición sana. Ello tiene como actividades centrales la educación, particularmente la educación social y la investigación para la acción relativa a alternativas de solución para la formulación y desarrollo de políticas nutricionales adecuadas y pertinentes (Gobierno Bolivariano de Venezuela, 2007).

Desde otra perspectiva, es importante señalar lo planteado por Valiente (citado por García, 2005). El cual propone enfocar el problema a partir del análisis de los factores determinantes del estado nutricional y la vía para analizar las causas de la desnutrición, organizándolas en aquellas que determinan la disponibilidad de alimentos (factores ecológicos, técnicas agrícolas, tecnología de alimentos, métodos de almacenamiento, etc.), el consumo de alimentos (niveles de ingreso, conocimientos y hábitos alimentarios, distribución intrafamiliar, prácticas de amamantamiento, entre otros) y utilización biológica (estado de salud, control de enfermedades, higiene de los alimentos, disponibilidad de servicios en la vivienda como agua, adecuada disposición de excretas, etc.). La conjugación de estos grupos de factores configura el panorama del estado nutricional individual y colectivo y contribuyen al estudio de las causas de la desnutrición, eje central de políticas viables de desarrollo humano.

Como orientación a la consolidación de políticas congruentes la FAO (1996) establece el término de seguridad alimentaria. La seguridad alimentaria se define como “*La capacidad que tienen los habitantes de un país para acceder en todo momento a una ingesta suficiente y sana de energía alimentaria y de nutrientes que permita llevar una vida activa y saludable*” (p. 2).

En esta definición se observa la presencia de tres dimensiones: (a) la dimensión de disponibilidad (oferta) suficiente de alimentos al nivel nacional y local para satisfacer las necesidades de consumo de cada habitante. (b) la dimensión de estabilidad de la disponibilidad. Es decir, la reducción al mínimo de la probabilidad de que, en años o temporadas difíciles, el consumo de alimentos pueda descender por debajo de las necesidades de consumo, y (c) la dimensión de acceso, que debe garantizar acceso físico y económico a una ingesta suficiente de alimentos. La FAO enfatiza que a pesar de existir suficiente oferta (disponibilidad abundante) muchas personas pueden estar en situación de inseguridad alimentaria porque no tienen los ingresos o carecen de recursos para producir o comprar los alimentos que requieren para llevar una vida activa y saludable.

Para aportar insumos para su comprensión analizaremos algunas de las variables que inciden en la consolidación de la seguridad alimentaria y que a nuestro entender deben ser prioridad en las políticas alimentarias de nuestro país. Así, Gutiérrez (2005) señala que el sistema alimentario nacional está conformado por un conjunto de actividades de producción, distribución de insumos y bienes agroalimentarios y de actores que se interrelacionan para tratar de cumplir los objetivos fundamentales de dicho sistema. El sistema alimentario nacional está influenciado e influye sobre los entornos nacional e internacional. Así como la política fiscal, la política monetaria y crediticia, la política salarial y la política de comercio exterior y, en particular, los principales “precios macroeconómicos” (tasas de interés, tasa de salarios y tipo de cambio) inciden de modo tan significativo en los precios relativos de los alimentos, en los términos de intercambio rural urbano y en el poder de compra de los consumidores, que buena parte de la política alimentaria debe dedicarse a corregir los efectos indeseados de las políticas indicadas.

Otro elemento lo presenta Montilla (2004), para quien es necesario enfatizar que el fracaso agrícola en Venezuela resulta incomprensible al constatar que se cuenta con extraordinarios recursos naturales, incluyendo aproximadamente 58 millones de hectáreas aptas para la agricultura vegetal, forrajera y forestal; más de 50.000 m³ de agua dulce reciclable/persona/año y con las segundas reservas más altas de roca fosfórica en el continente. Se cuenta

además con una inmensa riqueza petrolera y gasífera que generan enormes recursos financieros que deberían utilizarse para construir la infraestructura que soporte el desarrollo agrícola y el desarrollo rural. Pero no ha ocurrido así, al contrario, se continúa privilegiando la importación masiva de todo género de automotores, bienes suntuarios y bebidas alcohólicas. Se ha abandonado la agricultura y el medio rural creando agudos problemas que han resultado en una acelerada migración campesina, contándose hoy en día con sólo el 8,8% de la población económicamente activa ocupada en agricultura, el área cosechada por habitante de 2600 m² en 1950 se reduce a escasos 740 m² en la actualidad; el uso del riego, los fertilizantes, las semillas certificadas y los biocidas es marginal, y también lo es la atención que se presta a la investigación y la extensión agrícola.

Por otra parte, Soto de S., Figueroa y López (2006), destacan a la pobreza como la causa principal de la inseguridad alimentaria, ya que limita el acceso de la familia a una alimentación suficiente, sana y adecuada y le impide además, disfrutar de otros factores complementarios y relacionados con la alimentación, el aprovechamiento biológico de los alimentos y el bienestar del grupo familiar, tales como son: acceso a la salud, a la educación y a otros bienes y servicios. En este mismo contexto, Gutiérrez (2005) considera que los factores que determinan el poder de compra alimentario de los hogares, y por ende el acceso a los alimentos, han tenido a lo largo del período 1999-2003 un comportamiento adverso. Mientras el ingreso per cápita y los salarios reales disminuyeron, la tasa de desempleo aumentó entre 1998 y 2003. Adicionalmente, a partir del año 2001, la tasa de inflación de alimentos y bebidas no alcohólicas ha sido mayor que la tasa de inflación general lo que implica que los precios reales de los alimentos se han incrementado con su consecuente efecto negativo sobre la demanda de alimentos, ya de por sí mermada debido a la baja de los salarios reales, del ingreso per cápita y el incremento del desempleo.

Estos hechos referidos: (a) bajo aporte energético per cápita, (b) altos porcentajes de alimentos importados, (c) ausencia de políticas macroeconómicas integradas en materia agroalimentaria, (d) la falta de una clara comprensión de los componentes y factores que intervienen en el sistema alimentario

venezolano, (e) la situación vulnerable del sector agrícola, (f) la pobreza, (g) la inseguridad, (h) los indicadores de inflación el alza y la caída del ingreso real, (i) la extrema dependencia de los altos precios del petróleo, considerados coyunturales por algunos analistas, y evidenciados como tales en los últimos meses, (j) la falta de un ambiente económico-social estable con reglas claras que atraigan la inversión, (g) el alto costo de inversión social, en materia de subsidios directos de alimentos a los sectores de bajos ingresos, a través de: misión alimentación, Red Mercal, mercados PDVAL entre otros, que hace difícil su sostenibilidad en el tiempo y (g) la situación mundial en materia de alimentos, insumos, demográficos, políticos y ambientales, hacen pensar que la seguridad alimentaria del venezolano se encuentra en un camino de incertidumbre y constituye una situación preocupante y tal vez hacia una crisis de enorme impacto si no se comprende el problema y se interviene a tiempo. Una de las dimensiones de urgente intervención lo constituye la educativa la cual deberá aportar soluciones desde perspectivas más consolidadas y congruentes con el resto de los sectores involucrados, desde las políticas de formación a nivel macro, hasta las de ejecución, participación y desarrollo de estrategias integrales a nivel micro.

REFLEXIONES FINALES

La ingesta de alimentos no se reduce únicamente a satisfacer una necesidad biológica, sino que se relaciona con la toma de decisiones en los planos psicológicos y culturales. No sólo satisfacemos el hambre, también, ingerimos los alimentos que nos gustan, buena parte de los cuales forman parte de la cocina a la que estamos acostumbrados por tradición.

Debemos entender que las formas de aprovisionamiento y tratamiento de los alimentos dependen, en buena medida, de las disponibilidades ecológicas, y de los equipamientos tecnológicos de cada sociedad, en función del tipo de hábitat y de sus condiciones particulares de existencia. Por otra parte, las condiciones de existencia varían a lo largo del tiempo y del espacio. Por esta misma razón, la alimentación debe ser analizada en relación con las acti-

vidades de producción y de reproducción, que ocupan un lugar central en la vida humana. En esta línea hay que situar los factores de origen económico y político que llevan a determinar en una sociedad qué alimentos se han de producir, distribuir o consumir.

Profundizar en el estudio de los problemas actuales de disponibilidad de alimentos, equidad y calidad en la ingesta calórica, la producción y distribución de alimentos; deben partir de que los mismos están arraigados en problemas de dimensiones socio-económicos e histórico-culturales, no solo a nivel local sino mundial, y para ello deben consolidarse políticas públicas agroalimentarias coherentes y la participación de los diferentes actores (públicos y privados), de lo contrario solo encontraremos respuestas más no soluciones a largo plazo a los problemas de seguridad alimentaria que enfrentaremos -o ya enfrentamos-.

Si bien la educación en materia alimentaria y nutricional no es la respuesta total a los problemas que se presentan por carencias o excesos en el consumo, si constituye un aspecto sustantivo de la educación formal. Por ello, la educación en nutrición debe propiciar un sistema de actividades y de comunicación donde el pensamiento reflexivo y el creativo se desarrollen a la par de una actitud coherente, con el devenir actual y la función fundamental de la educación como formadora del Hombre.

Problematizar el acontecimiento educativo a partir de un análisis que incorpore nociones, conceptos y categorías con las cuales el enseñar buenos hábitos alimentarios, exprese o se caracterice por nutrirse de relaciones, matices discursivos e incidencias sociales, constituyendo esto un nivel de análisis necesario para delinear ciertas claves socio-pedagógicas de lo escolar en el ámbito de la nueva educación nutricional.

En síntesis, la alimentación es algo más que una necesidad fisiológica ya que para cada individuo tiene numerosas significaciones emotivo-simbólicas y sociales que se inician desde el período de la lactancia materna, configurando una fuerte señal de cultura e identidad. La mayoría de las personas comen lo que aman con preferencia, a lo que les gusta con independencia en muchos

casos de su bondad nutricional. Por lo cual, cuando se quiere emprender una campaña o programa de educación nutricional, es muy importante conocer los aspectos simbólicos que los alimentos revisten, los hábitos alimentarios que han sido estandarizado en el curso de toda evolución, las dimensiones ecológico-ambientales, las variables económicas propias de la región, las características del sistema alimentario, las políticas en materia alimentaria nacional y local, no como aspectos separados sino integrados, donde el docente deberá ejercer una función vital y las instituciones de educación superior tienen el compromiso de formarlos en este devenir propio de la alimentación en el siglo XXI.

REFERENCIAS

- Ablan, E. y Abreu, E. (2007). Venezuela: Efectos nutricionales de los Cambios alimentarios, 1980-2005. *Agroalimentaria*, 24, p. 11-31.
- FAO. (1996). *Cumbre Mundial sobre la Alimentación, Roma*. Disponible: <http://www.rlc.fao.org/prior/segalim/default.htm>. [Consulta: 2007, Diciembre 15]
- Fundación Colombiana para la Nutrición Infantil. (s/f). *La alimentación y nutrición infantil* [Documento en línea]. Disponible: http://www.coalimentación.com/?page_id=36 [Consulta: 2005, Agosto 11]
- García, M. (2005). Desnutrición ¿Por qué existe? *An Venez Nutr.* [Revista en línea]. (1), 69-71. Disponible: http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-7522005000100013&lng=es&nrm=iso. [Consulta: 2008, Marzo 14]
- Gobierno Bolivariano de Venezuela. (2007). *Las políticas alimentarias y nutricionales en la Revolución Bolivariana. Análisis desde el Instituto Nacional de Nutrición. Perfil nutricional periodo 1999-2006. Plan Estratégico Nacional de Nutrición 2007-2008*. Caracas: Autor.
- Gobierno Bolivariano de Venezuela. (2008). *Anuario de Mortalidad*. Caracas: Ministerio del Poder Popular para la Salud.
- Gutiérrez, A. (2005). Políticas Macroeconómicas que Impactan la Seguridad Alimentaria. *An Venez Nutr.* [Revista en línea], vol.18, (1), 18-30. Disponible: http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522005000100005&lng=es&nrm=iso [Consulta: 2008, Marzo 14]

- Instituto Nacional de Nutrición. (2009). *Hojas de Balance de alimentos. Años 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007*. Caracas: Autor.
- Machado-Allison, C. (2007). *Consumo de alimentos en Venezuela*. Serie políticas públicas. Caracas: Ediciones IESA.
- Molina, L. E. (2002). Reflexiones sobre la situación alimentaria internacional y la seguridad alimentaria. *Agroalimentaria*. N° 15, 75-85.
- Montilla, J. (2004) La Inseguridad Alimentaria en Venezuela. *An Venez Nutr.* [Revista en línea]. Enero. vol.17, no.1, p.34-41. Disponible: http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522004000100006&lng=es&nrm=iso. [Consulta: 2008, Marzo14].
- Soto de S., I., Figueroa, O. y Lopez, A. (2006). Seguridad alimentaria en los hogares de niños atendidos en una consulta de nutrición, crecimiento y desarrollo. *An Venez Nutr.* [Revista en línea], vol.19, no.2 p.61-68. Disponible: http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522006000200002&lng=es&nrm=iso. [Consulta: 2008, Marzo 14].

Del Sancocho a la Espuma: Innovación vs. Tradición o el decir de las relaciones sociales

Jenny Fraile Velásquez*

Mayo, 2009

INTRODUCCIÓN

Pensar en el ser humano conlleva asociarlo a hechos culturales, a ver como éste en su devenir ha ido influyendo en su entorno ajustándolo a su conveniencia, sus necesidades y a su nivel de desarrollo. En el proceso evolutivo que permitió la diferenciación de una de las especies de primates superiores en homínidos y de éste el trayecto hacia el hombre, hay dos hechos antropológicos que lo marcan y diferencian de los demás animales y son indiscutiblemente: la palabra y la cocina.

Al respecto señala Cordón (1979) que “la palabra ha supuesto un cambio radical en la naturaleza del homínido (su transformación cualitativa en hombre)” (p.109). El homínido que descendió del árbol, se trasladó en busca de nuevas formas de alimentarse, que no sólo respondía a la necesidad biológica de ingerir alimentos a fin de mantener la energía y desplazarse en su territorio. Inició un proceso de diferenciación, de qué se puede y qué no se puede comer, los adultos instruirían a los más jóvenes trascendiendo el hecho de comer para subsistir. Luego con el descubrimiento del fuego, que le sirvió de mecanismo de defensa contra otras especies animales que le asechaban

* Profesora de Educación Integral y cursante del Doctorado en Cultura Latinoamericana y del Caribe. Coordinadora Nacional de Proyectos Especiales del Vicerrectorado de Extensión-UPEL (2008). Actualmente desarrolla los Proyectos: La Narración Oral como herramienta para fomentar la lectura y Del Fogón a la Palabra: Glosario de Unidades Fraseológicas motivadas en el contexto culinario. Adscrita al departamento de Expresión y Desarrollo Humano en el Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez. jennyfraile@yahoo.com.

determinó un cambio cualitativo que definitivamente distanciaría al homínido de los demás animales.

Para Cordón (*ob.cit*) “el hambre es, junto al fuego, otra condición indispensable para el descubrimiento y arraigo de la actividad culinaria” (p.112). De manera que el cocinar y procesar sus alimentos obligaría al surgimiento de la palabra, para a través de ésta planificar la caza y la recolección que luego darían lugar a la domesticación de algunas especies y al posterior surgimiento de la agricultura; hechos que además marcarían la diferencia entre las culturas nómadas y las sedentarias con todos sus roles y diferenciaciones sociales, que en definitiva determinarían las características definitorias de las civilizaciones.

El desarrollo de la humanidad reflejado en: la invención culinaria, el surgimiento de la palabra y la modificación de toda la conducta debido al asentamiento y costumbres del homínido devenido en hombre, es lo que llamamos cultura; ya que ésta, según Montanari (2004) “se encuentra en el punto de intersección entre la tradición y la innovación” y sin duda alguna la alimentación ha generado todo un conjunto de tradiciones e innovaciones que han permitido la invención de diferentes técnicas, utensilios y modos de vida que distancian al hombre del resto de los animales.

La diversificación de la forma de obtener los alimentos, sus preparaciones y las tradiciones culinarias también influyeron en la distinción de las clases sociales en todas las épocas y civilizaciones. La posesión de la sal, especias, azúcar o miel marcaba la distancia entre una clase social y otra, tanto en las sociedades europeas, asiáticas, africanas como en las americanas. Cartay (1991) en *Historia de la alimentación del nuevo mundo* reporta como la dieta y el consumo de diferentes alimentos distinguían los distintos estratos en sociedades como la azteca.

Es entonces, según lo expuesto hasta el momento, lícito sostener que el hecho culinario, en palabras de Cordón *ha hecho al hombre* y ha definido no sólo el surgimiento de la palabra sino de todo un conjunto de condiciones, costumbres y tradiciones que permiten ver en ella un evento cultural que da pie para ahondar y profundizar en cómo ésta se ve reflejada en la palabra, en

sus combinaciones de recursos, ingredientes y técnicas que permiten, como dice Montanari (*ob.cit.*), mantener la cultura en el equilibrio o fusión entre la tradición y la innovación, y más aún establecer el nivel social en función del menú, los utensilios empleados por los grupos humanos.

En la cultura medieval europea, los alimentos de caza eran preferentemente los que constituían el menú de las clases altas, oligarcas, mientras las comidas de olla, que ameritaban el ahorro y aprovechamiento de lo más mínimo de los elementos constitutivos de los menús de las clases campesinas o más pobres. Por aquellos años el pan blanco era beneficio y placer exclusivo de las clases monárquicas mientras que el proletariado, el campesino elaboraba sus panes con otros cereales o una mezcla de ellos. Sin embargo, hoy en día con la democratización de los cultivos, el pan negro es disfrutado por clases más pudientes que logran acceder a los panes artesanales o de alto contenido de fibra que otrora eran indicadores de bajo estrato socioeconómico y hoy elitesco o de costumbres alimenticias orientadas hacia la salud o quizás más al objetivo de mantenerse dentro de los cánones estéticos impuestos por modelos foráneos.

Pero no solo en la Europa medieval se daban estas distinciones, ya que desde antes de la llegada de los europeos a territorio americano se tenían rutinas y costumbres que diferenciaban a los pueblos, a las regiones, tal como lo señala Cartay (1991):

La dieta de los grupos precolombinos era, pues, rutinaria carente en muchas partes de proteínas animales...en América del Norte y Central se consumían especialmente, maíz, frijoles, calabazas y ajíes...en el norte de América del Sur predominaba el consumo de yuca, maíz, frijoles, calabaza y ají. En la América andina eran consumidos la papa, el maíz, el frijol, la achira, la quinoa y el ají. En las islas caribeñas era notable el consumo de yuca y batata. (p.35)

Pero además de tener cada zona su particularidad, la comida o los alimentos que conformaban el menú eran, como siguen siendo hoy en día, un marcador o diferenciador social. Al respecto indica Cartay (*ob.cit.*): “la gente común comía tortillas de maíz, frijoles, salsa de chile y tomates, a veces ta-

males y rara vez carne de caza” (p.45); tal como era en Europa así fue en la América Precolombina. Indica este autor párrafos más adelante que:

La alimentación de la clase real era, pues, más variada y copiosa que la del pueblo. Comían maíz asado, hervido o reducido a harina. Con los granos de quinoa, de achita, de cañahua, se hacía una harina para preparar sopa, acompañada de otras legumbres y féculas. Los frijoles se comían asados o cocidos, sazonados con sal y ají (uchú). La papa se comía cocida o asada, y también en los guisados. (p.48)

Es decir, la alimentación de las clases sociales bajas era básicamente vegetariana con una deficiente ingesta de proteínas, caso muy parecido al europeo, sin que para esa época se pudiese adjudicar tal conducta a una copia del modelo foráneo y con una tendencia eurocentrista. Es en estos dos detalles en los que se concentra la inquietud que orienta esta disertación. Por un lado, el enfoque eurocentrista y, por el otro, la diferenciación social presente en los menús.

Mucho se ha hablado de la visión eurocentrista y como ésta ha afectado todos los ámbitos de nuestras sociedades latinoamericanas y caribeñas, quienes siguen las pautas, políticas y costumbres presentadas o propuestas bien sea por Europa, bien sea por algún país de los llamados del primer mundo.

Sin embargo, se comparte la visión propuesta por Lovera (2006) en *Dependencia alimentaria: Europa vista desde América*, en este ensayo propone una nueva mirada, una postura que voltea la tortilla, y se torna interesante y reveladora. Interesante porque demuestra como definitivamente América entró en Europa y la tomó para sí de tal forma que ni europeos ni americanos parecen tener conciencia de ello.

Es reveladora porque da cuenta de cómo América al entrar de esa forma solapada cambió sus hábitos alimenticios, sus preferencias culinarias, sus gustos y sus recetas. De alguna manera solo se hace énfasis en la dominación cruenta, violenta y devastadora de cual fue víctima la América toda, pero no se habla a esta otra dominación, quizás porque la historia es escrita desde la posición del vencedor.

Para ilustrar esta propuesta de Lovera es menester realizar el siguiente ejercicio sugerido por el historiador:

Para disipar dudas basta que hagamos mentalmente un sencillo experimento: tomemos un número considerable de libros de cocina europeos y suprimamos de sus recetas los ingredientes de proveniencia americana, como la papa, el cacao (que conlleva el chocolate), la vainilla, el tomate, el pavo, el maní, la papaya o lechosa, el aguacate, la piña, la parchita y cualquier otro ingrediente de nuestro continente, ¿Qué quedaría?. (p.43)

Sin olvidar, claro está, a la papa y al maíz. Entre toda esta larga lista de alimentos que constituyen desde entonces elementos primordiales y esenciales de las mesas europeas; bien vale la pena preguntarse: ¿Hay o no hay razones suficientes para volver la mirada y ver a Europa desde América?, ¿es absurdo pensar y defender una visión americanocéntrica? ¿Vale la pena seguir luchando con la visión eurocentrista o es mejor comenzar a mirar y reforzar desde América y valorar nosotros mismos nuestros aportes? ¿Qué nos detiene para vernos como iguales, real dominación o un apego a la postura de la víctima?

Estos cambios en los hábitos alimenticios pueden obedecer entre otras razones al hecho de que en la última década, en Venezuela y en el mundo, se ha dado un fenómeno que ha revitalizado el hecho de estudiar cocina. El oficio de cocinero se ha reivindicado y ha salido a la luz como una actividad de prestigio y hasta snob.

Esta, ya no es una tarea de mujeres poco perfumadas; ya no queda el cocinero como el mago oculto que realiza una suerte de alquimia transformando ingredientes cotidianos en platos valiosos al paladar sino que incluso puede verse que en la mayoría de las revistas impresas, noticieros, programas de variedades en televisión y en la radio, existe un micro, una columna, de algún chef conocido o reconocido que explique y ostente la realización de una receta y de cómo presentarla para que además sea agradable a la vista, constituyéndose en una obra bien diseñada y estructurada.

Este auge en los medios ha traído el surgimiento de escuelas especializadas en la formación de cocineros y cocineras, lo cual ha permitido el repunte como carrera y opción de vida, el acercarse a la cocina.

En Venezuela se han publicado libros que giran en torno a la cocina como: *Geografía Gastronómica*, León (1984) dibuja la geografía a partir de los platos típicos de las regiones; *Historia gastronómica en Venezuela* de Lovera; *Diccionario de cocina venezolana*, Cartay (2005) registra el significado de utensilios y artefactos, técnicas y procedimientos, ingredientes, platos y bebidas, pero no registra unidades fraseológicas; *La tradición culinaria en Petare*, Méndez (2005) presenta un conjunto de recetas típicas de la región petareña; *Nuestros alimentos ayer, hoy y mañana*, Jaffé (2002) presenta un estudio de los alimentos desde el punto de vista nutricional plasmando las características de la dieta venezolana (carencias y nutrición balanceada). Pero en estos textos no se reivindica la identidad nacional expresada en la gastronomía como otros pueblos latinoamericanos como es el caso de Perú y México, quienes valoran su identidad expresada en la cocina y hoy en día los platos no describen las brechas sociales que en otra época existía, ya que son su bandera de presentación ante el mundo contemporáneo.

De hecho, así lo demuestran los estudios reseñados en el discurso de incorporación a la Academia de la Lengua Peruana de Leuridan (2006) quien expone:

...que la gastronomía encierra un mundo de sensaciones, de gestos y de representaciones que echa raíces en lo más profundo del ser humano. Las lenguas son testigo de ello. Y el quechua, por ejemplo, no es una excepción. Lo demuestra el libro de la “Cocina peruana. Análisis Semántico del Léxico de la Cocina en Lengua Quechua” que hemos publicado en colaboración con la Academia de la Lengua.

El autor indicó que no sólo en el Perú se han investigado a los quechuas sino que de igual forma se han elaborado estudios en otras etnias. Existe el plan de elaborar el Diccionario Gastronómico peruano, ya que al evolucionar la gastronomía con sus técnicas, utensilios, platos de la misma forma ha evolucionado el lenguaje, inscribiendo nuevos términos que le designan. Cierra su discurso realizando una nueva analogía entre la lengua y la pintura, expresando: “Como la lengua, la paleta del pintor sirve para descubrir un ente imaginario. El literato lo hace con palabras; el pintor, con colores y el juego de luz y sombras.” A lo que cabe añadir, el cocinero con la combinación estratégica

de los alimentos, juega con sus colores, sabores, texturas así como el literato juega con palabras y el pintor con colores, luces, sombras.

Sin embargo, en los restaurantes, al menos los caraqueños, guiados por chefs venezolanos evitan en sus menús los platos típicos de nuestra cultura, el pabellón, los sancochos-hervidos, dulces, quedan relegados a restaurantes menos refinados o si son incluidos sufren variaciones en su presentación y nombre: espuma de auyama, timbal tricolor en una suerte de disfraz, que en nada revela la riqueza de la gastronomía venezolana entorno a las comidas de olla, que incluso ha migrado hacia la palabra en expresiones como: *hacerlo su sopa, más sudado que tapa e´mondongo, échale agua al caldo para que rinda, el que llega tarde no toma caldo, lo agarraron de sopita, gallina vieja da buen caldo, más duro que sancocho de pato, ya sé quién te pone el huevo sopa maggie*, entre otras.

En entrevista realizada al chef Sumito Esteves (febrero, 2007), este reportó que quizás en las cartas no se incluía la palabra sancocho por su relación directa, y casi inmediata, a la ingesta de bebidas alcohólicas, y no a la evocación del compartir, del aire festivo que rodea a la elaboración del sancocho. Sin embargo, una de las entradas más populares desde restaurantes de menú ejecutivo hasta los más sofisticados, es sin duda *la sopa del día*, la cual variará de nombre y presentación dependiendo del estatus del restaurante al cual se acuda.

Así en un mercado podrá encontrar una sorprendente cazuela de plástico o barro, dependiendo de la zona del país, colmada de un caldo en el cual conviven verduras, compuesto y la *pieza* o parte proteica del plato. En arepas o ventas de pollo en brasa no se hace esperar un enorme plato hondo contentivo del restaurador alimento acompañado de una arepa o porción de casabe, más en un restaurante un poco más refinado tenderán a afrancesar el plato y sus porciones o a presentarlo en forma de crema coronada de crotones de pan y queso parmesano.

Hervidos, sancochos, cruzados, consomés, cremas y el importado chupe debaten sus puestos en las cartas u ofertas gastronómicas de los locales, pero ciertamente en la memoria colectiva están las reuniones bien a orilla de río o en *ca´mi tía* o el domingo familiar donde la abuela o luego de una fiesta, para

en una especie de todos ponen compartir el calor del afecto, cucharada tras cucharada.

REFERENCIAS

- Cartay, R. (1991). *Historia de la alimentación del Nuevo Mundo*. Caracas: Editorial Futuro, C.A.
- Cordón, F. (1979). *Cocinar hizo al hombre*. Barcelona, España: Tusquets Editores.
- Leuridan, J. (2006). *Discurso de incorporación como miembro honorario de la academia de la lengua peruana: Gastronomía y Lenguaje*. Disponible <http://academiaperuanadelalengua.org/documentos/leuridan/incorporacion>. [Consulta: 2009, Febrero. 15]
- Lovera, J. R. (2006). *Gastronáuticas. Ensayos sobre temas gastronómicos*. Caracas: Bigotteca.

Enfermedades alimentarias y la conservación de alimentos

José Mercedes Marcano Torcat *

Mayo, 2009

Las *Enfermedades Transmitidas por Alimentos* (ETA) pueden generarse a partir de un alimento o de agua contaminada. Son llamadas así porque el alimento actúa como vehículo de transmisión de organismos dañinos y sustancias tóxicas.

Un brote de ETA se da cuando dos o más personas sufren una enfermedad similar después de ingerir un mismo alimento y los análisis epidemiológicos señalan al alimento como el origen de la enfermedad, que luego es confirmado por el laboratorio.

Las ETA pueden manifestarse a través de:

- *Infecciones transmitidas por alimentos*: son enfermedades que resultan de la ingestión de alimentos que contienen microorganismos perjudiciales vivos. Por ejemplo salmonelosis, hepatitis viral tipo A y toxoplasmosis.
- *Intoxicaciones causadas por alimentos*: ocurren cuando las toxinas o venenos de bacterias o mohos están presentes en el alimento ingerido. Estas toxinas generalmente no poseen olor o sabor y son capaces de causar

* Licenciado en Biología. Especialidad en Tecnología de Alimentos. Magister en Gerencia Educativa y Magister en Educación Superior. Profesor Agregado del Instituto Pedagógico de Miranda "José Manuel Siso Martínez". Coordinador de la línea de investigación en Educación Alimentaria y Nutricional. 2008-2009. Adscrito al Centro de Investigación Juan Manuel Cagigal. email: jmmtorcat@yahoo.es

enfermedades después que el microorganismo es eliminado. Algunas toxinas pueden estar presentes de manera natural en el alimento, como en el caso de ciertos hongos y animales. Ejemplo: el botulismo, intoxicación estafilococia o toxinas producidas por hongos.

- *Toxi-infecciones causadas por alimentos:* es una enfermedad que resulta de la ingestión de alimentos con una cierta cantidad de agentes causantes de enfermedades, los cuales son capaces de producir o liberar toxinas una vez que son ingeridos. Ejemplo: el cólera.

Para las personas sanas, la mayoría de la ETA son enfermedades pasajeras, que sólo duran un par de días y sin ningún tipo de complicaciones. Pero algunas ETA más graves pueden llegar a ser muy severas, dejar secuelas o incluso hasta provocar la muerte en personas susceptibles como son los niños, los ancianos, mujeres embarazadas y las personas enfermas. Razón por la cual debemos conocer las condiciones para la proliferación de las bacterias.

EL DESARROLLO DE LAS BACTERIAS

Las *bacterias* son organismos microscópicos que circulan por el ambiente, incluido en los alimentos, el agua, las personas y los animales.

Sorprende saber que muchas de esas bacterias son inofensivas y que incluso, algunas de ellas son útiles para el desarrollo humano, por ejemplo son necesarias para la elaboración el yogurt y también para algunos tipos de quesos. Sin embargo, un pequeño número de bacterias provocan el deterioro de los alimentos, y algunas, más conocidas como *patógenas*, son las responsables de provocar enfermedades.

Las condiciones para que una bacteria que contamina los alimentos se reproduzca son las siguientes:

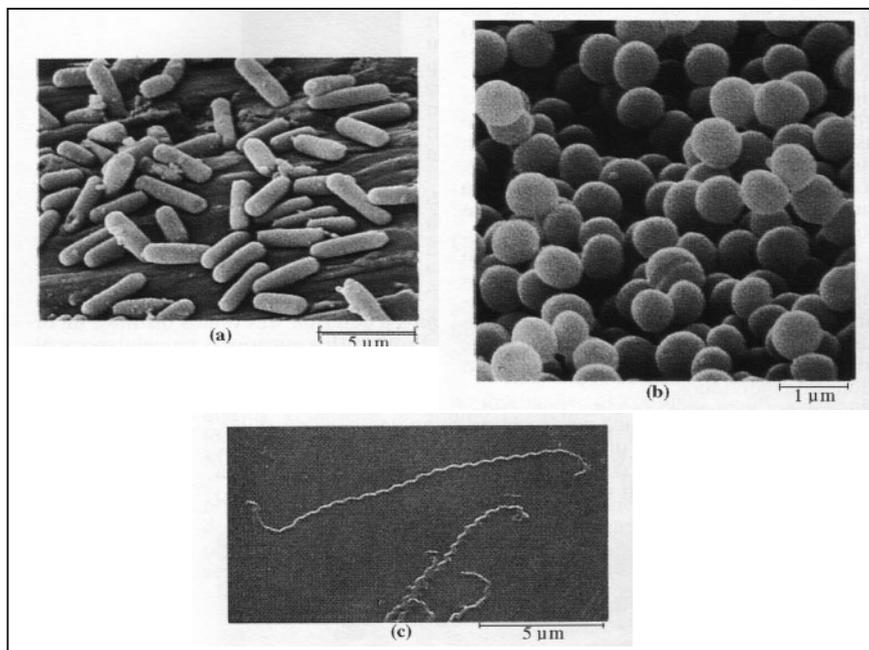


Figura 1. Formas bacterianas: bastones rectos, esferas y bastones largos helicoides. Tomado de Curtis y Barnes (1993, p. 446).

Temperatura del ambiente

La mayoría de las bacterias se multiplica más rápido a los 37° C (la temperatura normal del cuerpo humano), aunque también pueden reproducirse rápidamente entre los 20° C y los 50° C. Para prevenir su crecimiento debemos asegurarnos de que la temperatura de la comida llegue por debajo de los 5° C, durante su conservación en el refrigerador, o por encima de los 65° C, durante su cocción. El rango que va entre las dos temperaturas, es conocido como “*zona peligrosa*” para consumir alimentos.

Tener en cuenta que algunas bacterias son capaces de producir *esporas* (La *espora* es una célula reproductiva asexual o célula en reposo capaz de desarrollar a un organismo nuevo sin fusionarse con otra células en condiciones ideales.), que les permite sobrevivir a condiciones difíciles como pueden ser las altas temperaturas, por

esos debemos evitar la formación de microorganismos en todos los aspectos del proceso que va desde la compra hasta el consumo.

Los alimentos y la humedad

Los *gérmenes*, (recuerda que en unas pocas horas, los *gérmenes* se pueden multiplicar por millones.), prefieren la humedad, y los alimentos de alto contenido proteico, como las carnes, las aves, los pescados y los productos lácteos, Las altas concentraciones de azúcar, sal y ciertos condimentos ayudan a prevenir el crecimiento de *gérmenes*.

El tiempo

Dadas las condiciones del tipo de alimento, la humedad y la temperatura, algunas bacterias pueden dividirse en dos, cada 20 minutos. Si se da el tiempo suficiente, es posible que un pequeño grupo de bacterias se incremente hasta alcanzar un número importante, capaz de provocar una *contaminación alimentaria*. Por esa razón, es esencial que los alimentos de alto riesgo no permanezcan a la temperatura de la zona de peligro, mas que lo necesario.

Las encuestas epidemiológicas realizadas cuando se producen brotes de trastornos alimentarios manifiestan la existencia de factores contribuyentes, quiere decir que junto a la contaminación del alimento por microorganismos patógenos se han dado una serie de circunstancias que han propiciado la multiplicación de esos *gérmenes* hasta niveles suficientes para causar la enfermedad. Probablemente sin ellos la *toxiinfección alimentaria* no hubiera llegado a producirse. Todas estas medidas dirigidas a reducir o eliminar los factores contribuyentes constituyen medidas eficaces para salvaguardar la salud del consumidor.

Factores contribuyentes

A continuación se muestran una serie de factores contribuyentes:

- a) Preparación de alimentos con antelación, por lo menos varias horas.

- b) Mantenimiento de los alimentos elaborados a temperatura ambiente.
- c) Insuficiente temperatura de mantenimiento en caliente.
- d) Enfriamiento lento de los alimentos cocinados.
- e) Insuficiente temperatura de refrigeración.
- f) Recalentamiento inapropiado de los alimentos.
- g) Contaminación cruzada entre productos crudos y alimentos listos para el consumo.
- h) Contaminación proveniente de equipos, manipuladores infectados o contacto con animales y sus excrementos.

A continuación se presentan un conjunto de enfermedades, los principales síntomas, la fuente de contaminación y las medidas preventivas más importantes (Ver cuadro 1).

Las enfermedades alimentarias tal como los accidentes de tránsito, no ocurren, sino que son causados. Las ETA se originan por una sucesión de hechos que podrían haber sido, todos ellos, prevenidos.

Todos los cuidados y precauciones que debemos tomar en nuestra casa, con nuestra alimentación y la de nuestra familia debemos hacerlos extensivos a los alimentos que elaboramos para ofrecer en venta (Ver cuadro 2).

Cuadro 1. Ejemplo de enfermedades bacterianas transmitidas por alimentos

ENFERMEDAD	SÍNTOMAS	FUENTE	ALIMENTOS IMPLICADOS	PREVENCIÓN
<p>Salmonelosis:</p> <p>La Salmonella es el nombre que se da a un grupo de microorganismos patógenos, que producen dos tipos de enfermedades: gastroenteritis y fiebres intestinales como la tifoidea. Las Salmonellas son resistentes a la congelación y a la deshidratación. Son Inhibidas por la acidez y son poco resistentes al calor.</p>	<p>Diarrea, dolor abdominal, vómitos y fiebre. Los primeros síntomas aparecen de 6 a 48 horas después de la ingestión del alimento contaminado. La enfermedad dura generalmente de uno a siete días.</p>	<p>Agua contaminada con desechos fecales, aves, insectos, etc. Es importante la contaminación cruzada: alimentos crudos que contienen Salmonella contaminan por contacto a otros alimentos crudos o cocidos, utensilios de cocina, equipos procesadores, manos de manipuladores, etc.</p>	<p>Cárnicos, aves y sus derivados (especialmente huevos) y lácteos</p> <p>Alimentos elaborados con huevos crudos o poco cocidos (mayonesa casera o tortilla de papas).</p>	<p>Correcta eliminación de excretas</p> <p>Provisión de agua potable.</p> <p>Prevención de acceso de aves, insectos, animales domésticos a las áreas de manipulación de alimentos.</p> <p>Limpieza de utensilios, equipos y las manos de los manipuladores.</p> <p>Prevenir contaminación cruzada. Uso de temperatura de cocción suficientemente alta, especialmente para los huevos y la carne.</p>
<p>Botulismo:</p> <p>Se genera por un microorganismo anaeróbico. Cuando el medio que lo rodea es desfavorable, el microorganismo genera esporas, que son termo resistentes, pero se destruyen con los procesos de esterilización industrial adecuados a los alimentos enlatados.</p>	<p>Problemas de visión, dificultad para el habla y tragar, lengua y laringe seca. Puede causar la muerte por parálisis respiratoria. Período de incubación de 18 a 36 horas. Se destruye por el calor (ebullición).</p>	<p>Conservas preparadas en forma casera y que a veces no alcanza la temperatura suficiente. Es frecuente la formación de gas (latas abombadas) ennegrecimiento y consistencia anormal del producto y olor pútrido.</p>	<p>Conservas enlatadas o en frascos especialmente de alimentos no ácidos (carnes, pescados y hortalizas).</p>	<p>Cuidar que las materias primas no estén contaminadas (limpieza). Evitar la contaminación después del proceso de esterilización. Mantener refrigerados los alimentos conservados, calentarlos a ebullición antes de su consumo.</p>

Continuación Cuadro 1.

ENFERMEDAD	SÍNTOMAS	FUENTE	ALIMENTOS IMPLICADOS	PREVENCIÓN
<p>Gastroenteritis <i>Bacillus cereus</i></p>	<p>Tipo diarreico; infección por multiplicación del microorganismo y producción de toxina en el organismo aparece entre 8 y 16 horas. Intoxicación: por ingerir la toxina a través del alimento) es más rápida aparece entre 1 a 6 horas.</p>	<p>Suelo y vegetación, en forma de espora, que sobreviven a la cocción. Por eso es importante cuidar las condiciones de temperatura y tiempo en que se mantiene al alimento preparado.</p>	<p>Arroz hervido o frito, sopas crema vegetal y fideos.</p>	<p>Cocción y refrigeración de los alimentos peligrosos en pequeñas cantidades. Mantenimiento de la cadena de frío o de conservación en caliente. No almacenar nunca arroz hervido a temperaturas entre 15 y 50° C.</p>
<p>Gastroenteritis <i>Clostridium perfringens</i></p>	<p>Diarrea, dolores abdominales y náuseas. Muy rara vez vómito. No causa fiebre. Período de incubación de 8 a 12 horas.</p>	<p>Suelo, tracto intestinal de animales y hombre</p>	<p>Carne y pollo cocido. Por su amplia distribución es frecuente en muchas marisquerías y pastelerías. Las esporas son muy termoresistentes. Una cocción común no las destruye e incluso activa la germinación de las esporas.</p>	<p>Cocción a fondo; carnes en trozos mayores de 1,5 Kilogramos. Separación de la carne cocida de su líquido de cocción y enfriar rápidamente. Higiene personal, de utensilios y maquinarias. No recalentar los alimentos, salvo que se alcance los 100° C y se sirva de inmediato.</p>
<p>Gastroenteritis <i>Staphylococcus aureus</i></p>	<p>Náuseas, vómitos, diarrea y Dolores abdominales, sin fiebre. Período de incubación de 2 a 6 horas. Causada por la toxina es muy termorresistente.</p>	<p>Personas: nariz, piel, pelo. Su presencia es normal en personas sanas y es difícil de eliminarlo por el lavado. Animales de granja; ubres de ganado vacuno. La mayoría de los brotes son causados por contaminación directa del alimento a través del manipulador.</p>	<p>Queso, manteca, leche y carnes cocidas.</p>	<p>Normas de higiene personal. Manipular con guantes desechables los alimentos vulnerables. Mantenimiento de la cadena de frío.</p>

Continuación Cuadro 1.

ENFERMEDAD	SÍNTOMAS	FUENTE	ALIMENTOS IMPLICADOS	PREVENCIÓN
<p>Gastroenteritis <i>Listeria monocytogenes</i> La <i>Listeria</i> a diferencia de otros microorganismos, puede reproducirse a bajas temperaturas, incluso en la nevera.</p>	<p>Algunas personas pueden presentar síntomas semejantes a una gripe con fiebre persistente y evolucionar para síntomas gastrointestinales. Los síntomas se pueden manifestar de 3 a 21 días. Secuelas: septicemia, meningitis, infección intrauterina en mujeres embarazadas lo cual puede producir el aborto.</p>	<p>Puede aislarse de la tierra y otras fuentes medioambientales, es muy resistente y puede sobrevivir a los efectos del congelamiento, desecación y calentamiento. No forma esporas.</p>	<p>Leche cruda o mal pasteurizada, quesos levemente madurados, helados artesanales, verduras crudas, salchichas fermentadas crudas, pollo crudo y cocido, carnes y pescado crudos.</p>	<p>Cocción adecuada y buenas prácticas de higiene durante el procesamiento del alimento. Prevención de la contaminación cruzada.</p>
<p>Diarrea <i>Escherichia coli</i></p>	<p>Proceso diarreico algunas cepas son responsables del síndrome Urémico Hemolítico (cuadro renal) que lleva a estados comatosos causando la muerte del individuo.</p>	<p>Huésped normal del intestino de las personas y animales.</p>	<p>Carne bovina cruda o molida (hamburguesas), leche cruda, lechuga, jugo de manzana y todo alimento infectado con materia fecal incluso el agua. Su presencia se toma como indicador de contaminación fecal.</p>	<p>Cocimiento correcto de los alimentos y cuidado extremo de las contaminaciones fecales. Mantenerlos refrigerados, lavado de las manos previo a la manipulación, minuciosa higiene de los utensilios, evitar la contaminación cruzada y proteger a los alimentos del contacto con insectos y roedores.</p>

Continuación Cuadro 1.

ENFERMEDAD	SÍNTOMAS	FUENTE	ALIMENTOS IMPLICADOS	PREVENCIÓN
<p>Triquinosis Trichinella spiralis</p> <p>Es una parasitosis, estos parásitos no se multiplican en el alimento y dado su tamaño mayor al de las bacterias, su presencia puede detectarse con mayor facilidad.</p>	<p>Alteraciones intestinales con dolores y diarrea o estreñimiento (fase intestinal). Luego aparece dolor muscular, fiebre, sudoración e insomnio. Puede llegar a complicaciones graves como encefalitis pulmonía, o paro cardíaco causando la muerte.</p>	<p>Consumo de carnes de cerdo cruda o poco cocida (chorizos o jamones) infectada con triquinas.</p>	<p>Carne de cerdo y sus derivados que no hayan pasado por los controles sanitarios adecuados.</p>	<p>No consumir carne de cerdo o sus derivados de dudosa procedencia. No comer carne poco cocida. Un tratamiento térmico a más de 60° C en el centro de la pieza destruye las larvas.</p>

Cuadro 2. Mortalidad General registrada según causa detallada, todas las edades, ambos sexos. 2008. República Bolivariana de Venezuela

Total: Todas las causas de mortalidad	133.651
1. <i>Ciertas enfermedades infecciosas y parasitarias</i> (A00-B99)	5.677a
1.1. Enfermedades infecciosas intestinales (A00-A09)	1.100
1.1.1. Fiebre tifoidea y paratifoidea (A01)	1
1.1.2. Otras infecciones debido a <i>Salmonella</i> (A02)	1
1.1.3. Otras infecciones intestinales bacterianas (<i>Escherichia coli</i> y otras no específicas) (A04)	8
1.1.4. Intoxicación alimentaria debida a <i>Clostridium perfringens</i> (A05)	2
1.1.5. Amebeasis (A06)	77
1.1.6. Diarrea y Gastroenteritis de presunto origen infeccioso (A09)	1.011
1.2. Ciertas zoonosis bacteriana (<i>Brucelosis</i> y <i>Leptospirosis</i>) (A20-A28)	20
1.3. Otras enfermedades debido a espiroquetas (A65-A69)	1
1.4. Helmintiasis (<i>Cisticercosis</i> , <i>Anquilostomiasis</i> , <i>Necatoriasis</i> y <i>Ascariasis</i>) (B65-B83)	50
1.4.1 Parasitosis intestinal sin otra especificación (B82)	19
1.5. Secuelas de enfermedades infecciosas y parasitarias B90-B94)	71

(a) Se destacan las causas de mortalidad primordialmente por Toxi-infecciones por alimentos. Anuario de Mortalidad (2008), República Bolivariana de Venezuela. Ministerio del Poder Popular para la Salud

Cuadro 3. Veinticinco principales causas de Muerte Diagnosticada. Ministerio del Poder Popular para la Salud (2008).

Nº	Causa de Muerte	Diagnosticada	% ⁽¹⁾
1	Enfermedades del corazón	27.542	20,61%
2	Cáncer	19.796	14,81%
3	Suicidios y Homicidios	11.357	8,54%
4	Accidentes de todo tipo	10.885	8,19%
5	Enfermedades cerebro vasculares	10.007	7,49%
6	Diabetes	8.387	6,28%
7	Ciertas afecciones originadas en el periodo perinatal	5.027	3,76%
8	Enfermedades crónicas de las vías respiratorias	3.585	2,68%
9	Influencia y Neumonía	3.136	2,35%
10	Enfermedades del hígado (Cirrosis-fibrosis y enf, alcohólicas)	2.869	2,15%
11	Anomalías Congénitas	2.158	1,61%
12	Nefritis y Nefrosis	1.923	1,44%
13	Tumores benignos y de comportamiento incierto	1.714	1,28%
14	Otra enfermedades hipertensivas	1.637	1,22%
15	Enfermedades por Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH)	1.632	1,22%

Continuación Cuadro 3

Nº	Causa de Muerte	Diagnosticada	% ⁽¹⁾
16	Enfermedades infecciosas intestinales	1.100	0,82%
17	Otras septicemias	918	0,69%
18	Enfermedades debido a protozoarios (tripanosomas, toxoplasmosis y leishmaniasis)	782	0,59%
19	Tuberculosis	660	0,49%
20	Enfermedades del esófago, del estómago y del duodeno (gastritis, duodenitis)	585	0,44%
21	Deficiencias de Nutrición	570	0,43%
22	Infección aguda no específica de las vías respiratorias inferiores	498	0,37%
23	Trastornos de la vesícula biliar y de las vías biliares del páncreas	495	0,37%
24	Trastornos episódicos y paroxísticos	446	0,33%
25	Íleo paralíticos y obstrucción intestinal	428	0,32%
TOTAL de las veinticinco primera causas		118.137	88,48%

(1) Porcentaje sobre la mortalidad diagnosticada por médico tratante o forense. Anuario de Mortalidad (2008), República Bolivariana de Venezuela. Ministerio del Poder Popular para la Salud.

REFERENCIAS

- Curtis, H. y Barnes, N. (1993). *Biología*. Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana.
- INN. (2002). *Manipulación higiénica de alimentos*. Serie Nutrición Comunitaria. Dirección Técnica. División de Educación Modulo 5. Caracas: Autor.
- Ministerio del Poder Popular para la Salud. (2009). *Anuario de Mortalidad 2008*. Gobierno de la República Bolivariana de Venezuela. Dirección General de Epidemiología, Dirección de Información y Estadísticas de Salud.
- USDA. (s/f). Tiempo de conservación de productos de consumo. Servicio de Inocuidad e inspección de los Alimentos. Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. Documento en línea. Disponible: http://www.fsis.usda.gov/oa/pubs/facts_basicos.htm. [Consulta: 2006, Diciembre 1]

Alcance de la educación nutricional y alimentaria en los contenidos de los programas en la I y II etapa de educación básica de 1997

Albino José Rojas Piñango*

Mayo, 2009

A MODO DE INTRODUCCIÓN

Existen muchos aspectos de la vida del ser humano que requieren de ciertos conocimientos para poder afrontarlos satisfactoriamente, la alimentación es uno de ellos. No se trata simplemente de comer por comer, se necesita estar consciente de cuáles son realmente las necesidades específicas que deben ser satisfechas a través del acto alimenticio. Según Machado (2007) “existen grandes diferencias entre lo que un ser humano necesita desde el punto de vista nutricional, lo que desea como alimento y aquello que puede adquirir” (p.16). Esta realidad plantea que el individuo posea un cierto nivel de información que le permita, con lo que tiene a su alcance, tomar la decisión que más le convenga.

Es allí donde la educación pasa a cumplir un papel determinante en cuanto a suministrar a la persona aquellos elementos que le permitan tener una noción ajustada de lo que necesita para mejorar su calidad de vida. Buena parte de esta formación debe ser promocionada desde la escuela. Para lo cual, los programas de las áreas que integran el currículo deben incluir los contenidos que permitan lograr este propósito.

* Profesor en Biología y Ciencias Generales. Magister en Educación Ambiental. Profesor Agregado adscrito al Dpto. de Ciencias Naturales y Matemática de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador en el Instituto Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez”. Coordinador del Centro de Investigación “Juan Manuel Cagigal”. Correo electrónico: arojas_5@hotmail.com

Este requerimiento se ha visto favorecido con el auge que, en Venezuela a partir de 1987, ha tenido la educación nutricional como ciencia, fecha en la que se publica la primera edición del libro “*Nuestros alimentos, ayer, hoy y mañana*” de Jaffé” (2002). En esta línea de estudio se unió el trabajo incansable de personas e instituciones comprometidas con el tema. Entre estos destacados pioneros figuran nutricionistas, médicos y profesionales como: José María Bengoa, Werner Jaffé, Vélez Boza, Eleazar Lara Pantín, Diana Bello de Barboza, Dalia Díez de Tancredi, Paulina Dehollain, Myriam Costabella, Maritza Landaeta de Jiménez y Mercedes López de Blanco, entre otros.

En este sentido, puede decirse que la publicación de las Guías de Alimentación para Venezuela (1995) marcó un hito que cristalizó el esfuerzo de buena parte de los autores e instituciones anteriormente nombrados. Ya que con ellas, se estableció lo que representa el deber ser en materia de nutrición para el país y sirvió de base para la publicación de una serie de documentos y textos para ser utilizados en los niveles de Preescolar, Educación Básica, tanto en el medio urbano como en el medio rural.

¿EDUCACIÓN NUTRICIONAL O ALIMENTARIA?

Tradicionalmente, los nutricionistas le confieren mayor pertinencia a hablar de Educación Nutricional. Esto se debe a la gran cantidad de información expuesta y al amplio apoyo teórico, experimental, documental y divulgativo que ha tenido la nutrición como ciencia y como proceso. En este contexto resultaría más apropiada la denominación de Educación Nutricional.

Por su parte, existen autores que le confieren mayor pertinencia a lo alimentario, entre ellos: Salas (2003), Marcano (2007), De La Cruz (2008), lo hacen con base en un enfoque holístico de lo que implica el proveerse de alimentos para la dieta diaria y el sustento. En tal sentido, consideran la intervención aspectos culturales, sociales, económicos, antropológicos, etnográficos y espirituales.

De La Cruz (2006), en el marco de la línea de investigación de Educación Alimentaria y Nutricional, realizó un estudio diagnóstico en el Instituto Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez”, adscrito a la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL) tomando como base una población de 124 estudiantes de sexo femenino, de los cuales 68 son de la especialidad de Educación Preescolar y 54 de Educación Integral, con una edad comprendida entre $26,1 \pm 3,1$ años. El autor concluye que la Educación Alimentaria y Nutricional es una vía posible para lograr cambios positivos en las conductas detectadas en su investigación.

Con base en este diagnóstico De la Cruz (2006) presenta la propuesta de la Educación Alimentaria y Nutricional, como un curso dirigido a las especialidades de Educación Inicial e Integral; en el cual se aborden los siguientes tópicos: Aspectos biológicos y fisiológicos de la nutrición, Dietética y nutrición, Tecnología y conservación de alimentos, Antropología y cultura nutricional, y Psicología alimentaria.

En este curso las estrategias didácticas estarían basadas en la utilización de técnicas creativas en educación alimentaria, tales como: mapas mentales, método 635, tormenta de ideas, relaciones forzadas, listado de atributos, heuridrama, seis sombreros para pensar, analogías, visualización, adivinanzas, entre otros..

Los contenidos específicos que podrían tratarse utilizando estas estrategias podrían ser: Hábitos alimentarios, Obesidad Infantil, Los Medios de Comunicación, Consumo de Frutas/Hortalizas, Las Chucherías, La Cantina Escolar, Elaboración de comida, Cultura Alimentaria, Alimento y Salud, Las Ventas Ambulantes, Enfermedades Alimentarias, Requerimientos nutricionales, Historia de la Alimentación, Calendarios Productivos, Comportamiento en la mesa, Experiencias científicas, Transición alimentaria, Manipulación de Alimentos..

Esta propuesta que formula De La Cruz (2006) aborda casi en su totalidad los aspectos planteados en la Guías de Alimentación para Venezuela, sólo haría falta incluir para completarla contenidos referidos a Lactancia Materna, presupuesto familiar, compra de alimentos, valoración del consumo de agua y la exclusión de las bebidas alcohólicas como elementos de una dieta.

En otros casos, también pueden influir los hábitos o las costumbres propias de un lugar, según las cuales se consuman ciertos alimentos de una manera que atente contra la salud al no ser cocidos lo suficiente o porque deban ser consumidos crudos o sin lavar.

En la actualidad existe un alto consumo de comida rápida, que se expende en lugares que no guardan las condiciones sanitarias mínimas que garantizan su inocuidad para quien la consume. En este sentido, la Educación Nutricional y Alimentaria es mucho lo que podría hacer al lograr que los usuarios de estos servicios se den cuenta de los peligros que acarrearán para su salud.

Como puede verse el aspecto alimentario tiene todo un cuerpo teórico y práctico que lo sustenta, y un grupo de investigadores que lo apoyan. Razón por la cual se constituye en un enfoque de suma importancia que no puede dejarse de lado cuando se abordan aspectos relacionados con la nutrición. Es por ello, que resulta válido y apropiado utilizar la denominación de Educación Nutricional y Alimentaria, la cual se considera la más conveniente.

ANÁLISIS DE LOS CONTENIDOS DE LOS PROGRAMAS EN LA I Y II ETAPA DE EDUCACIÓN BÁSICA (1997) EN FUNCIÓN DE LA PROMOCIÓN DE UNA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN SALUDABLES

La proyección del alcance de los contenidos en alimentación y nutrición fue dejada en evidencia por Bello, Diez, Costabella y Dehollain (1991) cuando revisaron los Programas y Manuales de Educación Básica vigentes desde 1985. Ahora bien, es el propósito del presente trabajo extender esta revisión a los programas que se diseñaron para ser utilizados a partir de la reforma curricular realizada en el año 1997.

Las autoras citadas realizaron la revisión de la enseñanza de la nutrición y alimentación en Educación Básica en función a las Metas y Guías de Alimentación y pudieron constatar que en los programas de Educación Básica existían 127 objetivos relacionados con estos tópicos. De igual forma deja-

ron en evidencia que las asignaturas en las que mayormente se incluían estos objetivos eran: Estudios de la Naturaleza, Educación para la Salud, Ciencias Biológicas, Educación Familiar y Ciudadana, Geografía de Venezuela y Educación para el Trabajo.

Hasta la fecha (2008), no se ha establecido, si a partir de la reforma de 1997, en los programas de las diferentes áreas académicas de la Primera y Segunda Etapa de Educación Básica se incorporaron contenidos relacionados con alimentación y nutrición en función de las recomendaciones derivadas de las Guías de Alimentación para Venezuela; tal como se hizo con los programas de 1985.

Con relación a las estrategias propiamente dichas la Fundación CA-VENDES (1999) sugiere: Para el Nivel de Educación Preescolar: Reconocer el color de ciertos alimentos, elaborar croquis de frutas y rellenar con colores, establecer diferencias de tamaño entre frutas; elaborar recetas simples de alimentos y cuentos, realizar representaciones teatrales.

Para los grados 1º, 2º y 3º Educación Básica, se recomienda trabajar con un diario escolar, que incluya mensajes didácticos sobre el tema nutricional; realizar lectura oral y silenciosa con contenidos de nutrición, elaboración de un álbum; organizar charlas, carteleras, volantes con contenidos nutricionales; crear la hora semanal de nutrición; la elaboración de una comiquita.

En los grados 4º, 5º y 6º de Educación Básica, se puede planificar el trabajo interdisciplinario, si se trabaja en el área de Ciencias Naturales y Tecnología, se extraen frases sobre nutrición que pueden utilizarse en Lengua, al tiempo que se incluye el mensaje social involucrado.

Estas recomendaciones fueron ignoradas y no se tomarán en consideración para ser incluidas en los programas de Educación Básica, vigentes desde 1997. Razón por la cual resulta pertinente realizar un análisis exhaustivo de los mismos a fin de determinar el alcance alimentario y nutricional que tienen los contenidos que se plantean en cada área, con la finalidad de sentar un punto de referencia en el que se formulen nuevas orientaciones con la intención de que sean incorporadas por los entes responsables del currículo de esta etapa.

En la Primera Etapa las áreas académicas son cinco y en cada una de ellas aparecen bien delimitados los bloques de contenido que la integran. Resalta el hecho que en el área de Ciencias de la Naturaleza y Tecnología el cuarto bloque esté orientado hacia los alimentos. Esto evidencia que en estos programas a este tema se le confiere importancia.

En la Segunda Etapa se incorpora el Eje Transversal Ambiente, ya que se considera que es importante que el alumno conozca la dinámica del ambiente y su problemática, donde destacan cuatro dimensiones: dinámica del ambiente, participación ciudadana, valores ambientales y promoción de la salud integral.

Con relación a la dimensión de salud integral, se hace referencia a que es importante que el estudiante conozca y aprecie su cuerpo, comprenda su funcionamiento, sus potencialidades y limitaciones para desarrollar y afianzar sus hábitos cotidianos. De allí la conveniencia que conozca las normas básicas para la salud, que incluyen, entre otras cosas, alimentación, cuidado corporal e higiene.

En esta etapa, en el área de Ciencias Naturales y Tecnología se elimina el bloque de contenido relacionado con los alimentos y se incluye el de Salud Integral, que, en cierta forma abarca aspectos relacionados con el tema.

En función del alcance previsto, este estudio se realizó en tres etapas:

1. Análisis de contenidos de la presencia de elementos relacionados con la Educación Nutricional o Alimentaria en los Programas de la I y II Etapa de Educación Básica, vigentes desde 1997, y
2. Triangulación entre la opinión de los expertos consultados, la presencia de los contenidos de nutrición y alimentación detectado en los programas estudiados y la información teórica documentada por los autores que han escrito sobre el tema para analizar el alcance de la Educación Nutricional o Alimentaria en la formación del estudiante de los niveles educativos involucrados en la investigación.

HALLAZGOS

Se analizaron los contenidos de los objetivos presentes en las seis áreas del pensum de la I y II Etapa para establecer en cuáles se hallaban implícitos aspectos relacionados con la nutrición y alimentación. Estos aspectos fueron tipificados en función de las siguientes categorías: (1) Alimentación y nutrición; (2) Normas y hábitos de higiene; (3) Economía del hogar; (4) Producción y disponibilidad de alimentos y (5) Preparación y conservación de alimentos.

En el Área de Lengua se encontraron cuatro contenidos que podrían estar relacionados de una manera indirecta. Estos son: satisfacción de necesidades, interpretación de recetas o etiquetas en envases, campañas sociales de salud y clasificación de plantas y animales. Ellos no aluden al tema, dependerá de la asertividad del docente hacerlo.

Esto refleja un alcance limitado y una distribución desigual de los contenidos en el Área de Lengua para cumplir con la promoción de hábitos saludables en función de las recomendaciones de las Guías de Alimentación para Venezuela. Conviene resaltar que para 3° grado sólo se incluye un contenido; el que plantea la interpretación de recetas en los envases.

Igual situación se presenta en el Área de Matemáticas, ya que sólo se detectaron cuatro contenidos relacionados con nutrición y alimentación para los grados de la I Etapa. Estos son: compra y venta de alimentos, noción de fracción en alimentos, medidas de capacidad en la vida diaria y medidas de peso en la vida diaria. En 1° y 2° grado sólo se aborda el primero de estos contenidos y en 3° grado los 3 restantes.

En el área de Ciencias Naturales y Tecnología es donde se presenta la mayor cantidad de contenidos relacionados con nutrición y alimentación. Debe recordarse que en esta asignatura existe un bloque de contenidos dedicado especialmente a los alimentos, con 36 contenidos en total.

Estos contenidos se presentan en progresión gradual de dificultad, adecuada al nivel de comprensión de los niños y niñas. Puede decirse que en ellos

se cumplen las recomendaciones de las Guías de Alimentación para Venezuela. González (2008), en su condición de Coordinador y coautor, manifestó que en el diseño de los programas de estas áreas intervino un equipo interdisciplinario comprometido con la promoción de una adecuada nutrición en la población.

Con relación al Área de Ciencias Sociales, puede decirse que ocupa el segundo lugar en cuanto a la frecuencia de contenidos relacionados con nutrición y alimentación (10 en total). No obstante, estos aspectos, al igual que ocurre en las áreas de Lenguaje y Matemáticas, constituyen aproximaciones indirectas al tema. Su éxito como promotores en la formación de hábitos saludables dependerá del compromiso del docente con el tema.

Uno de los aspectos que destaca entre los contenidos presentes en esta área es el elemento cultural, el cual puede ser utilizado como un elemento integrador de la identidad regional y nacional del educando. De La Cruz (2008) señala como la alimentación está influida por la cultura y el ambiente. En este sentido es pertinente la presencia de estos contenidos en el área, con el requerimiento de que el docente le de una justa orientación.

En las Áreas de Educación Estética y Educación Física no se detectó la presencia de contenidos relacionados con nutrición y alimentación. Esto refleja una debilidad importante, que evidencia falta de congruencia y coherencia en la transversalidad que debe darse entre los tres grados de la I Etapa.

En función al enfoque holístico de la nutrición, los contenidos relacionados con el tema deben estar presentes en todas las áreas del saber, ya que, para promover una formación integral en el educando los docentes planifican su acción pedagógica en función de Proyectos Pedagógicos de Aula. Para ello deben cumplirse los interdisciplinariedad y transdisciplinariedad entre todas las asignaturas del pensum.

La situación de la II Etapa es bastante similar a lo reportado para la I Etapa. En el Área de Lenguaje se presentan cinco contenidos relacionados con el tema: satisfacción de necesidades, interpretación de recetas y etique-

tas en envases, campañas sociales de salud, derechos del niño y símbolos y señales en envases de comida. Distribuidos de una forma desigual y no proporcional. Por ejemplo, en 6° grado, donde el nivel de desarrollo cognitivo es mayor, sólo un contenido de esta área alude a la nutrición y alimentación. Aquel relacionado con las campañas sociales de salud.

Este contenido no alude en forma directa al tema en estudio. Sin embargo, un docente formado en el área podría orientarlo adecuadamente. Esto refuerza la idea, según la cual, la intencionalidad es determinante para el logro de la promoción de contenidos de nutrición y alimentación.

Igual situación se presenta en el Área de Matemáticas. En ella sólo seis contenidos en los tres grados de la II Etapa se relacionan con la nutrición y alimentación. Con la salvedad de que tal relación no es directa y depende de que el docente establezca la correlación. El abordaje de temas como las medidas de capacidad, peso, problemas de adicción y sustracción con situaciones cotidianas, graficación y operaciones con decimales, exigen del docente un compromiso auténtico con el tema.

El Área de Ciencias Naturales y Tecnología, es la que concentra mayor frecuencia de contenidos relacionados con la nutrición y alimentación (42 en total). La diversidad de aspectos que son abordados en esta etapa incluyen las recomendaciones de las 12 Guías de Alimentación para Venezuela.

Sin embargo, de estos 42 contenidos, 34 se concentran entre 4° y 5° grados y sólo 8 se incluyen en 6° grado. Nuevamente, se evidencia una distribución desigual y no proporcional de estos temas en los grados de la II Etapa. Conviene acotar que en los programas de esta área desaparece el bloque de contenidos sobre los alimentos. No obstante, el equipo interdisciplinario que los diseñó reafirma su compromiso con su promoción.

El Área de Ciencias Sociales, al igual que se evidenció en los programas de la I Etapa, ocupa el segundo lugar en frecuencia de contenidos relacionados con nutrición y alimentación: 25 en total. En este caso la distribución se aprecia uniforme en mayor medida que las anteriores.

El balance con relación a los contenidos de las Guías de Alimentación para Venezuela presentes en los programas de Ciencias Sociales para la II Etapa es favorable y promueve el enfoque holístico de la nutrición y alimentación.

En el área de Educación Estética para la II Etapa se incluyen tres contenidos que podrían relacionarse con tópicos de la nutrición y alimentación. Los mismos se aparecen en 5° y 6° grado; ninguno en 3°. La presencia de imágenes que promueven la salud, patrimonio artístico y cultural y el estudio de avisos y etiquetas podrían ser incluidos al realizar la planificación de Proyectos de Aula.

La presencia de tres contenidos de nutrición y alimentación en los programas de esta área evidencia una baja frecuencia. Esto corrobora la apreciación general de su distribución desigual y no proporcional.

De igual forma, en el Área de Educación Física, se incluyen cinco contenidos relacionados con nutrición y alimentación. Resulta conveniente que en esta asignatura se incluyan tópicos como: hábitos de vida saludable y alimenticios, alimentación, alimentación y estado nutricional, alimentación y actividad física y valor nutricional. De esta forma se contribuye a la formación integral del niño (a).

CONCLUSIONES

En líneas generales, puede decirse que se contabilizaron 577 contenidos relacionados con nutrición y alimentación del total de 7.963 objetivos que se hallan presentes en los programas de la I y II Etapa de Educación Básica. Ahora bien, para complementar este análisis es conveniente agrupar los contenidos en función de las categorías a las cuales pertenecen.

Como puede verse la cantidad de contenidos relacionados con alimentación y nutrición en las programas de la I y II Etapa es mucho mayor que la reportada por Bello *et al.* (1991) que fue de 127 contenidos. En esta oportunidad se aprecia que el número asciende a 577 contenidos.

En los programas de los seis grados analizados se contabilizaron 7.963 contenidos. La proporción de contenidos relacionados con alimentación y nutrición detectados en el estudio, representa un 7,24% del total. Esta situación resulta favorable y beneficiosa, toda vez que se deja clara la presencia de este tipo de contenidos en los programas con los que se trabaja en la I y II Etapa y a la importancia que le dieron a esta materia los diseñadores de ese currículo.

Con relación a las categorías de los contenidos detectados el 57,19% corresponde al número 1, referido a alimentación y nutrición, que representa la mayor cantidad de información y datos de interés sobre la temática nutricional propiamente dicha, la mayoría de los mismos se encuentran en el Área de Ciencias Naturales y Tecnología. La categoría 4, referida a producción y disponibilidad de alimentos, se ubica en el segundo lugar en la distribución de frecuencia, representado por un 16,29% del total general, buena parte de ellos en el Área de Ciencias Sociales.

La categoría 3, referida a economía del hogar se presenta en un 14,73%, mientras que la 2, correspondiente a las Normas y Hábitos de higiene, lo hace en un 9,71% y la categoría 5 de la preparación y conservación de los alimentos, se halla presente en un 2,01%.

De acuerdo a lo anterior, llama la atención que la categoría orientada hacia las Normas y Hábitos de higiene no tuviera una representación mayor, ya que se sabe que la población estudiantil que atiende el nivel estudiado, oscila entre los 7 y 12 años y es en este período en el que debe continuarse el refuerzo de hábitos iniciado en la Educación Preescolar y los que reciben en su hogar. Considerando que en muchas familias estos elementos no se tratan con la frecuencia esperada para lograr establecer hábitos, orientados a promover la salud en todas las dimensiones del ser.

Se aprecia que la mayor cantidad de contenidos relacionados con la alimentación y nutrición se concentran en el Área de Ciencias Naturales y Matemáticas, mientras que en las otras áreas la frecuencia es muy baja.

La desigualdad en esta distribución no significa que no se cumpla con la transversalidad. En este sentido, González (2008) comenta que “la transver-

salidad es una acción curricular que se hace operativa sólo cuando los contenidos de pertinencia lo hacen importante o útil para el tema”. Es el docente al momento de planificar los proyectos de aula que debe implementarla.

Como puede observarse, es el Área de Ciencias Naturales y Tecnología la que concentra poco más del 50% del total de contenidos detectados. Conviene recordar que en esta área, en los programas de 1° a 3° grado, se presenta el cuarto bloque denominado Alimentos, en el cual se aborda esta temática en particular. A partir de 4° grado hasta el 6°, los contenidos relacionados con los alimentos se incluyen en el bloque denominado Seres Vivos.

Lo anterior deja clara la preocupación por la temática nutricional y alimentaria que tuvo el equipo técnico que participó en el diseño de esos programas en las Áreas de Ciencias Naturales y Tecnología y Ciencias Sociales. Esto definitivamente constituye una fortaleza digna de apreciar y valorar, toda vez que va en correspondencia con las directrices emanadas del ente oficial, como lo es el INN y las demás organizaciones e instituciones señaladas en el marco referencial.

REFERENCIAS

- Bello, D., Diez, D., Costabella, M., Dehollain, P. (1991). Enseñanza de la alimentación y nutrición en educación básica. Relación con metas y guías de alimentación. *An. Venez. Nutr.* 4, 17-23.
- De La Cruz, E. (2006). Programa de Educación Alimentaria en la formación docente del estudiante UPEL-IPMJM Siso Martínez. *Sapiens*, 7(1), 29-41.
- De La Cruz, E. (2008 Mayo). *La Educación Alimentaria en la formación y el ejercicio docente ante los cambios educativos*. Ponencia en el II Foro Interdisciplinario de Educación Alimentaria. UPEL-IPMJMSM.
- Fundación CAVENDES. (1999). *Nutrición. Base del desarrollo. VIII: Educación en Nutrición*. Caracas: Ediciones CAVENDES.

- González, H. (2008). La promoción de la salud omnidimensional integral del ser humano. *La Ciencia. Boletín multidisciplinario*, 17, 149-177.
- Jaffé, W. (2002). *Nuestros alimentos, ayer, hoy y mañana*. Caracas: Editorial Texto.
- Machado-Allison, C. (2007). La cultura burocrática se centra en el control del precio y no en la calidad del producto. *El Universal*. 18/02/2008. Disponible: http://www.consecomercio.org.ve/index.php?option=com_content&task=view&id=28989 [Consulta: 2009, Enero 19]
- Marcano, J. (2007 Abril). *Organismos índices de contaminación fecal*. Ponencia Presentada en el II Foro Interdisciplinario de Educación Alimentaria, Caracas.
- Salas, L. (2003). *Educación alimentaria*. México: Trillas

Alimentación y especie humana en la cocina venezolana

Yván Pineda*

Mayo, 2009

LA HOMINIZACIÓN...

EL PROCESO DE CONVERTIRSE EN “HOMO SAPIENS”

Son muchos los caminos recorridos para escalar la cuesta histórica que vio transformar a un grupo de homínidos en una nueva especie. Ese camino hacia la humanidad les había llevado a explorar una serie de recursos que le sirvieran para garantizar la subsistencia con recursos precarios en un medio hostil, caracterizado por una gran transformación, de la cual, él formaba parte.

Así, el hasta entonces animal, desprovisto de menos *recursos adaptativos* que otras especies animales del entorno, las cuales contaban con espesas pieles para defenderse del frío; garras y colmillos para desgarrar y devorar sus fieras; cuatro extremidades para correr a grandes velocidades, comenzó una gran transformación que marcaría su devenir hasta el presente.

En tal transformación, la posición erguida, el desarrollo del lenguaje, la producción de signos y símbolos para representarse y la organización social, marcaron la pauta para el desarrollo de su mejor recurso para la adaptación selectiva: *el cerebro*.

* Antropólogo de la Universidad Central de Venezuela (1989). Especialista en Folklorología UCV-FUNDEF (1990). Doctor en Educación, UPEL. Profesor del Instituto Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez”. Coordinador Nacional del Programa de Extensión Sociocultural UPEL. Consultor Asistente y Consultor en Planificación del Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo. Consultor de la Dirección de Artesanías del Consejo Nacional de la Cultura. Museólogo III del Consejo Nacional de la Cultura. Investigador en el área de Cultura Popular. email. yvanpineda@gmail.com

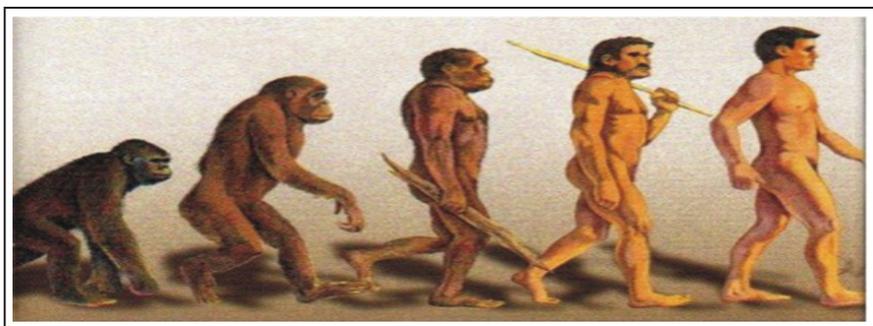


Figura 1. Proceso de Hominización, Tomado de: Washburn (1979), La evolución de la especie humana, *Evolución*, p.130

Tal desarrollo le permitió proyectar su brazo en el espacio a más velocidad que sus presas, así la lanza le serviría como una proyección de sus extremidades, para la falta de garras y colmillos, inventó los cuchillos de piedra y obsidiana, con la piel de las presas se procuró un abrigo para protegerse como una alternativa frente a la orfandad de pieles en su propio cuerpo.

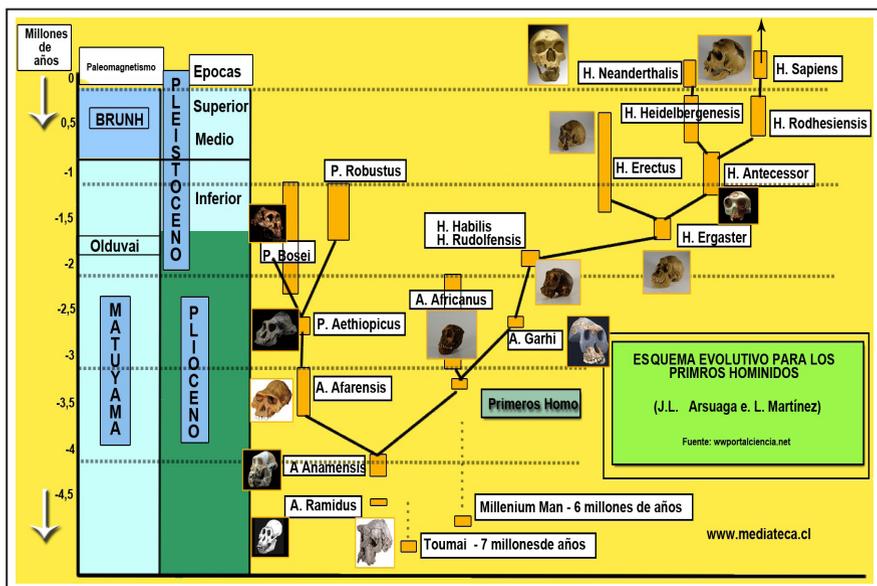


Figura 2. Esquema evolutivo de los Primeros Homínidos. Tomado de Arsuaga y Martínez. (perso.wanadoo.es/s915983000/arbolhominidos.html).

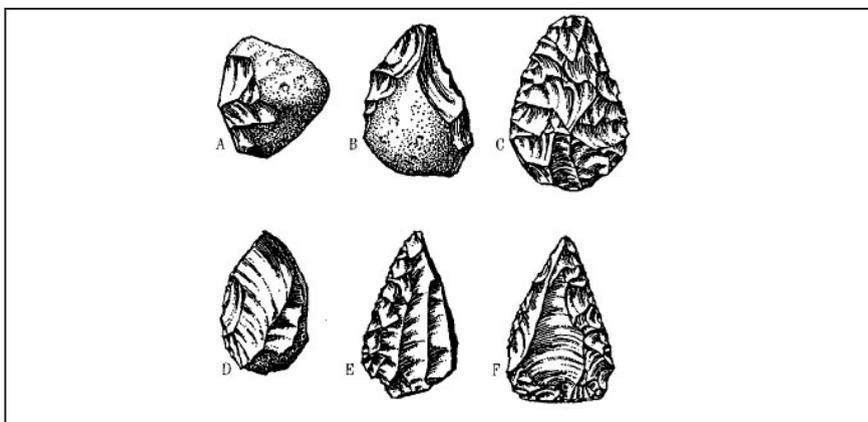


Figura 3. Herramientas prehistóricas, Lovera, J.R. (2006) *Gastronómicas*, Fundación Bigot p.22

Como complemento de tales cambios en su concepción del cuerpo, se reunió para fortalecerse ante los depredadores, en cuevas para darse calor y proteger las crías, y poco a poco de acuerdo con su contexto fue diseñando formas arquitectónicas y artísticas, que hablaran de sí y de su manera de entender el medio natural y social.

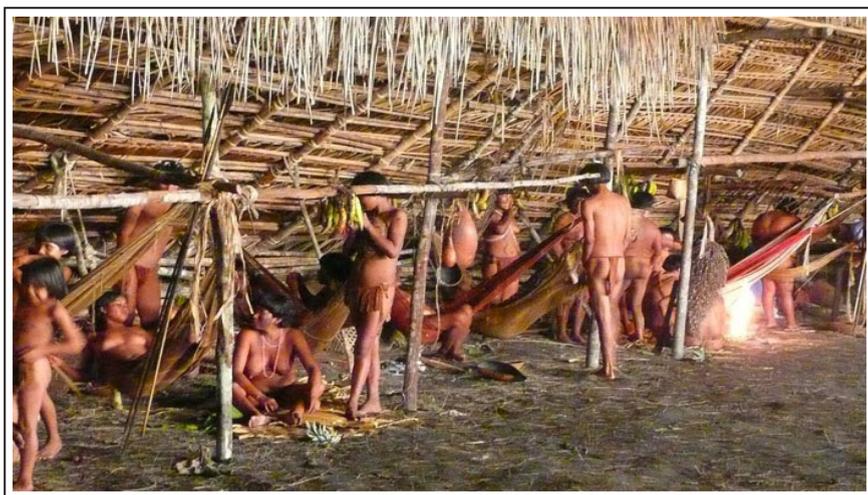


Figura 4. Salvat. (1981). *Sociedades, pueblos y culturas*, p. 33

Ahora reunido en grupos, bandas, clanes, hordas, familias, esto es, cualquier tipo de organización social, comenzó a organizar de una manera diferente la forma de alimentarse y de garantizar sustento para los pertenecientes al grupo social conformado.

En esta noche de los tiempos, en la ruta del ascenso, en la oscuridad de esos cambios, brotó una chispa de luz y la especie humana domesticó el *fuego*, y con él, pudo transformar los alimentos para conservarlos en el tiempo y en mayor cantidad, para garantizar así la nutrición de toda la organización. Al depender menos del seguimiento de la ruta y ciclo de vida de los animales, de los cuales hoy todavía algunos grupos humanos dependen, algunos grupos decidieron establecerse y en el *Neolítico* se vivió una gran transformación llamada la *revolución por los cambios significativos* desarrollaron: la rueda, la agricultura, la domesticación del fuego, la metalurgia, y en especial la “alquimia” de la cocina, lo cual representó un eje de transformación sin precedentes, ni comparación en la historia de la especie humana.

LA COCINA ¿UN BUEN INVENTO?

Uno de los principales ejes de transformación de la especie humana, es el *invento de la cocina*, entendida ésta como, el conjunto de procedimientos de orden cultural que estructuran los patrones alimentarios, los productos comestibles o no, la frecuencia de incorporación a la dieta y las maneras de preparar las comidas, así como el orden y volumen de éstas.

De hecho, la *culinaria* es un importante invento único de la especie humana, la conjugación de formas entendidas como el diseño de los menús y su estructura interna o composición por grupos de carbohidratos, proteínas y verduras; el orden de distribución en el tiempo, desayunos, puntales, almuerzos, meriendas y cenas, entre otros; las formas de adecuación cortes, rallado, cocido, ahumado, salado, congelado, deshidratado, rehidratado, pertenecen al arsenal gastronómico de la especie, y expresado como especificidad cultural en cada grupo.

Por ello, cocinar, servir la comida en determinados envases, platos, escudillas, vasos, tazas, hojas; adornar la mesa, poner o no cubiertos, ohashis o “palitos chinos o japoneses”; utilizar manteles, individuales, servilletas; lavarse o no las manos, representan formas culturales que se corresponden con los distintos grupos humanos y su representación del mundo, así como con las formas de adaptación al medio natural y social.

De hecho pareciera que hay una gran vinculación de alimentación y estética, con las maneras de mesa, etiqueta y con la selección de algunos utensilios y objetos decorativos de mesa, ya que como lo señalan Sanoja y Vargas (2002):

Cada sociedad tiene una estética para realizarse, para elaborar sus cosas materiales. La expresión estética de un objeto de procedencia desconocida puede servir para su identificación, asignándolo a un período y a una sociedad particular. La estética se refiere al modo y la manera como se piensan, se diseñan y manufacturan los objetos, al estilo de concebirlos. Las cualidades estéticas de una creación refieren no solamente en las Bellas Artes, sino a todos los campos de la creación humana. El modo y la manera de preparar las comidas, tiene que ver con la búsqueda de sensaciones táctiles, gustativas y olfativas, que determinan el que un alimento esté de acuerdo con la estética y con el estilo que esté en boga en una determinada sociedad dentro de una coyuntura socio-histórica específica. (p. 753)

La perspectiva, incluye la utilización de distintos *sabroseadores* tales como la sal, los aliños, las especies delimitan conceptos culturales como la *sazón* y en algunos casos definen a los grupos nacionales o macronacionales, encontramos así la definición de un conjunto de rasgos alimenticios conocidos como: *cocina venezolana*, italiana, árabe, mediterránea, latinoamericana, clasificaciones que definen los perfiles de adecuación de los grupos sociales a su contexto natural, histórico y cultural.

Junto a las formas de adecuación y preservación de los alimentos para el consumo humano surge, gracias al carácter gregario de la especie humana, una serie de ritos vinculados a la ingesta de alimentos, las llamadas *formas de mesa*, que varían de acuerdo con los grupos y sus hábitos. De tal reunión alrededor del fuego para contar sus historias diarias, mitos, recordar los antepasados y compartir sus miedos de lo conocido, frente a la hoguera, nació “*el hogar*”, y con él, la vida “familiar” al calor de la cocina.

Así, al conocer una comida conoceremos al grupo que se representa a partir de los *diseños gastronómicos*, generalmente relacionados con el contexto geográfico, recursos disponibles; cambios climáticos, estaciones secas y lluviosas, las cuatro estaciones; altitud y latitud, recursos hídricos; historia y origen de los grupos; mitología y tradición, entre muchos otros factores de incidencia en la selección y estructuración de los menús.

LA COCINA VENEZOLANA

Como muchas otras cocinas, la venezolana es una síntesis gastronómica, producto de un *mestizaje cultural* de muy antigua data. De hecho, los estudios arqueológicos de Sanoja y Vargas (1983), reflejan la mixtura de distintos *patrones adaptativos* y de producción extensiva de alimentos, entre los cuales, el cultivo del maíz, la papa, la yuca, el ñame, el tomate, entre otros se remontan a miles de años antes del contacto del hombre americano con el de otras latitudes.

En tal sentido, la *perspectiva arqueológica* revela que, tal vez por la situación estratégica de lo que hoy llamamos Venezuela, se encuentran en su territorios familias de maíz provenientes de patrones de especies desarrolladas en los imperios aztecas e incásicos; semillas, polen y plantas de otros pisos climáticos y culturas arahuacas y caribes, yuca, ñame, y especies de maíz local, junto a importantes concheros y restos animales que revelan el consumo de grandes cantidades de proteínas derivadas de moluscos y de los grandes mamíferos, gliptodontes, mastodontes, entre otros.

De hecho se señala, en la teoría de la población, del hoy llamado, continente americano que, luego de la gran migración de contingentes humanos que huían de las glaciaciones, detrás de los grandes mamíferos, arribaron a esta zona del mundo y que luego de la muerte de dichos mamíferos, desarrollaron una estrategia de innovación alimenticia conocida como el complejo “maíz, frijol, calabaza”, un producto cultural concebido para suplementar la falta de proteínas animales.

De allí que con base en sus investigaciones arqueológicas, Sanoja y Vargas (2002), refieren que:

En el poblamiento prehispánico existieron dos grandes ejes migratorios de dirección norte-sur: uno al occidente y otro al oriente del territorio venezolano. A lo largo del primero habrían ingresado influencias culturales de América Central y del oeste suramericano; por el segundo, influencias provenientes del este y del noreste de América del Sur. El mismo autor formula la teoría de la tricotomía cultural que se basa en considerar el maíz (*Zea mays* L) y la yuca (*Manihot esculenta* Crantz) como dos grandes e importantes productos del occidente y el oriente de Venezuela, respectivamente, a los cuales se agregaría la papa (*Solanum tuberosum* L.) en las zonas altas de los Andes venezolanos. (p.756)

La estructuración del mencionado complejo alimentario involucró también el desarrollo de estrategias para una reingeniería genética, la cual luego de una larga experimentación con la especie vegetal llamada “*pira*”, “amaranto” o “hierba caracas” y su cruce con otras especies produjo como resultado “*el maíz*”. Es de hacer notar que un proceso similar aconteció con las variedades de la “yuca amarga”, la cual luego de la manipulación fue transformada en “yuca dulce” o comestible, o la gran variedad de “papas”, presente en los patrones alimentarios andinos.



Figura 5. Distintos tipos de mestizaje del maíz.

Cabe resaltar que los *complejos alimentarios* que integran el maíz, la yuca, y la papa, constituyen aún en la actualidad, ingredientes fundamentales de la dieta básica de los venezolanos. Junto a estos complejos vegetales se incorporaron carnes de distintas cacerías, lapa, venado, cachicamo, rabipelado, danta, jabalí, chigüire, morrocoy, iguana, liebres, diferentes especies de pescado y derivados del mar se incorporaron a la dieta. Esta dieta fue complementada con la incorporación de ganado bovino y caprino, durante la colonización hispana.

La integración de nuevos patrones alimentarios europeos, definió el crisol básico de la *cocina venezolana*, nuevos procedimientos e ingredientes le impregnaron, de nuevos sabrosecos que se unieron al tomate, al ají y al achoche u onoto, tales como el ajo, la cebolla, el ajo porro y el cebollín, entre otros definieron los perfiles de una gastronomía basada en la oposición *Colorado* (tomate-ají-onoto)/*No colorado* (ajo-cebolla-cebollín), que todavía caracteriza el diseño base de la gastronomía venezolana.

La historia delimitó el continuo de la alquimia con la incorporación de patrones árabes y africanos al patrón básico, definiendo las mediaciones entre lo Colorado/No colorado, se presentan entonces “*las puntas*” que definen la caracterización gustativa que define los platos, entre ellas tenemos: el comino, el orégano, el anís, el cilantro, la hoja de plátano, lo aci-dulce, agridulce, dulce-salado, que definen los marcadores de sabor en variados diseños.

Una síntesis de este proceso puede observarse en la conformación del plato típico nacional: “*el pabellón*”, la “*bandera*” alimenticia más popular, compuesta por: caraotas negras; arroz blanco; guiso de “falda”, carne mechada; y plátanos en el borde “llamado popularmente “la baranda”. La proporción y la caracterización de los ingredientes, se correlacionan de gran manera con la presencia, proporción y caracterización de los grupos étnicos que integran la sociedad venezolana, el pabellón, entonces reafirma y establece el vínculo social y la separación integración de los grupos en la vida cotidiana, y la mediación de lo femenino en una cultura con característica de matricentralidad (Hurtado, 2000).

De esta forma encontramos inserta en el patrón básico alimentario, una caracterización del sistema de representación cultural, entendida como: 35 % de comunidades afro-venezolanas, (caraotas negras); 10% de comunidades hispano-venezolanas, arroz blanco; un 50% de población mestizada por la “*falda*” (criolla) y un 5% de comunidades indígenas, “plátanos amarillos”, borderline, ubicadas en la “*baranda*”, los bordes de las fronteras culturales. Los cual podemos representar en la siguiente figura.

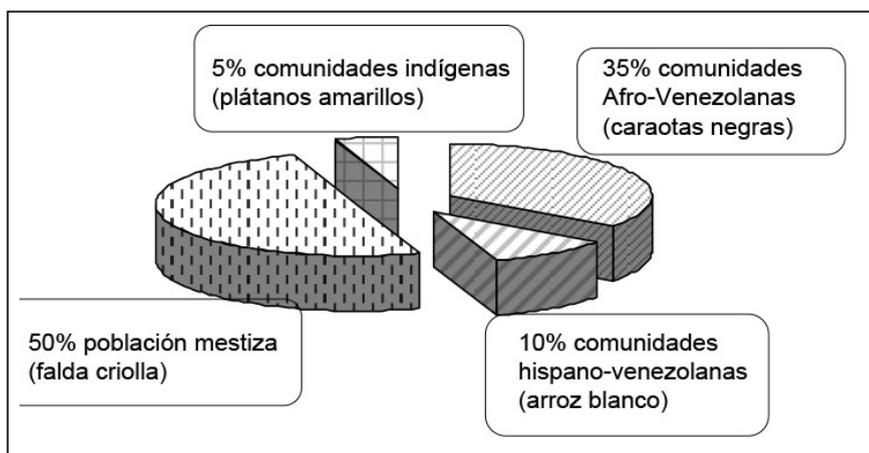


Figura 6. Representación cultural inserta en el patrón básico alimentario del pabellón criollo. Fuente: Autor.

LA COCINA VENEZOLANA EN LA ACTUALIDAD

A partir de la segunda y tercera década del recientemente concluido siglo XX, Venezuela ha vivido un gran proceso de transformación producto de la incorporación de nuevos contingentes humanos, provenientes de distintos lugares, y conformando como migrantes nuevas estructuras de colectivos y con ellas *nuevas tradiciones y culturas*.

De esta manera los inmigrantes europeos, italianos, españoles, trinitarios, guyaneses, árabes y muchos otros, aportaron nuevos patrones, recetarios,

maneras de comer, e incluso formas de agrupación y *estilos gastronómicos* en los nuevos contextos de mesa.

El estilo no solo se refiere a las cualidades estéticas de una creación. De hecho, algo tan cotidiano como el modo y la manera de preparar los alimentos, tiene que ver con la búsqueda de sensaciones táctiles, gustativas y olfativas que determinan el que un alimento esté preparado adecuadamente de acuerdo con la estética y con el estilo en una determinada sociedad dentro de una coyuntura sociohistórica específica.

En tal sentido, las fronteras se han adelgazado y los “nuevos migrantes” han atravesado dichas fronteras y entre ellos podíamos citar a manera de ejemplos, algunas manifestaciones o procesos:

Proveniente de la isla de Trinidad y de notorio ascendente de la India el “*pilaf*” palabra utilizada para nombrar el arroz en la India y su particular forma “aguaita” de ser preparado, se convierte en el conocido “*Pelao Guayanés*”. No podría obviarse la presencia en la llamada Guayana venezolana de importantes grupos antillanos, cuya presencia ha impresionado altamente la cultura como en el caso de la emergencia del “calipso de El Callao”.

Otros platos de antigua procedencia venezolana, que migraron al sur con las campañas independentistas, se mestizaron, adquiriendo distintas características morfológicas y denominación, como es el caso del “*chupe peruano*” cuyo ancestro gastronómico se encuentra en el chupe venezolano, primo hermano de la *pisca andina*.

A lo interno, las células culturales, reunidas a manera de “Ghetos”, lograron, fomentar procesos de osmosis gastronómica ingresando así a la dieta del venezolano, la pasta, el pasticho, la pizza, la brocheta, y otros elementos de la dieta italiana; la paella, el ajillo, las chistorras, los callos, el cocido y otros paltos de la cocina española. *Algunos platos tradicionales*, exhiben sus variantes como es el caso del perico de huevo, del cual la cocina sefardí presentó su interesante versión mezclada con mango verde.

No menos importante resultan la conjunción de dulce-ácido utilizada para la preparación de salsas como el chutney, de mango, ciruela y cambur, para acompañar las carnes, especialmente las preparaciones a base de cerdo.

Finalmente, se destaca la presencia de enclaves de ascendencia árabe en el oriente del país, conformando un “ombligo” para irradiar usos y costumbres de éste origen, en algunos casos generando variantes inéditas con el caso del falafel, preparado con garbanzos y/o habas, el cual en comunidades como Caripe, puede encontrarse en enrollados de jamón y queso.

REFERENCIAS

- Lovera, J. R. (2006). *Gastronáuticas, Ensayos sobre temas gastronómicos*. Caracas: Ediciones Fundación Bigott.
- Sanoja, M. y Vargas, I. (2002). Visión histórica de la gastronomía y la culinaria. *Boletín Antropológico*, 20 (56), 753-774.
- Salvat. (1980). *Sociedades, pueblos y culturas, colección temas clave*. Madrid: Salvat Editores.
- Washburn, S. (1979). La evolución de la especie humana. En: *Evolución. Monografía de Libros de Investigación y Ciencia*, (pp. 129-137). Barcelona (España): Labor.

De “Los Siete Escalones de la Buena Alimentación” al “Trompo de los Alimentos”. Evolución de las clasificaciones de alimentos en Venezuela.

América Z. Pirela Ch *

María Fernanda Dos Santos **

Mayo, 2012

Las clasificaciones de alimentos son “representaciones gráficas que facilitan la promoción de las guías de alimentación y su entendimiento” (Koenig, 2007). A nivel mundial, han sido utilizadas como herramienta en la Educación Alimentaria y Nutricional; por su atractivo y fácil difusión, las comunidades las emplean como una guía para la selección de alimentos saludables y los profesionales de la salud y la educación se valen de ellas para transmitir conocimientos. Esto ha dado lugar, a que la mayoría de los países hayan creado sus propias clasificaciones de alimentos adaptadas a las características y necesidades de sus pobladores.

* Nutricionista (UCV) Especialista en Dinámica de Grupos. (Facultad Humanidades y Educación). Curso de Diseño de Estrategias Educativas (UCV) Curso Medio en Salud Pública. (UCV). Componente de Formación Docente (UPEL). Diplomado en Educación Inicial (UPEL). Forma parte del equipo del Instituto Nacional de Nutrición (INN). CENAMEC dedicado a coordinar y redactar las Guías de Alimentación en el Preescolar. Integrante del equipo INN y MPPE, responsable de elaborar la colección “Nutriendo Conciencias en las Escuelas para el Buen Vivir” y de los fascículos del currículo de educación inicial “Formación de Hábitos Alimentarios Saludables”. Coautora “La educación alimentaria y nutricional- Una estrategia de enfoque multidisciplinario en la formación docente” publicado en la Revista “Retos y Logros”. Correo electrónico: americazoraya@hotmail.com

** Licenciada en Nutrición y Dietética (UCV). Magíster en Nutrición Humana (USB). Adscrita a la Dirección de Estudios Nutricionales del Instituto Nacional de Nutrición. Integrante del equipo INN y MPPE, responsable de redactar la colección “Nutriendo Conciencias en las Escuelas para el Buen Vivir”. Coautora “La educación alimentaria y nutricional- Una estrategia de enfoque multidisciplinario en la formación docente” “Retos y Logros”. Correo electrónico: maferdsc@gmail.com

Las primeras clasificaciones de alimentos se desarrollaron en los países europeos y los ubicados en América del Norte, sirviendo como ejemplos para que otras naciones menos desarrolladas crearan sus agrupaciones (Koenig, 2007). En el caso de Venezuela, la primera clasificación de alimentos fue creada en el año 1953, por el Instituto Nacional de Nutrición (INN). Se le denominó “*Los Siete Grupos de Alimentos*” o “*Los Siete Escalones de la Buena Alimentación*”, debido a que su representación pictórica estaba conformada por una escalera de siete peldaños, representando cada uno de ellos un grupo de alimentos (Figura 1).



Figura 1. Evolución de las clasificaciones de alimentos para Venezuela.

El objetivo primordial de “*Los Siete Escalones de la Buena Alimentación*” era enseñar a la población venezolana a consumir alimentos nutritivos diariamente, al seleccionar una o dos raciones de cada uno de los grupos de alimentos, los cuales estaban divididos por: vegetales verdes y amarillos; frutas frescas; raíces, tubérculos y algunas frutas; leche y queso; carne, pescado, huevos y granos; pan y cereales, y mantequilla (INN, 1953).

“*Los Siete Escalones de la Buena Alimentación*” fueron empleados durante varios años hasta que en 1969 se creó el “*Afiche de los Cuatro Grupos Básicos de Alimentos*”, con el fin de contar con un material de apoyo didáctico más sencillo en comparación con la clasificación anterior, sirviendo como

herramienta educativa para orientar a la población sobre el concepto de alimentación balanceada (INN, 1977). Los cuatro grupos de alimentos que lo conformaban, estaban conformados por: leche y productos lácteos; carnes y huevos; hortalizas y frutas, y granos, verduras y otros alimentos (Figura 1).

Posteriormente, en el año 1976 se realizó en Caracas un seminario en el cual participaron investigadores de diferentes áreas, con la finalidad de evaluar el “Afiche de los Cuatro Grupos Básicos de Alimentos”. En este encuentro, se concluyó que desde el punto de vista estético, el afiche creado en 1969, resultaba poco atractivo y carecía de impacto (INN, 1977). Meses después, se realizó una segunda revisión en la cual se decidió desarrollar una agrupación de alimentos conformada únicamente por tres grupos de alimentos, de tal manera que se facilitara su entendimiento en la población. Esta clasificación a la cual se le llamó “*Tres grupos básicos de alimentos*” quedó conformada por los grupos de: leche, carne y huevos; hortalizas y frutas y granos, cereales y otros alimentos (Figura 1).

Diecisiete años después, el INN tomando en consideración los constantes cambios en los conocimientos relacionados con la ciencia de los alimentos y la nutrición, consideró oportuno convocar a un grupo de profesionales con experiencia e interés en el campo de la educación nutricional, con el fin de renovar aspectos formales del afiche de los tres grupos y adaptarlo a las necesidades de la época (Quintana, Aular y Cárdenas, 1994). Fue por lo tanto en el año 1993, cuando surge un nuevo afiche, en el cual se mantendrían los mismos grupos de alimentos establecidos en 1976, a los cuales se le incorporó por primera vez, una recomendación relacionada con la ingesta de agua, incluyéndose la imagen de la misma entre los tres grupos de alimentos (Figura 1).

Para el año 2007, se realizó una nueva actualización de los grupos de alimentos, resultando el “*Trompo de los Alimentos*” (Figura 1), clasificación creada para orientar a la población acerca de cómo obtener una alimentación variada y balanceada de acuerdo a las recomendaciones nutricionales de Venezuela.

La idea de cambiar la figura de los tres pétalos por una imagen que se adaptará a las políticas que en materia de salud se estaban desarrollando en el

país para ese año, dio lugar a la forma de un trompo, por representar un juego tradicional venezolano (INN, 2007).

El “Trompo de los Alimentos”, está conformado por cinco grupos: granos, cereales, tubérculos y plátanos; hortalizas y frutas; leche, carne y huevos; azúcar, miel y papelón, y grasas y aceites vegetales. Como se puede observar, a los tradicionales tres grupos de alimentos establecidos desde 1976, se les incorporó el grupo de azúcares y el de grasas, los cuales fueron incluidos debido a su asociación con la aparición y desarrollo de enfermedades como la obesidad, la diabetes, el cáncer, entre otras enfermedades crónicas que se han instaurado en la población venezolana durante los últimos años, como principales causas de mortalidad. Igualmente, se incluyó por primera vez la recomendación de actividad física.

Como se puede apreciar, el “Trompo de los Alimentos” se desarrolló pensando en las características de la población venezolana del siglo XXI, de tal manera que además de enseñar hábitos saludables de alimentación, estos estuvieran acompañados por estilos de vida saludables, de tal manera de favorecer la prevención de enfermedades causadas, tanto por déficit como por exceso de nutrientes.

En el año 2008, surge una adaptación del “Trompo”, denominado “Trompo Indígena de los Alimentos” (Figura 2). Desarrollado para la población indígena de Venezuela, esta clasificación está conformada por 5 grupos constituidos por alimentos comúnmente consumidos por las diferentes etnias.



Figura 2. Trompo Indígena de Alimentos.

LOGROS ALCANZADOS CON LA IMPLEMENTACIÓN DEL “TROMPO DE LOS ALIMENTOS”:

- Como recurso que ha contribuido a delinear las políticas del Estado venezolano (INN, 2011): El “Trompo de los Alimentos” se ha integrado a las políticas que viene desarrollando el Estado; como parte de este proceso podemos destacar los siguientes aspectos:

- Constituye una referencia, que comprende una serie de elementos técnico-políticos en el área de alimentación y nutrición, que se han insertado en la formulación y desarrollo de las políticas relacionadas con la seguridad y soberanía alimentaria de la nación, siendo en este sentido, una herramienta de referencia fundamental que ha contribuido en la mejora y alcance de los programas, proyectos y acciones de los sectores agroalimentario, social y educativo, teniendo como propósito el estímulo, la diversificación de la producción nacional y la formación y consolidación de hábitos alimentarios saludables en la población, en todas las etapas del ciclo vital, en armonía con nuestra cultura alimentaria y nutricional.
- Prioriza y apoya el derecho a la alimentación de la población venezolana, para satisfacer las demandas alimentarias y nutricionales de las comunidades y todos los miembros del grupo familiar, sea cual sea su condición y de las y los consumidores; estableciendo para ello una serie de pautas y criterios que garantizan el acceso a alimentos adecuados en calidad y cantidad, de acuerdo con sus necesidades nutricionales, para mantener una ingesta suficiente de energía y nutrientes y cubrir sus requerimientos, para llevar una vida activa y saludable, en los ámbitos individual y colectivo.
- Apoyo como estrategia y recurso educativo del currículo venezolano, promoviendo la creación de la pedagogía de la alimentación, enfocada a fomentar la concienciación y sentido crítico en la familia, escuela y comunidad, con la finalidad de valorar la importancia de la alimentación y nuestra cultura alimentaria y nutricional, como aspectos esenciales de la salud, bienestar, identidad y calidad de vida.
- Representa una guía que promueve la planificación alimentaria y nutricional, así como la organización, conformación y gestión de la contraloría social, así como proyectos de producción social en alimentación a nivel de las comunidades, considerando los principios de la diversidad social y cultural, con miras a mejorar el acceso, selección, preparación y consumo de alimentos para favorecer a la

población y especialmente a los grupos vulnerables (niñas, niños en edad escolar, mujeres embarazadas, lactantes y adultos mayores, entre otros), privilegiando el acceso permanente y seguro a una ingesta suficiente y sana de alimentos.

- Fortalece nuestra cultura alimentaria y nutricional, mediante la valoración, recopilación y fomento de las costumbres y recetas culinarias de nuestros ancestros, siendo el “*Trompo de los Alimentos Indígena*”, una muestra de dicho patrimonio. El mismo constituye una herramienta que muestra los diversos matices y riquezas de nuestras tradiciones y recursos culinarios ancestrales a lo largo y ancho del país, incluyendo las regiones, desde el Amazonas, Los Llanos, Andes y Costa. Cada día es más importante volver la mirada de las nuevas generaciones a los aspectos multifacéticos que nos ofrece la alimentación, como legado social, histórico, cultural y nutricional, lo cual forma parte de nuestra identidad nacional.
- Como recurso que ha incentivado el trabajo y la participación comunitaria: El “*Trompo de los Alimentos*” proporciona una guía metodológica y orientadora para las comunidades en el área de educación nutricional, siendo fundamental en el desarrollo de los siguientes aspectos:
- Ofrece una guía nutricional, que incluye ciertas pautas que permiten identificar y evaluar conocimientos, actitudes y prácticas relacionados con la selección, preparación y consumo de alimentos, brindando alternativas que ayudan a orientar el análisis y reflexión de la situación alimentaria y nutricional de las comunidades, de manera de reafirmar aquellos hábitos que resulten saludables y positivos, así como transformar los perjudiciales o inadecuados.
- Permite entender de manera gráfica y sencilla los principios de una alimentación saludable, según las necesidades nutricionales de la población venezolana, lo cual constituye un punto de referencia para apoyar a las comunidades en la evaluación e identificación de posi-

bles problemas enmarcados en aspectos relacionados con la calidad y cantidad de la alimentación, considerando los diferentes grupos etarios y los contextos sociales.

- Contribuye a impulsar la gestión y participación comunitaria en el desarrollo de programas, proyectos y acciones dirigidas a promocionar la contraloría social en todas las fases de la cadena alimentaria.
- Constituye una referencia para la selección y compra de los alimentos que conforman la dieta diaria y hacer las combinaciones adecuadas de los alimentos, de manera de favorecer el crecimiento, el desarrollo y el buen estado de salud de los grupos vulnerables (embarazadas, niñas y niños lactantes, en edad preescolar, escolar, adolescentes y adultos mayores, así como grupos con alguna discapacidad funcional o que padecen alguna enfermedad).
- Promueve estilos de vida saludables, para la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles, mediante la práctica diaria del principio de combinación adecuada en calidad y cantidad de los alimentos, que conforman cada una de sus franjas, los cuales se requieren para una alimentación saludable, además de promover la práctica de actividad física, el consumo de agua y moderación en la ingesta de azúcares y aceites.
- Promueve y rescata el consumo de platos tradicionales de la cultura alimentaria y nutricional venezolana como un medio para alcanzar la seguridad y soberanía alimentaria.
- Induce a la reflexión acerca de modelos de consumo alimentario que promueven una alta ingesta de alimentos exógenos que no son producidos en el país, adoptándolos como parte de nuestra cultura, lo cual vulnera nuestra Soberanía Alimentaria y nos hace dependiente de importaciones, desplazando modelos propios y tradicionales de nuestra cultura alimentaria y nutricional, tal es el caso del trigo, cereal que no se produce en el país y del cual existe una alta

dependencia. Como una alternativa soberana el “Trompo de los Alimentos” promueve el rescate de nuestra cultura ancestral sobre todo en el consumo de tubérculos como la yuca y su derivado el casabe, el ocumo, el ñame y el apio, acompañados de los cereales producidos en Venezuela como el maíz y el arroz.

REFERENCIAS

- Instituto Nacional de Nutrición. (1953). Programa de nutrición para los centros de salud pública. Plan mínimo. Manual de procedimientos. *Cuadernos N° 17*. Caracas: Autor.
- Instituto Nacional de Nutrición. (1977). Revisión de los sistemas de agrupación de los alimentos en la educación nutricional. Serie de Cuadernos Azules N° 39. Caracas: Autor.
- Instituto Nacional de Nutrición. (2007). *Informe de la mesa técnica de actualización de los Grupos Básicos de Alimentos para Venezuela*. Caracas [mimeo].
- Instituto Nacional de Nutrición. (2011). Nutriendo conciencias en las escuelas para el buen vivir. Orientaciones para la maestra y el maestro Colección: Nutriendo conciencias en las escuelas para el buen vivir. Caracas: Autor.
- Koenig, J. (2007). Visualization of Food-based Dietary Guidelines – examples. *Ann. Nutr. Metab.*, 51 (S2): 36-42.
- Quintana, E., Aular, A. y Cárdenas, L. (1994). Validación de los cambios propuestos a la clasificación de alimentos vigente en Venezuela. X Congreso Latinoamericano de Nutrición; Caracas [mimeo].

Cocido a fuego lento y otras metáforas cotidianas provenientes del contexto culinario

Jenny Fraile*

Mayo, 2012

LA METÁFORA EN LA VIDA COTIDIANA

En el día a día, el ser humano en el proceso de comunicación emplea expresiones, palabras, construcciones que le permiten explicar mejor una idea, un pensamiento o dejar por sentada una información sin hacer uso de discurso extenso al valerse de éstas, ya que se da por sentado que su interlocutor sabe a ciencia cierta qué es lo que quiere decir.

Estas construcciones utilizadas en el lenguaje cotidiano pueden adquirir forma de colocaciones, frases proverbiales, refranes, locuciones, eslogan, entre otras. No siendo el objetivo del trabajo que se presenta la clasificación del corpus de estudio bajo siguiendo estas pautas, se hace mención de ellas para explicar porque en adelante se hablará de Unidades Fraseológicas (UFS) ya que se asumió seguir lo propuesto por Corpas Pastor (2006) quien hace referencia que este término alude o agrupa a todas las construcciones antes mencionadas.

* Profesora de Educación Integral y cursante del Doctorado en Cultura Latinoamericana y del Caribe. Coordinadora Nacional de Proyectos Especiales del Vicerrectorado de Extensión-UPEL (2008). Actualmente desarrolla los Proyectos: La Narración Oral como herramienta para fomentar la lectura y Del Fogón a la Palabra: Glosario de Unidades Fraseológicas motivadas en el contexto culinario. Adscrita al departamento de Expresión y Desarrollo Humano en el Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez. jennyfraile@yahoo.com. jennyfraile@gmail.com

El corpus de estudio está integrado por un conjunto de seiscientas diez UFS se compilaron a partir de la revisión bibliográfica de textos que recogían usos y voces del léxico venezolano, la aplicación de una encuesta a sesenta estudiantes del Instituto Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez” de la especialidad de Lengua Castellana y Literatura de la Sede de La Urbina y de la Extensión de Río Chico, y de la entrevista a un grupo de expertos en el área gastronómica y culinaria, en virtud de que las UFS que se seleccionaron son sólo aquellas cuyo contexto de origen es el culinario.

Una vez obtenidas y compiladas las UFS motivadas en el contexto culinario, bien porque aluden a un utensilio, técnica, artefacto o alimento, se contrastaron con el Diccionario de la Real Academia Española (DRAE) y se constituyó el corpus de estudio con aquellas que no estaban registradas en el DRAE o que aparecían con un significado diferente al empleado en el español de Venezuela.

Existe una variedad de posibilidades de abordaje de este corpus pero se optó por agrupar las UFS motivadas en el contexto culinario a la luz de la teoría propuesta por Lakoff y Johnson (2001) ya que una buena parte de las UFS presentan en su significado el uso de la metáfora. En las siguientes líneas se encontrará en una primera parte una revisión teórica de lo propuesto por estos autores y luego se presenta una muestra de la clasificación realizada siguiendo lo propuesto en *Metáforas de la vida cotidiana*.

Cuando se escucha o lee la palabra metáfora se evoca el concepto que quizás se aprendió desde la educación primaria, es decir, se piensa enseguida en la asignación de las características de algo a otro ente humano o no a manera de comparación sin emplear un nexo para ello.

En esta teoría la propuesta de Lakoff y Johnson (2001) es relacionar las metáforas con el hecho de hablar empleando “expresiones que provienen de otro campo” (p.14), vinculan además, los autores, estas relaciones al “isomorfismo¹ entre dos áreas de expresión” (p.14), como es el caso de las unidades

1 Según el The free Dictionary : LING. En la glosemática, correspondencia entre el plano fónico y el plano semántico de la lengua.

fraseológicas (UFS) compiladas en esta investigación que fueron motivadas en el contexto culinario y que como expresa su título han pasado por un proceso de transformación, lexicalización hasta que ya se reconocen con un significado diferente al de su contexto inicial de origen.

Ciertamente, entre la metáfora y la realidad a la cual alude se da un isomorfismo, pero lo medular, desde la perspectiva de la autora es que tanto Lakoff como Johnson lo que resaltan es la posibilidad de comprender, que los conceptos, las definiciones “se estructuran metafóricamente, la actividad se estructura metafóricamente y, en consecuencia, el lenguaje se estructura metafóricamente” (p. 42), que es el objetivo de la tarea planteada al agrupar las UFS según el significado que asumen en relación a una metáfora.

Señalan los lingüistas, tomados como referencia teórica del estudio, que “en casi todos los casos las metáforas dan expresión a realidades abstractas en términos de otras más concretas” (p. 24), el contexto inicial que ocupa, es el culinario, el cual es trascendido y así se cocina una idea, se monta a alguien en la olla, como formas de expresar lo que se está realizando en determinado momento. Partiendo de esta premisa se entrevistó a los expertos de tal forma de indagar si ciertamente la UFS provenía de una realidad concreta, por ejemplo se les preguntó si era cierto que muchas manos ponen el caldo morado, a lo que los chef y gastrónomos entrevistados respondieron afirmativamente, cumpliéndose de esta manera con lo indicado por estos Lakof y Johnson.

Ambos autores coinciden en considerar a la metáfora como “una cuestión de interés central, acaso la clave para dar cuenta adecuadamente de la comprensión” (p. 33). Por lo que, como se dijo en párrafos anteriores, se torna interesante la revisión del trabajo de estos autores ya que su estudio sobre la metáfora busca abordar la comprensión y el significado de las expresiones en la experiencia cotidiana o lo que es lo mismo en el lenguaje general, ambos incluidos en las UFS compiladas para este trabajo.

Los autores tomados como referente teórico, en sus investigaciones, han encontrado que la metáfora impregna la vida cotidiana, el pensamiento y la acción, ya que “la esencia de la metáfora es entender y experimentar un tipo de cosa en términos de otra” (p. 41).

Como ejemplo de la influencia de las expresiones metafóricas en el lenguaje cotidiano, exponen estos autores el concepto metafórico “el tiempo es dinero” y cómo éste estructura las actividades y se refleja en la lengua en el uso de UFS como: “me estás haciendo *perder* el tiempo, ¿en qué gastas el tiempo estos días?, tienes que calcular el tiempo, vive de tiempo *prestado*” (p. 44). Ciertamente un concepto metafórico refleja una parte de la realidad y deja oculta otra u otras acepciones o implicaciones, por ejemplo, aplicando la misma metáfora propuesta por estos investigadores estadounidenses “el tiempo es dinero”, la expresión *te he prestado mucho tiempo*, no necesariamente implica que a quien se le ha prestado el tiempo deba devolverlo o pagar intereses por concepto de ese préstamo, sino que ha sido atendida más de lo que merecía.

Lakoff y Johnson (*ob.cit.*) hablan de varios tipos de metáforas, las cuales son: orientacionales, ontológicas, y las de recipiente. Las primeras, relacionan conceptos con ubicación espacial del tipo “feliz es arriba” que lleva a UFS del tipo “*hoy me siento alto, tengo el ánimo por el cielo, me levantó la moral*”.

Así también, asocian con arriba: éxito, salud, fuerza física, en construcciones como: “*está en la cúspide de su carrera, en la cima de la salud, estoy por encima de esta situación, sube como la espuma*”. Dentro de las conclusiones a las que llegaron estos autores en relación a las metáforas espacializadoras-orientacionales, se considera pertinente citar la que sigue, en virtud de su vinculación con los objetivos propuestos:

Las metáforas espacializadoras *tienen sus raíces en la experiencia física* y cultural; no son asignadas de manera arbitraria. Una metáfora puede servir de vehículo para entender un concepto solamente en virtud de sus bases experienciales-nuestra experiencia física y cultural proporciona muchos fundamentos posibles para metáforas espacializadoras. Cuáles son los elegidos y cuáles se convierten en los principales pueden variar de una cultura a otra. (p.55-56)

Estas experiencias son las que permiten evocar y aplicar las características de una cosa a otra, como por ejemplo ocurre en las siguientes UFS tomadas del corpus de estudio *montar en la olla*, requiere saber por experiencia que relaciona arriba y adentro de, ya que para poder *cocinar algo*, debe colocarse

dentro de un utensilio para tal fin además de que se infiere que debe estar la olla sobre la estufa.

Las metáforas ontológicas permiten conocer, comprender aquellas que van más allá de las orientaciones físicas, ya que facilitan el conocimiento de las experiencias en función de objetos y sustancias, lo que permite categorizar, agrupar, cuantificar y razonar las experiencias. Al respecto expresan los lingüistas hasta aquí citados que las metáforas ontológicas “reflejan los tipos de fines para los que sirven” (p. 64), colocan como ejemplo a la inflación y verla como una entidad “proporciona una manera de referirnos a esa experiencia” (p. 64); expresado en el ejemplo de la siguiente manera:

“La inflación es una entidad”



Produce expresiones como:

“La inflación está bajando nuestro nivel de vida”

“La inflación me pone enfermo” (p. 64)

El tener conocimiento de las metáforas ontológicas permite claramente concientizar los diferentes fines a los que sirve y procurar una mejor comprensión y enfrentar racionalmente la realidad y las experiencias reflejadas en las metáforas, como *ser una chupeta de ajo*,² requiere que alguien haya tenido la experiencia de haber comido ajo y sólo así puede comprender lo que significa adjudicarle estas características a la forma de ser de alguien (picante, fuerte, impregnante y en algunos casos repugnante).

Dentro de esta gama de metáforas colocan como ejemplo los autores citados, *la mente es una máquina* (p. 66) y expresan cómo ésta ha permeado tanto

2 UFS tomada del corpus compilado por la autora.

el lenguaje que son percibidas como “descripciones directas y autoevidentes de fenómenos mentales...nunca se nos ocurre pensar que son metáforas” (p. 67), de tal forma que expresiones como “*le falta un tornillo, mi cerebro no funciona hoy, su cerebro estalló*”, *está frito*³ son en realidad metáforas.

En palabras de estos lingüistas “las metáforas ontológicas más obvias son aquellas en las que el objeto físico se especifica como una persona” (p.71), es decir tratar como humano a algo no humano, por ejemplo: *alábrate pollo que mañana te guiso, sólo conoce su olla la cuchara que la menedá*⁴.

Ahora bien, existe una diferencia en algunos casos de personificación en los que se atribuyen cualidades humanas a cosas no humanas, en los que en realidad no se hace referencia a un ser humano real, es lo que se conoce como metonimia. Ejemplifican la metonimia en expresiones como “*el sándwich de jamón está esperando la cuenta*” en el contexto de un restaurante, lo cual se entiende como que la persona que consumió un sándwich de jamón solicitó su cuenta, nadie imagina al alimento en espera de pagar, porque se emplea “una entidad para referirse a otra que está relacionada con ella” (p. 73).

Incluyen en la metonimia un apartado que los teóricos llaman de forma tradicional sinécdoque, en el que “se toma la parte por el todo” (p.74), como por ejemplo en las siguientes expresiones: “*hay muchas buenas cabezas en la universidad (gente inteligente), necesitamos sangre nueva para la organización (gente nueva)*” (p.74). Expresan los autores de *Metáforas de la vida cotidiana* que los conceptos metonímicos, al igual que los metafóricos son sistemáticos y que organizan pensamientos y acciones, de igual forma los conceptos metonímicos como los metafóricos se sustentan en las experiencias.

El otro tipo de metáfora a las que hacen mención son las de recipiente, estos teóricos establecen que “el recipiente va desde un ser humano, con su superficie limitada, su dentro-fuera, hasta por ejemplo una casa, una habitación con un interior y un exterior” (p. 68). En este tipo de metáforas se

3 UFS tomada del corpus compilado por la autora

4 UFS tomadas del corpus compilado por la autora

pone de manifiesto la territorialidad, es decir, “definir un territorio, ponen una frontera alrededor, es un acto de cuantificación” (p. 68); por lo que todo aquello que es cuantificable entra en este tipo de metáfora.

Así, conceptualizan al campo visual, ya que éste define una frontera, da un espacio físico limitado, por lo que se puede decir “*lo tengo a la vista, ¡sal de mi vista!*” Dentro de esta misma explicación entran diferentes estados que se catalogan como recipiente como: “*está enamorado, entró en un estado de euforia, está en un error*” (p.70).

Lakoff y Johnson (*ob.cit.*) presentan muchos ejemplos de los se han seleccionado “las ideas son comida”, en función de su vinculación y cercanía con el objeto de estudio que guió este trabajo, ya que se pretendió organizar un corpus de UFS motivadas en el contexto culinario e incorporadas al léxico cotidiano de Venezuela, a la luz de la teoría de estos autores.

Ya que la metáfora “las ideas son comida” se vincula a expresiones como: “*lo que dijo me dejó un mal sabor en la boca, ideas a medio cocer, teorías recalentadas, hay aquí demasiados hechos para que los pueda digerir, sencillamente no puedo tragarme esa afirmación, eso es alimento para el pensamiento*” (p. 85-86) y, por ende, con buena parte de las UFS compiladas.

Puede observarse en los ejemplos escogidos y presentados, la estructura metafórica da un significado parcial que se refleja en el léxico, se dice parcial porque cada metáfora deja por fuera algún elemento o algún punto de vista que eventualmente es retomado en otra; el hecho de que sólo un aparte estructure los conceptos los coloca en el terreno del lenguaje figurativo.

Las expresiones metafóricas se emplean dentro de un sistema global de conceptos, que se fijan en la memoria colectiva por el uso, es decir, son lexicalizadas, ya que el tenor de esta investigación procura la definición de las UFS cuyo contexto inicial fue el culinario.

Al respecto, tanto el lingüista como el filósofo, señalan que “la parte que se utiliza puede consistir en una sola expresión del lenguaje, fijada con-

vencionalmente y que no interaccionan sistemáticamente con otros conceptos metafóricos debido a que se utiliza una parte muy reducida de la misma” (p. 95), así alguien con escuchar o leer *si como caminas, cocinas*⁵, logra no solo evocar el resto de la expresión sino que además sabe que se refiere a una mujer de caminar cadencioso, rítmico y quizás insinuante.

Como se ha dicho en líneas anteriores, el hecho de que se considere la metáfora sustento teórico se justifica en que, por una parte, algunas de las UFS tienen estructura metafórica y, por la otra, como se ha explicado hasta el momento, existen conceptos metafóricos que se estructuran de forma parcial “de una experiencia en términos de otra” (p.117).

Lakoff y Johnson (*ob.cit.*) afirman que la mayor parte del sistema de conceptual está estructurado metafóricamente. Entienden ciertas metáforas, como el caso de *las ideas son comida*, de la forma A es B, siendo B el concepto que define, que se encuentra fijado en la experiencia, es, además más concreto que A, que es lo definido. Por ejemplo: “*las ideas son comida*”, permite obtener *hechos crudos e ideas a medio cocer*, pero no existen ideas salteadas, hervidas o escalfadas. De igual forma da origen a UFS como *ahí se cocina algo, ellos están cocinando algo*⁶.

Estos autores expresan que la mayor parte de sus experiencias provienen del lenguaje – “de los significados de palabras y frases, y de la forma como los humanos dan sentido a sus experiencias” (p. 156) pero a pesar de esto en la elaboración de los diccionarios no se ha considerado, según estos autores, “tratar de dar una explicación en términos generales de la forma que la gente entiende conceptos normales en términos de metáforas sistémicas” (*idem*).

Persuadida por esta teoría que ha permitido descubrir que las metáforas facilitan entender un dominio de la experiencia en términos de otras, lo que sugiere que la comprensión surge del dominio total de la experiencia y no en conceptos aislados, por lo que además en varios de sus apartados hacen refe-

5 UFS tomada del corpus compilado por la autora

6 UFS tomadas del corpus compilado por la autora

rencia a la Gestalt ya que el todo siempre es más que las partes. La naturalidad de la comprensión de estas experiencias deviene de: el cuerpo, la interacción con el ambiente físico y la interacción con otras personas de la misma cultura, es decir, proponen que los conceptos se dan en relación a sus experiencias naturales, ellos hablan, por ejemplo de amor, tiempo, ideas, argumentos como experiencias naturales que requieren una definición metafórica “ya que no están lo bastante claramente delineados en sus propios términos para cumplir los objetivos de nuestro funcionamiento cotidiano” (p. 159).

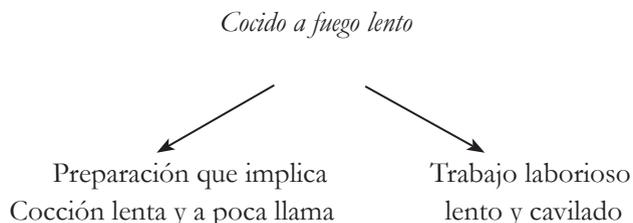
De igual forma, ocurre con los conceptos que se emplean para definir que también son experiencias naturales, como por ejemplo la orientación física (arriba es mejor), objetos (el tiempo es un objeto valioso), comida (las ideas son comida), edificio (los argumentos son edificios).

En conclusión, las metáforas estructuran el sistema conceptual ordinario de una cultura que se refleja en el lenguaje cotidiano lo cual se relaciona directamente con el objetivo general de esta investigación.

A partir de la metáfora *las comidas son ideas*, propuesta por los autores seleccionados se han propuesto nuevas metáforas las cuales agrupan a un determinado conjunto de UFS motivadas en el contexto culinario que comparten el mismo significado y se presentan a continuación.

Las comidas son ideas:

Estar cocinando algo, estar a medio cocer, estar crudo, cocido a fuego lento.



Las comidas son rasgos físicos:

- Personas de piel blanca: *pan sin horno, tequeño crudo*
- Personas de piel oscura: *se pasó de horno, es un caldero*
- Personas muy delgadas: *es un fideo*
- Persona con exceso de peso: *parecer una ballaquita mal amarrada*
- Personas muy pequeñas: *es un alfeñique*
- Personas de músculos flácidos: *ser un majarete, ser un espárrago mojado*
- Persona de gran atractivo físico: *ser un mango, estar podrido de bueno, ser un bombón, si así está de verde cómo será de maduro*
- Piernas muy delgadas: *tener unas canillas*
- Batatas gruesas: *tener campesinos o gallegos*

Las comidas son rasgos de personalidad:

- Persona bondadosa, solidaria, amable: *es un pan de Dios (ser un pan), más bueno que el pan*
- Persona de trato dulce con los demás: *es un dulce, ser una miel, más dulce que la galleta María*
- Persona amargada y de trato osco hacia los demás: *ser una chupetica de ajo, no ser una pera en dulce, lo ácido del limón es lo dulce de la suegra*

Las comidas son actos no lícitos:

- Develar los actos ilícitos, por lo general referidos a corrupción o contrabando: *Tener un guiso, estar guisando, tener un quesito, destapar la olla*

Las comidas son costumbres:

- Llegar de primeros: *el primer chicharrón de la cazuela, llegar a freír tequeños*
- Ir sin invitación a una reunión: *ser arrocero*

Las comidas son situaciones adversas:

- *Cuando el año es frijolero del cielo te caen las vainas, se le puso la arepa cuadrada, la masa no está pa`bollo, que esperanzas pal que siembra coco, estar frito, estar fregado*

Las comidas son expresión de genitales humanos:

- Vulva-vagina: *ah buen bollo, que buen bizcocho, tremenda ballaca, comer catalina-paledonia-cuca*
- Pene: *plátano, cambur, yuca*
- Las comidas son tendencias sexuales: *pártete galleta que llevo tu café con leche, se partió esa galleta de soda, ser cachapera, ser un pargo.*

Por ello, las unidades fraseológicas (UFS) motivadas en el contexto culinario a la luz de la teoría propuesta por Lakoff y Johnson (2001) se pueden caracterizar atendiendo a la clasificación que establecen estos autores: orientacionales, ontológicas, y las de recipiente.

A partir de la metáfora las comidas son ideas y siguiendo la orientación de la metáfora se han generado hasta el momento siete (7) metáforas entorno a las cuales se agruparon UFS motivadas en el contexto culinario que comparten la realidad física que facilita la comprensión de “de una experiencia en términos de otra”.

REFERENCIAS

- Erminy, A. S. (2006). *Refranes que se oyen y se dicen en Venezuela*. Caracas: Editorial Cadena Capriles.
- Haensch, G. (1996). *Los diccionarios del español en el umbral del siglo XXI*. España: Ediciones Universidad de Salamanca.
- Lakof, G. y Johnson, M. (2001[1980]). *Metáfora de la vida cotidiana*. España: Cátedra.
- Míralda, A. (2002). *Sabores y Lenguas*. Caracas: Museo de Bellas Artes.
- Vélez, F. (1996). *El folklore en la alimentación venezolana*. Caracas: Editorial Sucre.

Aportes para el abordaje de la educación alimentaria y nutricional en el contexto venezolano

Ernesto Elías De La Cruz Sánchez*

Mayo, 2012

Los hábitos alimentarios adquiridos durante la infancia son decisivos en la vida del individuo, y condicionarán toda conducta futura de éste ante los alimentos.

Dr. José María Bengoa (1987)

INTRODUCCIÓN

En el año 2008 la Fundación Bengoa, institución especializada y de prestigio a nivel nacional en el campo de la alimentación y la nutrición, desarrolló una investigación a fin de actualizar la problemática nutricional del país. Para ello realizó un estudio por encuesta, a especialistas e investigadores de todo el país y un análisis a profundidad a través grupos focales. De estos trabajos se jerarquizaron un conjunto de situaciones problemáticas que consideraron fundamentales dentro del tema de la alimentación y nutrición: 1° la educación y falta de información, 2° la forma como se comunica la información, 3° desconocimiento de los micro nutrientes, 4° deficiencias de micro nutrientes (hierro y ácido fólico), 5° el consumo de grasas, 6° contraste entre el déficit y el exceso (desnutrición y obesidad), 7° la lactancia materna, 8° la oferta de

* Profesor en Biología y Ciencias Generales. Doctor en Educación UPEL-IPC. Coordinador de la línea de Investigación y del proyecto de Servicio Comunitario en Educación Alimentaria y Nutricional, adscrita al Centro de Investigación Juan Manuel Cagigal en IPMJM Siso Martínez. Profesor Asociado de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador UPEL. e-mail. ernestodelacruz0203@yahoo.es

productos, 9º la estructura saludable de la dieta y 10º la higiene. En conclusión de los participantes, el problema nutricional del país es complejo debido a la multiplicidad de factores predisponentes y determinantes del entorno que requieren ser abordados a través de sólidas políticas públicas. (Fundación Bengoa, 2009).

En el marco de lo anterior podemos destacar que la *malnutrición* (desnutrición y obesidad), tiene implicaciones fundamentales en la formación integral del individuo: a) incide directamente sobre el crecimiento del sistema nervioso y sobre el funcionamiento cognitivo, y por ende sobre el aprendizaje, especialmente cuando existen condiciones de extrema pobreza y se la ha asociado con el retardo en el crecimiento y desarrollo del cerebro que persiste en la edad adulta (Leiva, Brito, Pérez, Torejón y Hernán, 2001), b) los procesos, neurológicos y cognitivos, requieren para su adecuado desarrollo de nutrientes básicos como energía, hierro, zinc, ácidos grasos esenciales y sus derivados, aminoácidos, vitaminas, entre otros (De Santis y García, 2008; Sridhar, 2008), c) el desequilibrio en la ingesta de nutrientes, la persistencia de hábitos dietéticos inadecuados y / o un estilo de vida poco saludable, están asociados con el desarrollo de enfermedades crónicas como las enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2, y cáncer, así como con el aumento o disminución de la longevidad, lo que refleja que los factores dietéticos tienen efectos directos sobre los procesos moleculares y genéticos (Raquid y Cravioto, 2009), d) se han encontrado evidencia de la relación entre la obesidad infantil en edad preescolar y la conducta de omitir el desayuno (Dubois, Girard, Potvin, Farmer y Tatone-Tokuda 2009), e) el conocimiento de la alimentación y la nutrición, se convierte en una herramienta o estrategia esencial para el fomento de la autonomía de los individuos, que puedan actuar intencionalmente y con independencia de influencias (libertad); esto requiere un proceso coherente por parte de la educación (Ionata y Sousa, 2008) y f) la educación para una alimentación saludable atañe tanto a maestros como a las familias y ambos deben colaborar conjuntamente para fomentar en los niños y niñas hábitos de alimentación saludables (Gutiérrez, 2008).

Otro de los problemas a nivel de salud se ubica en la alta tendencia a la obesidad infantil, autores como Drewnowski (2009), Aranceta, Moreno,

Moya y Anadón (2009), Heitmann, Koplan y Lissner (2009), a nivel internacional Luigli (2010), Zarzalejo y Gasloni, (2010) y López, Landaeta y Sifontes (2010) a nivel nacional, coinciden en señalar: a) la obesidad, más allá de un problema de salud física, debe considerarse también un problema psicosocial y muchas de las características sociales y culturales que la población ha aceptado como una forma normal de la vida colectiva, pueden contribuir a los crecientes niveles de obesidad infantil; b) la obesidad se define como una condición multicausal, en la cual los factores biológicos, dietéticos, sociales y psicológicos están claramente entrelazados. Siendo los más resaltantes las asociadas al aprendizaje inadecuado de hábitos y conductas alimentarias y a pautas de interacción familiar con carencia de organización y control, entre otros; c) a nivel comunitario, la prevención de la obesidad debe basarse en la educación nutricional y el aumento de la actividad física en diferentes entornos, tales como escuelas y centros de trabajo y debe contar con la participación de las familias; y d) Venezuela recorre el camino desde la transición alimentaria y nutricional a la superposición de problemas de salud pública, en medio de la transición demográfica y epidemiológica, que evoluciona, desde altas prevalencias de enfermedades infecciosas y desnutrición hacia altas prevalencias de Enfermedades Crónicas no Transmisibles (ECNT) y sobre-nutrición. Esta “doble carga” constituye un desafío, en medio de un ambiente de incertidumbre socio político, alimentario y de salud.

Razón por la cual la UNESCO (2007), recomienda adoptar un estilo de alimentación saludable desde edades tempranas, momento en que son establecidas muchas de las actitudes hacia la salud y las cuales marcan una influencia fundamental para toda la vida. Es por ello que una alimentación y nutrición saludables durante las primeras etapas del desarrollo son de gran importancia para el individuo, pero también para su propia familia y para el futuro de la comunidad.

Por ello, la educación en alimentación y nutrición deben orientarse a potenciar o modificar los hábitos alimentarios, involucrando a todos los miembros de la comunidad educativa; niños, padres, maestros y directivos. Educar sobre la necesidad e importancia de una buena alimentación implica: descubrir y erradicar creencias, mitos y conductas erróneas; promoviendo consciencia

sobre las diversas funciones o roles que juega o debe jugar la alimentación en las diversas esferas de la vida, la salud, los aprendizajes, la producción, distribución y consumo de alimentos; fomentar conceptos, actitudes y conductas claras y fundamentales sobre la alimentación.

En síntesis, la formación integral del futuro docente en este campo debe constituirse en una necesidad permanente para las instituciones pedagógicas que forman a este recurso humano, sobre todo considerando los problemas de salud que afectan a nuestro país y que se derivan mayoritariamente de las carencias nutricionales y las prácticas de hábitos y estilos de vida poco saludables.

LA ALIMENTACIÓN Y LA NUTRICIÓN DESDE LA PERSPECTIVA EDUCATIVA

Muchos han definido la educación alimentaria, también llamada educación nutricional, como aquella que promueve mejoras en los conocimientos, las actitudes y las prácticas de las personas, para lograr una vida más sana y productiva. Por otra parte, Patiño (2005), la define como un conjunto de actividades de comunicación que buscan una modificación voluntaria de prácticas que influyan en el estado nutricional, con el objetivo de mejorarlo. De esta definición se destacan cuatro aspectos:

1. La educación en nutrición se distingue de otras intervenciones por su carácter de actividad de comunicación, donde su intervención reside en la transmisión de mensajes.
2. La educación en nutrición busca la modificación de prácticas juzgadas no deseables, aunque modificables, así como de reforzar las prácticas juzgadas positivas.
3. Están en juego no sólo los hábitos alimentarios, sino además otras prácticas que determinan el estado nutricional.
4. Esta modificación de prácticas relacionadas con la nutrición, debería ser el resultado de un acto voluntario. Este cambio debe ser consciente y no con sentido de culpa.

Es decir, hay que contar con la participación consciente y responsable de las personas residentes en las comunidades hacia el problema nutricional y de salud. Que está ligado a otros factores ambientales, económicos, sociales, educativos y culturales, que profundizan y complejizan aún más el problema nutricional y establece mayores retos al sector educativo del país.

Otra visión sobre el término *Nutrición*, aporta De Tejada (2009), al considerarla como: “Estado de bienestar subjetivo, integral producido por un suficiente aporte de nutrientes biológicos, afectivos, sociales, económicos, cognitivo-convivenciales, espirituales los cuales son expresión de procesos socioeconómicos, socio afectivos y culturales del ambiente donde se vive”.

Los proyectos a nivel internacional que se destacan por su impacto positivo en la salud de la población, son los reportados por De Oliveira y Sousa, (2008), en Brasil; “Niños Saludables”, “Educación Diez” “Cocina Brazil” y “Alimentos Inteligentes”. Esos proyectos destacan: (a) el uso del término “*Educación Alimentaria y Nutricional*” en lugar de “educación nutricional” ya que el centro del análisis y abordaje deben ser los alimentos y no sólo los nutrientes; (b) se debe promover el abordaje investigativo y educativo sobre alimentación y nutrición en diversos campos del conocimiento: antropología, historia, ambiente, psicología, economía, etc.; (c) dar prioridad a la *Educación Alimentaria y Nutricional* en las políticas públicas existentes y nuevas; (d) promover proyectos políticos y pedagógicos que se centren en los alimentos, la educación alimentaria y nutricional, la formación docente y de especialistas en el área, y (e) la responsabilidad del Estado en la regulación de la publicidad de los productos alimenticios destinados a los niños, proponer planes y programas sobre la promoción de la educación alimentaria a todos los niveles y modalidades del sistema educativo, con mayor prioridad en la población infantil.

En Venezuela, el gobierno y las instituciones especializadas han elaborado y publicado directrices alimentarias como base para la educación nutricional estas son: Las guías de alimentación para Venezuela, guías de alimentación para el niño menor de seis años, las guías de alimentación en la escuela para la primera, segunda y tercera etapa de la educación básica, sin embargo, no han llegado a la población, a este respecto, se deben generar campañas edu-

cativas nacionales, regionales y locales con los lineamientos compartidos por los diferentes entes y con la participación de las comunidades. En este sentido y en opinión de Martínez (1999), el conocimiento debe ser incorporado en los centros académicos que deben convertirse en espacios continuos para el autocuidado de su estado nutricional y es el docente quien debe guiar esta información. Así mismo, no es posible continuar pidiendo a los docentes que realicen en sus aulas lo que no ven aplicado en su propia formación tanto en lo referente a contenido como a enfoque, método, valores y actitudes. Debe existir coherencia entre lo que los educadores aprenden (y como lo aprenden) y lo que se les pide que enseñen (y como lo hagan) en las aulas, Mirabal de Molines (2005).

Estos programas, a juicio de Vegas (2005) deben abocarse:

- (a) conocer las causas y mecanismos de la aparición y desarrollo de los problemas nutricionales, donde los factores biológicos interactúen con los factores sociales, económicos, psicológicos y, en donde su estudio de forma interdisciplinaria logre un balance satisfactorio,
- (b) comprender como la motivación, el conocimiento, la imagen de sí mismo y la capacidad de decisión, conforman elementos claves que intervienen en la conducta alimentaria,
- (c) redefinir la educación alimentaria y nutricional sobre la base de la participación comunitaria a través de una pedagogía ascendente y horizontal, y
- (d) Generar impacto, traducido en cambios de conducta, basados en las características propias de los sujetos y con la capacidad de resolver situaciones nutricionales no deseables. Esto apunta a cambiar el sentido que la comunidad y la sociedad en general, da al alimento, a la manera de prepararlo y de consumirlo.

En el presente, y más que nunca, el fenómeno de la globalización, las influencias foráneas y la penetración económica auspiciada por el modelaje que

se orienta a la imitación de patrones culturales extranjeros, puede conducir, a juicio del Dr. José Rafael Lovera (2003), a la pérdida de esa identidad y de valoración de nuestra cultura culinaria. Así propone algunas orientaciones en pro de su salvaguarda:

- 1.- Sensibilizar a los integrantes de nuestra sociedad en relación con la importancia que tienen nuestras tradiciones alimentarias, y
2. Incluir en la Escuela Básica una instrucción destinada a familiarizar a los educandos con nuestras preparaciones típicas y su degustación, lo cual fortalecerá la identidad cultural del venezolano.

En este último aspecto, la falta de una adecuada educación nutricional es consecuencia directa a que en la escuela existen muchas disciplinas y no se encuentra tiempo para la nutrición, ya que se considera menos importante, la existencia de personal poco calificado, el desconocimiento de las guías de alimentación, y la poca participación de la comunidad educativa, han sido los factores que han incidido en la problemática actual. Por ello, la aplicación de la educación nutricional, arranca de la propia nutrición, en el sentido de su papel destacado en la promoción de la salud de la población, por lo tanto su proyección se debe iniciar en las edades tempranas y hacer énfasis en los grupos que inciden en ellos, la familia, la escuela y el maestro, Saenz (1988). Estas ideas dejan pasar -tal vez inadvertidamente- una perspectiva de la nutrición que merece nuestra atención y que aportarían espacios para el repensar y el reflexionar sobre la alimentación.

Por ello, la educación en nutrición debe orientarse a potenciar o modificar los hábitos alimentarios, involucrando a todos los miembros de la comunidad educativa; niños, padres, maestros, directivos y sociedad en general. Educar sobre la necesidad e importancia de una buena alimentación implica: descubrir y erradicar creencias, mitos y conductas erróneas; promoviendo consciencia sobre las diversas funciones o roles que juega o debe jugar la alimentación en las diversas esferas de la vida, la salud, los aprendizajes, la producción, distribución y consumo de alimentos; fomentar conceptos, actitudes y conductas claras y fundamentales sobre la alimentación.

En forma específica el énfasis, en los primeros niveles del sistema educativo, se debe ubicar en las conductas alimentarias entendida como:

Cualquier acción o respuesta emitida con relación al área de la alimentación. Incluye respuestas observables, así como también las verbalizaciones, actitudes y pensamientos hacia el acto de alimentarse. Si se considera que la conducta alimentaria es una conducta aprendida, por consiguiente puede ser modificada, es decir, al no ser una respuesta netamente fisiológica está sujeta a ser intervenida mediante las técnicas de modificación de conductas. En la medida que nuestros patrones de alimentación y preferencias alimentarias son aprendidos en la misma medida pueden ser modificados. (Capaldi, citado por CANIA 2005, 10)

Los hábitos de alimentación son patrones de conducta alimentaria adquiridos, aprendidos, repetitivos y compartidos dentro del núcleo familiar o determinado grupo. Incluyen tanto los hábitos adecuados como los inadecuados. Es por ello que estos hábitos deben ser entendidos como patrones de conducta persistentes que se establecen en virtud del reforzamiento. Son costumbres adquiridas por repetición en el tiempo mediante el proceso de enseñanza-aprendizaje de modo de sistematizar y/u ordenar las rutinas diarias, por ejemplo: hábitos de sueño, de aseo, de alimentación, de autoayuda, de eliminación, etc.

Razón por la cual, la *Educación Alimentaria y Nutricional* es preciso considerarla en razón de los factores que determinan el comportamiento alimentario del ser humano y que son la base de la enorme variabilidad de hábitos que presentan los individuos, entre los cuales están: la disponibilidad del alimento, factores sociales como la incorporación de la mujer al trabajo o la organización escolar, las modas, nuevos alimentos o abundancia de algunos de ellos, la publicidad de nuevos productos, las innovaciones en tecnología culinaria tales como el microondas, los factores religiosos y dentro de ellos podemos incorporar los modelos culturales, tradiciones y tabúes sobre los alimentos y por último, el factor referido al costo económico de los alimentos. En la actualidad, los principales problemas nutricionales de la población mundial y venezolana se deben a dos factores fundamentales: a) carencias que derivan en distintos grados de desnutrición y b) excesos o desequilibrios que se traducen

en distintos trastornos. Las causas de estas caras de la realidad alimentaria son múltiples y sus efectos en la salud de la población en general impiden alcanzar los objetivos de programas educativos, científicos e industriales.

REFLEXIONES FINALES

La Educación Alimentaria y Nutricional se percibe como un concepto abstracto y subjetivo, el cual integra un componente de la llamada pedagogía especial, en la cual se incluye a la educación sexual, a la educación vial, a la educación en valores; pero en todo caso, que requiere desde el punto de vista pedagógico, un cambio en el enfoque de desarrolla actual, que la libere de ese nivel de abstracción que ha impedido que la educación alimentaria y nutricional se asuma como un factor clave de formación humana que contribuye a la calidad de vida del alumno.

Por ello en el escenario de la Educación Alimentaria y Nutricional, la escuela debe formar al niño para que pueda consumir una dieta adecuada, donde la introducción de los nuevos alimentos debe ser de forma gradual, progresiva, adecuada, balanceada, suficiente, inocua, de calidad, compartida con la familia y que las prácticas donde el niño participen constituyan un ejemplo saludable a imitar y no como lo evidenciado basado en alimentos y comportamientos poco saludables. La conformación de los hábitos de alimentación saludables desde la infancia, debe entenderse a partir de una estructuración integrada, y en constante evolución, de percepciones, imágenes, recuerdos, ideas, emociones y necesidades.

Es por esto, que en el marco de la Educación Alimentaria y Nutricional, la alimentación –o situación nutricional- constituye una de las múltiples actividades de la vida cotidiana, que por su especificidad y evolución, adquiere un lugar protagónico en la caracterización e interpretación de las dimensiones biológicas, social, psicológica, simbólica, económica, religiosa y cultural de las poblaciones humanas.

Estos referentes interpretados en el fenómeno de la Educación Alimentaria y Nutricional del niño y la niña, se nutren de las propiedades sensoriales, del reforzamiento permanente, de las diversas realidades que confrontan los niños y niñas, de sus preferencias y desarrollo de su autonomía, que se inicia en la alimentación como el primer aprendizaje social del ser humano, del encuentro día a día con la alimentación y su potencialidad en el desarrollo de estrategias creativas que coadyuven a consolidar hábitos saludables de alimentación.

Los referentes descritos plantean orientaciones que pueden ser considerados en las políticas educativas, en el currículo y en los programas de educación, en los proyectos educativos, en la consolidación de una adecuada formación docente, en la dotación de recursos y en los servicios de salud que se desarrollen en la escuela, en una formación gerencial con mayor compromiso con la promoción de hábitos saludables de alimentación y nutrición, y la corresponsabilidad de la familia en la formación integral del niño, la niña y los adolescentes.

REFERENCIAS

- Aranceta J, Moreno, B., Moya, M. y Anadón, A. (2009). Prevention of overweight and obesity from a public health perspective. *Nutrition Reviews*, vol 67 (suppl. 1), 83-88.
- CANIA. (2005). *Boletín de nutrición infantil*, N° 13, año 6, septiembre, Centro de Atención Nutricional Infantil Antímano.
- De Oliveira, S. y K. Sousa. (2008). Novas perspectivas em educação alimentar e nutricional. *Psicol. USP*. 19(4): 495-504. Sao Paulo. [Documento en línea]. Disponible: http://pepsic.brsalud.org/scielo.php?scrip=sci_arttext&pid=51678-51772008000400008&lng=en&nrm=iso. [Consulta, 2010, Agosto 20]
- De Santis, G. y García, M. (2008). Relación entre el estado nutricional, herencia y las funciones cognitivas en el aprendizaje en niños escolares de primer grado. *Actualización en Nutrición*, 9 (3). 234-246. [Documento en Línea]. Disponible: http://www.revistasan.org.ar/buscador.php?t=3&Id_Revista=8#. [Consulta: 2009, Agosto 20]

- De Tejada, M. (2009, abril). *Un Nuevo concepto en nutrición*. Ponencia presentada en el Congreso Internacional de Creatividad UPEL. 2009. Nueva Esparta, Venezuela.
- Drewnowski, A. (2009). Obesity, diets, and social inequalities. *Nutrition Reviews*. Vol 67 (suppl. 1), 36-39.
- Dubois, L., Girard, M., Potvin, M., Farmer A. y Tatone-Tokuda, F. (2009). Breakfast skipping is associated with differences in meal patterns, macronutrient intakes and overweight among pre-school children. *Public Health Nutrition*: 12(1), 19-28. Disponible: <http://journals.cambridge.org/action/displayFulltext?type=1&pdfType=1&fid=3046176&jid=PHN&volumeId=12&issueId=01&aid=3046168> [Consulta:2010, Mayo 20]
- Fundación Bengoa. (2009). Especialistas venezolanos opinan sobre prioridades en nutrición. *Anales Venezolanos de Nutrición*, Vol 22 (1): 41-46. Disponible: http://www.fundacionbengoa.org/anales_2009_22_1/pdf/art6.pdf. [Consulta: 2010, Febrero, 15]
- Gutiérrez, Ma. B., (2008). Educación para la Salud. Enfoques Educativos. 13. Documento en Línea. Disponible: http://www.enfoqueseducativos.es/enfoques/enfoques_13.pdf#page=10. [Consulta. 2009, Noviembre, 25]
- Heitmann, B., Koplan, J. y Lissner, L. (2009). Childhood obesity: successes and failure of preventive intervention. *Nutrition Review*. vol 67 (suppl.1), 89-93.
- Ionata, S. y Sousa, K. (2008). Nuevas perspectivas en Educación Alimentaria y Nutricional. *Psicol. USP*, v. 19(4).
- Leiva, B., Brito, I., Pérez, N., Torrejón, E. y Hernán, A. (2001). Algunas consideraciones sobre el impacto de la desnutrición en el desarrollo cerebral, inteligencia y rendimiento escolar. *ALAN*. vol.51, no.1, p.64-71. Disponible: http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222001000100009&lng=es&nrm=iso. [Consulta: 2010, Febrero 11]
- López, M., Landaeta, M. y Sifontes, Y. (2010, julio). *Venezuela en su contexto nutricional*. III Jornadas Científicas. Centro de Atención Nutricional de Antimano. CANIA. Caracas, del 05 al 08 de julio.
- Lovera, J. R. (2003). Acervo culinario y patrimonio cultural: Consideraciones históricas y propuestas políticas para Venezuela. *Anales Venezolanos de Nutrición*. 16(1), 31-36.
- Lugli, Z. (2010, julio). *Aspectos socioculturales asociados a la obesidad*. III Jornadas Científicas. Centro de Atención Nutricional de Antimano. CANIA. Caracas, del 05 al 08 de julio.

- Martínez, E. (1999) Educación en Nutrición: Una estrategia preventiva. *Boletín del Centro de Atención Nutricional Infantil de Antimano CANIA*, 2 (2), 16.
- Mirabal de Molines, M. (2005, Julio). *Lineamientos para la educación nutricional en Venezuela*. Ponencia presentada en las II Jornadas científicas CANIA, Caracas.
- Patiño, E. (2005). Educación nutricional y participación; claves del éxito en la nutrición comunitaria. *An Venez Nutr.* [versión en línea]. vol.18, no.1 p.134-137. Disponible: http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522005000100024&lng=es&nrm=iso. [Consulta: 2008 Marzo 14]
- Raqib, R., y Cravioto, A. (2009). Nutrition, immunology, and genetics: future perspectives. *Nutrition Reviews*. Vol. 67(Suppl. 2):p 227–236. Disponible: <http://www3.interscience.wiley.com/cgi-bin/fulltext/122674430/PDFSTART>. [Consulta: 2010, Febrero 15]
- Saenz, B. (1988). *Educación para la Salud en materia nutricional. 1er curso de Educación para la salud*. Madrid.
- Sridhar, D. (2008). *Linkages between Nutrition, Ill-Health and Education*. UNESCO. Disponible: <http://unesdoc.unesco.org/images/0017/001780/178022e.pdf>. [Consulta: 2010, Febrero 15]
- UNESCO, (2007). Construyendo un estilo de alimentación saludable. Proyecto Centro entre todos. Documento en línea. Disponible: <http://unesdoc.unesco.org/images/0015/001524/152486s.pdf#xml> [Consulta: 2010, Febrero 15]
- Vegas, M. (2005, Julio) *Educación nutricional: Enfoque académico*. Ponencia presentada en las II Jornadas Científicas CANIA, Caracas.
- Zarzalejo, Z. y Gaslone, J. (2010, julio). *Factores asociados a la obesidad*. III Jornadas Científicas. Centro de Atención Nutricional de Antimano. CANIA. Caracas, del 05 al 08 de julio.

Configuraciones Discursivas en Torno a la Alimentación

Érika Campos Fernández*

Mayo, 2012

*“Comemos según lo que somos,
pero también somos lo que comemos
ya que la alimentación participa
en la construcción individual y nacional de un pueblo”*

Fischler C

INTRODUCCIÓN

En casi todas las sociedades del mundo, la alimentación se construye, como otros elementos significantes, a partir de un proceso de simbolización, un registro de imágenes y costumbres que manifiestan la estructura social y las relaciones sociales a través de una diversidad de prácticas discursivas. Para Barthes (1961) “los hechos alimentarios se encuentran en las técnicas, en los usos, en las representaciones simbólicas, en la economía, y también en los valores y actitudes de una sociedad dada” (p. 214).

En este sentido, Théodore, Bonvecchio, Blanco y Carreto (2011) señalan que “el hecho alimentario no responde exclusivamente a necesidades

* Profesora en Lengua Extranjera, mención Francés, egresada del Instituto Pedagógico de Caracas - UPEL. Magíster en Lingüística y estudiante del Doctorado en Pedagogía del Discurso, en el mismo Instituto. Profesora en la categoría académica de Asistente, adscrita al Departamento de Expresión y Desarrollo Humano del Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez, Jefe del Área de Lengua y Literatura. Ha trabajado como docente en el área de Lenguaje y Comunicación en el Colegio Universitario Francisco de Miranda y en el Instituto Universitario de Tecnología Bomberil (IUTB). erikacmps@yahoo.com

biológicas mediante el consumo de calorías y nutrimentos, sino que está estructurado por la sociedad y ésta a su vez lo estructura” (p. 210).

Barthes (ob. cit.) explica que los alimentos y, en particular, las comidas constituyen un sistema de comunicación, de tal forma, las prácticas alimentarias alimentarios “han de ser investigadas por donde quiera que se presenten: por observación directa en la economía, en las técnicas y los usos; en las representaciones publicitarias, y por observación indirecta también, en la vida mental de una población particular” (p. 215).

En este sentido, diferentes concepciones sobre alimentación han cobrado un papel significativo en las investigaciones en Ciencias Sociales, por la posibilidad de establecer nexos interdisciplinarios, que permiten abordar ideas fértiles en algunas disciplinas como la antropología, la historia, la sociología, la psicología y la lingüística, entre otras.

Así, las prácticas alimentarias, que por mucho tiempo privilegiaron la significación biológica, por sobre otras formas de significar¹, se ven influenciadas por las diversas prácticas sociales y discursivas², que mediante el discurso y sus manifestaciones, ofrecen diferentes significados para explicar y analizar los fenómenos vinculados al hombre en su relación múltiple y compleja con la alimentación.

Estos significados que emergen del universo simbólico de las prácticas sociales, especialmente, de las prácticas alimentarias, son los que permiten determinar una configuración discursiva en torno a la alimentación. Una construcción semántica implícita a las creencias que son emitidas por las personas, las cuales emergen del análisis de los diferentes discursos y de las represen-

1 La alimentación constituye una función biológica fundamental, que caracteriza a los alimentos como comestibles, establece las formas de preparación y su ocasión de consumo (Théodore, Bonvecchio, Blanco y Carreto, 2011).

2 A partir de Foucault (1970) se habla de prácticas discursivas como reglas constituidas en un proceso histórico que van definiéndose en una época concreta y en grupos o comunidades específicos, las condiciones que hacen posible una enunciación.

taciones que imprimen sentido a las afirmaciones de la gente, para tratar de convencer a los demás (D' Aubeterre, 2001).

Partiendo de estas consideraciones, el propósito de esta comunicación es presentar los diferentes discursos que, en torno a diversas representaciones, van determinando configuraciones discursivas respecto a la alimentación o al hecho alimentario como práctica social.

LAS PRÁCTICAS ALIMENTARIAS

Las prácticas alimentarias como fenómenos culturales y sociales explicables en sí mismos, gozan de diferentes significaciones. La significación biológica de la noción alimentación se articula con los procesos de producción, elaboración y distribución de materia prima (biotecnología y consumo). Asociada a la medicina, la nutrición, analiza la composición química y su relación con el organismo, los procesos de digestión, asimilación y aprovechamiento energético, con sus derivaciones en la salud. Así mismo, en otro plano, donde discurre esta noción, se involucran las prácticas sociales, tradiciones y costumbres culturales, así como también una influencia económica y política vinculada tanto a la distribución del alimento como a la definición de estilos culturales (Cantarero, Medina y Millán, 2002).

Los diversos estudios sobre representaciones simbólicas y discursivas en este campo contienen una diversidad de corrientes explicativas, con coexistencia de enfoques y de conceptualizaciones que se encuentran estrechamente articulados con mitos y creencias culturales vinculados a múltiples prácticas sociales y humanas.

Dentro del campo de las prácticas alimentarias se elaboran múltiples mediaciones simbólicas a través del lenguaje y sus manifestaciones, ofreciendo también múltiples significados. La configuración de las representaciones sobre la noción de alimentación, emerge entonces de la diversidad de códigos y de las formas lingüísticas adaptadas que surgen de las conversaciones en

situaciones cotidianas, de los discursos y retóricas de las prácticas sociales institucionalizadas.

EL DISCURSO DE LA SALUD

A menudo se habla sobre la relación salud y alimentación y en particular cuando se hace referencia a aquellos trastornos que se vinculan más directamente con ésta, como la anorexia, la bulimia o la obesidad, tres factores que han influido decididamente en la modificación de los modelos alimentarios.

El énfasis que se pone en la relación entre alimentación y salud es cada vez mayor, y no se trata de que esta relación aparezca como algo nuevo, ni mucho menos, pero el crecimiento de nuevas disciplinas, como la nutrición y la dietética, ha aportado a lo largo de las últimas décadas un gran número de conocimientos que favorecen esta relación (Cantarero, Medina y Millán, 2002).

Así como el crecimiento intelectual y la cultura crecen de acuerdo a la cantidad y calidad de los conocimientos adquiridos, la base del bienestar físico parece estar en estrecha relación con una alimentación balanceada y natural, aunque el término “natural” represente en sí mismo otra problemática moderna relacionada con la alimentación.

Se suele relacionar la difusión de los discursos salud-alimentación con una preocupación ante aquello que se consume, puesto que de ello depende la salud de las personas. La transmisión de esta creencia se ha intensificado con el desarrollo de ideas circulantes en torno al cuerpo, a la dieta y al bienestar físico, derivadas de modelos de consumo y de hábitos dietéticos heredados y provenientes de prácticas alimentarias foráneas que son adaptadas a las circunstancias locales.

Al respecto, cabe destacar que estas ideas se han difundido y banalizado con una cierta rapidez y extensión, principalmente, a través de los medios de

comunicación de masas y la publicidad, donde se pone mucho empeño en propagar “un gran miedo” a través de un discurso nutricional, que se ha convertido en ideología dominante, en el cual se privilegia un ideal de salud vinculado a la restricción alimentaria como forma de control o de descontrol de la imagen corporal. En este caso, las necesidades fisiológicas de nutrientes quedan supeditadas por un discurso que manifiesta ideas relacionadas con lo estético, con la noción de cuerpo saludable y con cánones de belleza aceptados por la sociedad.

EL DISCURSO DEL CUERPO

En las sociedades modernas circulan permanentemente discursos sobre la bondad de comer determinados alimentos para alcanzar ciertos ideales corporales. Existen pautas externas al individuo que están relacionadas con la imagen o apariencia de la corporalidad que circula a través de medios de comunicación y estas se instalan básicamente a partir de las ideas de belleza y salud donde el cuerpo es objeto de definición (Viola, 2008).

Se puede decir que, en todos los grupos sociales, todos los discursos sobre la corporalidad se encuentran indisolublemente ligados a los modos de comer y, por lo tanto, a las posiciones de los individuos con las responsabilidades y valores asumidos respecto a la comida y a la variedad de actitudes que asume frente a los alimentos.

De acuerdo con Viola (*ob. cit*):

Es en ese amplio recorrido de los discursos sobre la corporalidad derivados de la moda, del alcance de una imagen idealizada, de un estado de salud, donde los individuos restringen o amplían sus repertorios de alimentos con el objeto de intercambiar posiciones del cuerpo propio en relación a las posiciones de un cuerpo de naturaleza social (p. 7).

Dentro de los discursos relativos al cuerpo y su relación con las prácticas alimentarias se extiende un campo semántico asociado a términos tales

como “light”, “natural”, “diet”, “sano”, “natural”, “libre de”, que remiten a conductas vinculadas al bienestar del cuerpo. Por otro lado, los trastornos de la alimentación ponen en evidencia que las relaciones entre cuerpo y alimentación están presentes en forma permanente en las conductas de las personas, y los valores a los que se asocia constituyen un entramado complejo al que no se le puede negar fuerza ni presencia en la sociedad.

La imagen corporal está cargada de significados y se le atribuye una gran expresividad. No sólo se le atribuye la capacidad de sintetizar y mostrar quiénes somos y como somos, si no que se le otorga un gran poder para favorecer o perjudicar la posición social de ciertas personas.

Así, por un lado tenemos la importancia que se concede a la imagen corporal, y por otro el poder que se concede a la alimentación de intervenir en esta imagen. Entre los elementos más despreciativos y mordaces del aspecto físico, destaca el sobrepeso y la obesidad. Y no sólo desde el punto de vista del atractivo físico, sino también desde la valoración del carácter, de la consideración de la personalidad. No resulta nuevo ni sorprendente afirmar que se atribuyen características morales, negativas y positivas respectivamente, a la obesidad y a la delgadez. Por ello, se han encontrado nuevos chivos expiatorios en la persona de los obesos, los anoréxicos o en los bulímicos (Cantarero, Medina y Millán, 2002).

EL DISCURSO GASTRONÓMICO

Los discursos gastronómicos, o los que se dedican a ensalzar esta vertiente del hecho de comer, están estrechamente relacionados con la alimentación como fuente de placer para los sentidos, como instrumento de goce. La selección del alimento es gobernada por un número de características tales como la textura, el olor, el color (además de otras características visuales) incluso el sonido (crocancia); con los que se conjugan aspectos fisiológicos percibidos en la saciedad o en la digestibilidad. Se trata de la dimensión sensorial del alimento (Viola, 2008).

El placer de los sentidos se traduce en la sociedad a través de diversos mecanismos, entre ellos el sexo y la alimentación, los cuales son vías privilegiadas para acceder al poder. De acuerdo con Foucault (2008) “en nuestra sociedad, los mecanismos de poder se dirigen al sexo, al cuerpo a la vida, a lo que la hace proliferar: salud, progeneración, raza, porvenir de la especie, vitalidad del cuerpo...” (p. 53). Por ello, creer que, en cuestiones de alimentación, salud y placer van reñidos, es un gran error.

Así, en una sociedad en la que el acceso a los alimentos es más o menos generalizado, aunque desigual, la satisfacción de los deseos y la búsqueda del placer personal, que venden los discursos hedónicos sobre la alimentación, encuentran terreno fértil en los agentes interesados en hacer de esa inclinación humana el motor de desarrollo de todo un sector económico, de producción y distribución de alimentos.

EL DISCURSO ÉTICO Y MORAL EN TORNO A LA ALIMENTACIÓN

Alrededor de la alimentación, como alrededor de todas aquellas actividades relevantes para el ser humano, han surgido y siguen surgiendo discursos éticos y morales. Probablemente porque la alimentación es una de las formas en que el ser humano aborda la comprensión del mundo y de sí mismo, y además, porque la descripción, explicación y predicción del comportamiento alimentario presenta una complejidad creciente, muy conectada al comportamiento de los grupos sociales (Cantarero, Medina y Millán, 2002).

Las estrictas prohibiciones así como el exceso alimentario son conductas moralmente rechazadas o aprobadas, según sea el caso, por la sociedad. Por ejemplo, es moralmente aceptado, como muestra de autodominio y de buen comportamiento, el consumo alimentario comedido, mientras que el exceso continuado tiene connotaciones morales negativas, por su carácter de desbordamiento de los límites.

Asimismo, desde un punto de vista ético, el desperdicio y el desaprovechamiento de alimentos, así como el exceso alimentario, son percibidos como

una apropiación indebida de unos recursos muy desigualmente repartidos a escala mundial. Niños, mujeres, hombres, ancianos, de realidades urbanas y rurales, tienen como rutina la trágica situación del hambre (da Rosa, Amaral y Conti, 2006).

EL DISCURSO POLÍTICO Y ECONÓMICO EN TORNO A LA ALIMENTACIÓN

La alimentación es un tópico privilegiado en el discurso político, se trata de un tema que acapara siempre, en todas sus modalidades: producción distribución y consumo, la atención de los actores políticos, cuyas posturas, en relación con el tema, giran siempre en torno al propósito de “eliminar el hambre y garantizar los alimentos para todos, hoy y mañana”.

Los reclamos de los países latinoamericanos, y en general de los países pobres, han estado vinculados a la necesidad de cambiar las políticas de producción de alimentos y la liberación del comercio (impuestos, barreras arancelarias, comercio exterior) como una vía para garantizar el derecho fundamental a la alimentación. La alimentación, desde hace poco tiempo, pasó a ser considerada como un derecho humano inalienable y prioritario, por lo tanto, todavía hay mucho a ser construido en esta perspectiva (Arroyo, 2002).

La alimentación, en la mayoría de las sociedades latinoamericanas, depende de la producción agroalimentaria. Y esta es uno de los sectores centrales de la economía, que adquiere un sentido concreto en un modelo de desarrollo económico y político concreto, y ambas cosas van de la mano. Esto quiere decir que aquello que se come es aquello que se ha decidido producir, y las decisiones productivas se basan en gran medida, aunque no solamente, en criterios económicos y políticos.

Las formas de producción, distribución y comercialización alimentaria generan un gran número de discursos que las explican, las interpretan y las legitiman o deslegitiman, la mayoría reflejan representaciones sobre aquello que es conveniente producir y, por tanto, comer. Sobre la base de ese en-

tendimiento opera el discurso político, que suele estar atiborrado de datos y estadísticas relativas a los supuestos progresos alimentarios.

En este sentido, los candidatos políticos convierten hábitos alimenticios, crisis alimentaria y cultura culinaria en temas de campaña, y los presidentes electos le dan prioridad al tema en sus programas sociales. Así, por ejemplo, en Brasil se desarrolló un programa conocido como Programa Hambre Cero, en Paraguay, en lo referente a la seguridad alimentaria y nutricional, se crea el Sistema de Complemento Nutricional y Control Sanitario en las escuelas y el Programa de Complemento Nutricional Escolar. El Programa Nacional de Asistencia Alimentaria (PRONAA) se pone en práctica en Perú, en Colombia el programa Red de Seguridad Alimentaria (RESA) y en Venezuela se han puesto en marcha el Plan Zamora, Programa de Alimentos Estratégicos (PROAL), programa Mercados de Alimentos (MERCAL), el programa Casas de Alimentación, y el Programa de Protección y Atención Nutricional y Alimentaria (da Rosa, Amaral y Conti, 2006).

De esta manera, el derecho a una alimentación suficiente tiene en el contexto social un claro carácter político, es un derecho de los ciudadanos, que los entes gubernamentales deben garantizar.

CONCLUSIÓN

Las configuraciones discursivas en torno a la alimentación surgen y se sustentan en las representaciones y discursos de las prácticas sociales, entre las cuales se deben considerar las prácticas alimentarias. La heterogeneidad de discursos en torno a estas prácticas permite demostrar que los hábitos alimenticios no solo se corresponden con aspectos biológicos de la vida, sino que también dilucidan el discurso político, económico y social que subyace en las diversas manifestaciones de la vida cotidiana.

Las representaciones y los discursos ameritan ser analizados desde diferentes perspectivas de estudio, ya que ningún discurso por si solo se traduce

en representaciones homogéneas en el conjunto de la sociedad y las representaciones son alimentadas por formaciones o reconstrucciones que provienen del imaginario colectivo.

La noción de alimentación constituye entonces una estructura análoga a otros sistemas de comunicación, en la medida que su uso se extiende en un amplio campo de significados que continuamente se desplazan y se reconfiguran desde determinada configuración discursiva.

REFERENCIAS

- Arroyo, E. (2002). Mundo Agrario. *Revista de estudios rurales*, 5, II Semestre. Argentina: Centro de Estudios Histórico Rurales. Universidad Nacional de La Plata.
- Barthes, R. (1961). Pour une psycho-sociologie de l'alimentation contemporaine. *Annales* septiembre – octubre. Traducción de Lucía Torres Salmerón y Luis Enrique Alonso.
- Cantarero, L., Medina, F. y Millán, A. (2002). Alimentos, alimentación y cocina. Su papel como eje o pretexto en discursos contrastados y ajenos. *Cultura y Política* – Actas del IX Congreso de Antropología FAAEE. Junio de 2002. Universitat de Barcelona.
- D'Aubeterre, L. (2001). Ciudad, discursividad, sentido común e Ideología: un enfoque psicosocial de la cotidianidad urbana. *Espacio Abierto*, abril-junio, 12, 02. Asociación Venezolana de Sociología. Maracaibo –Venezuela. Pp. 169 – 182.
- Foucault, M. (1970). *Arqueología del saber*. México: Siglo XXI.
- Foucault, M. (2008). *Historia de la sexualidad*. La voluntad de saber. México: Siglo XXI.
- Rosa, E. da., Amaral, V. y Conti, L. (2006). *Derecho humano a la alimentación en América Latina*. Passo Fundo, Brasil: Gráfica Editora Berthier.
- Théodore, F., Bonvecchio, A., Blanco, I. y Carreto, Y. (2011). Representaciones sociales relacionadas con la alimentación escolar: el caso de las escuelas públicas de la Ciudad de México. *Salud Colectiva*, 7(2). Pp. 215 – 229. Buenos Aires, Argentina.
- Viola, M. (2008). *Estudios sobre modelos de consumo: Una visión desde teorías y metodologías*. Buenos Aires, Argentina: Centro de Estudios del Sistema Agroalimentario. Universidad Nacional de Lomas de Zamora.

La Transdisciplinariedad: “Diente de León” Un camino a seguir. Caso: UNIMET

María Elena Del Valle de Villalba *

Mayo, 2012

*Tu verdad no; la verdad
y ven conmigo a buscarla.*

La tuya, guárdatela.

Antonio Machado

INTRODUCCIÓN

Empezaba el año 2008 y un grupo de profesores nos reuníamos como práctica catártica a dialogar sobre nuestras inconformidades pedagógicas. Era una alineación de profesores “collage”. Literatos, historiadores, antropólogos, biólogos, matemáticos experimentando el síndrome de La Torre de Babel a la inversa. Teniendo lenguas diferentes, nos entendíamos. Había un vértice en el que todos confluíamos, una misma angustia repetida... La gramática? : Una sola... Interrogativa en casi todos los casos. ¿Qué estamos haciendo mal? ¿Por qué nuestros alumnos parecieran estar discapacitados para el pensamiento complejo? Les pedimos volar y para ello construyen barcos de vela. ¿Dónde está el error?, ¿Por qué no bastan nuestras buenas intenciones?

* Profesora en Historia Económica y Social de Venezuela, Maestría en Historia Económica y Social de Venezuela, Doctora en Ciencias de la Educación, Coordinadora del Núcleo de Investigaciones Geohistóricas “Lisandro Alvarado”- UPEL-IPMJMSM. Investigadora certificada de la Universidad Complutense de Madrid, Grupo Internacional CONCILIUM y del CELARG, adscrita a la línea de investigación, Ciencias del lenguaje y con siete años de investigación en el área de análisis del discurso. Profesora Ordinaria de la Universidad Pedagógica Libertador. Investigadora acreditada del CYTED, la AECID y Universidad de Telemuco Chile. Correo electrónico: manedelvalle@hotmail.com

Son las 4 de la tarde y en mi casa en la Urbina estoy con mi familia viendo en la televisión la descripción de la tragedia que estremece a Chile luego del fuerte terremoto que en la madrugada de un sábado 27 de febrero sacudió su sueño. Presa del calor que hervía la realidad nacional, decidimos abrir las ventanas para refrescar en algo el ambiente. De súbito una suave brisa caliente movía tímidamente las hojas de la prensa y los cabellos de mi hija adolescente y con ella por la ventana de mi habitación, en lo alto de un piso trece, entró orgullosa y como concedora del espacio una semilla de “diente de león”. Mi hija fue la primera en percatarse y yo la responsable de atraparla en mis manos. Al día siguiente, en la Julia (sector del Ávila), a la que suelo subir cada vez que puedo, marchita por la consecuente sequía, al llegar a la casa del guarda-parques vi el árbol donde estas semillas permanecían hasta recibir la asignación de su próximo itinerario. No pude evitar reflexionar en torno a la interconexión de todo lo que nos rodea y en lo decidido del recorrido de la semilla, desde su origen hasta mi habitación.

La naturaleza usa al viento para hacer llegar las semillas de nuevas plantas a espacios distantes y será el viento y sus caprichosas direcciones quien hará llegar ese “*diente de león*” hasta su destino. En la filosofía contemporánea han surgido lectores de este fenómeno como Herbert Marshall McLuhan, educador, filósofo y estudioso canadiense. Profesor de literatura inglesa, crítica literaria y teoría de la comunicación quien durante el final de los años 60 y principios de los 70, McLuhan acuñó el término *aldea global* para describir la interconexión humana a escala global generada por los medios electrónicos de comunicación.

Otra lectura de este fenómeno se le conoce como “*efecto mariposa*”. Este es un concepto que hace referencia a la noción de sensibilidad a las condiciones iniciales dentro del marco de la teoría del caos. La idea es que, dadas unas condiciones iniciales de un determinado sistema caótico, la más mínima variación en ellas puede provocar que el sistema evolucione en formas completamente diferentes. Sucediendo así que, una pequeña perturbación inicial, mediante un proceso de amplificación, podrá generar un efecto considerablemente grande. En la Historia Universal Contemporánea se han dado hechos que dada su complejidad e impacto en la vida social han viajado como el “*dien-*

te de león” desde regiones distantes para preñar diferentes contextos de nuevas realidades e inquietudes, como una suerte de mecanismo de supervivencia y de propagación generado por la propia raza humana.

Es así como desde 1998 un diente de león danzaba por el mundo de las letras. Le llamaban: *Transdisciplinariedad*. Tan sólo el prefijo generaba suspicacia. ¿Cómo se pueden superar las disciplinas? ¿Es eso posible? ¿Qué utilidad tiene? Empezamos a leer a los teóricos de esta nueva cuasi secta académica y nos topamos con las afirmaciones atrevidas de Nicolescu, de Morín, de Gadamer invitando a señores de feudos académicos separados por muros disciplinares a derribarlos y a mirarse en el otro como en un espejo.

Una palabra de una belleza virginal, que no ha sufrido todavía la usura del tiempo, se expande actualmente como una explosión de vida y de sentido, un poco por todas partes en el mundo, sentencia Nicolescu. Esa palabra es TRANSDISCIPLINARIEDAD. No es el nombre de un tipo de alimento o la etiqueta de algún multivitamínico, es la bandera de una revolución pedagógica, una revolución del pensamiento. Recuerdo que en los primeros congresos en los que planteamos esta inquietud, muchos colegas ni siquiera atinaban a pronunciarla correctamente. ¿Qué pueden tener en común un matemático y un sociólogo? ¿De qué pueden hablar un físico con un historiador? ¿Será que al desarrollarnos en nuestro campo disciplinar estamos condenados a atrofiar nuestro ser interior? ¿En qué parte del camino dividimos el saber en tantos estancos que dejó de importarnos lo verdaderamente importante?

Uslar Pietri afirmó en su escrito *¿Qué nos importa la Guerra de Troya?*, que en todo momento decisivo se vuelven al pasado. Lo hizo Cronwell con el cristianismo, los revolucionarios franceses a la República romana, y nosotros también miramos atrás, en este caso no como la mujer de Lot, sino para beber en las aguas correctas.

¿Qué llamado hizo acercarse a un monje como Pascal al campo de las Ciencias exactas? ¿Qué embrujo convirtió a un artista plástico como Leonardo Da Vinci en un ingeniero informal? ¿Será que esto de la transdisciplinariedad ha existido siempre? ¿Será que los llamados “encausadores de la esperanza” han estado de incógnito en los momentos ilustres de nuestra historia? ¿Es

acaso un viento viejo, un sueño tallado en el inconsciente que regresa como “*déjà-vu*”? Fue allí cuando pensé en esta reflexión como *diente de león*, ese que de la nada y en inconsciente sincronía con el universo llega a fecundar nuevos y disímiles espacios. Es un futuro viejo, es una nueva tradición.

Martínez (2007), uno de los teóricos más reputados, señala que el “movimiento” intelectual y académico denominado “transdisciplinariedad” se ha desarrollado mucho en los últimos 15 años; este movimiento desea ir “más allá” no sólo de la uni-disciplinariedad, sino también, de la multi-disciplinariedad (que enriquece una disciplina con los saberes de otra) y de la inter-disciplinariedad (que lleva, incluso, el orden epistémico y metodológico de una a otra). Aunque la idea central de este movimiento no es nueva (Piaget la proponía ya en los años 70 como una “etapa nueva” del conocimiento), su intención es superar la parcelación y fragmentación del conocimiento que reflejan las disciplinarias particulares y su consiguiente hiperespecialización, y, debido a esto, su incapacidad para comprender las complejas realidades del mundo actual, las cuales se distinguen, precisamente, por la multiplicidad de los nexos, de las relaciones y de las interconexiones que las constituyen (p. 78). Lo anterior confirma entonces lo añejo de esta nueva inquietud.

Han sido muchas las arriesgadas empresas emprendidas desde entonces de la mano de este “*diente de león*”. La Ruta del Cacao, Literatura e Historia: un mismo eje temático, La guerra Civil Española a través de la séptima arte y pare usted de contar. Los resultados: esperanzadores, generadores de sonrisas orgullosas en los rostros involucrados, artículos publicados, libros, congresos, etc. Todo esto nos lleva hoy a la reflexión que ocupan estas líneas. La revisión del modelo curricular de nuestra universidad y la reformulación de los contenidos y de estrategias de abordaje de los mismos. Sin proponérselo y en perfecta sincronía, se nos presentó como niña decorosa, la oportunidad de aplicar esta “Olla podrida”¹ a la evaluación del currículo.

1 La expresión “Olla Podrida” es utilizada por los historiadores del Renacimiento para referirse a este prolijo momento en el que el más puro pensamiento clásico se reencontró con la apertura epistémica de la Modernidad.

COMPRESIÓN DE VENEZUELA era el feudo asignado en concesión temporal. La Universidad Metropolitana, como un mecenas medieval, nos autorizó la partida en este viaje. El reto era entonces voltear como un guante la materia y hacerla transdisciplinar, forjadora de competencias, volverla capaz de despertar apetito por el conocimiento no de cualquier eje temático sino la comprensión de una realidad multidimensional con nombre de mujer: VENEZUELA. Comprensión de Venezuela, surge en el pensum de la UNIMET luego de la división del curso PENSAMIENTO OCCIDENTAL, en dos sub-áreas: Lenguaje y Universalidad y Comprensión de Venezuela. La primera prela a la segunda y en ambas se pretende la misma alfabetización. Lo primero fue definir competencias y contenidos a ser desarrollados. Los dividimos en tres grandes áreas: POLÍTICA-ECONOMÍA-SOCIEDAD Y CULTURA.

Revisemos primero el apartado de las competencias. Mastache (2007) las define así:

las competencias van más allá de las habilidades básicas o saber hacer ya que implican saber actuar y reaccionar; es decir que los estudiantes sepan saber qué hacer y cuándo. De tal forma que la Educación Superior debe dejar de lado la memorización sin sentido de temas desarticulados y la adquisición de habilidades relativamente mecánicas, sino más bien promover el desarrollo de competencias susceptibles de ser empleadas en el contexto en el que se encuentren los alumnos y alumnas, que se manifiesten en la capacidad de resolución de problemas, procurando que en el aula exista una vinculación entre ésta y la vida cotidiana incorporando los aspectos socioculturales y disciplinarios que les permitan a los egresados desarrollar competencias educativas.

Como puede evidenciarse este “negocio” de la transdisciplinariedad parece encajar perfectamente, la vinculación de lo que aprenden con diferentes áreas del conocimiento y a su vez, la aplicación de esto mismo en la vida cotidiana, nos dieron la excusa perfecta para aplicar nuestro “*diente de león*”.

Las competencias de este curso están orientadas a la formación de ciudadanos reflexivos y participativos, conscientes de su ubicación en el tiempo y el espacio, comprendiendo el mundo actual, partiendo del entendimiento de

los acontecimientos mundiales que han marcado el devenir de los siglos XX y XXI con un sentido reflexivo, crítico y racional. Se enfatiza la formación del estudiantado en una perspectiva plural y democrática con el fin de interpretar su entorno social y cultural de manera crítica, a la vez que puedan valorar prácticas distintas a las suyas, reconociendo su significado en un sistema cultural en el cual sea capaz de desenvolverse. Es evidente que se imbrican en una sola, varias áreas del saber: Historia, Geografía, Valores, Filosofía. Todas ellas persiguen un mismo propósito: formación de ciudadanos reflexivos, participativos, conscientes de su entorno y conscientes también de su papel protagónico en el mismo.

De tal manera, el curso *COMPRENSIÓN DE VENEZUELA* fomenta en el alumnado la indagación, la lectura y el tratamiento crítico de la información, la comprensión de la causalidad múltiple, la valoración del patrimonio y el fortalecimiento de los valores como la igualdad, la tolerancia y la solidaridad, así como la reflexión personal acerca de la importancia de construir conocimiento. Todo lo antes descrito se cimenta sobre el uso consciente y adecuado del lenguaje en sus contextos: oral y escrito, evidenciado en la construcción de un discurso coherente y cohesionado, todo ello desde las bases teóricas de la transdisciplinariedad.

Desde el punto de vista curricular, cada materia de un plan de estudios mantiene una relación vertical y horizontal con el resto, el enfoque por competencias reitera la importancia de establecer este tipo de relaciones al promover el trabajo interdisciplinario, en similitud a la forma como se presentan los hechos reales en la vida cotidiana. Dentro del campo disciplinar de Humanidades y Ciencias Sociales el curso *COMPRENSIÓN DE VENEZUELA*, es la prelación de materias de mayor complejidad en la que las competencias en esta desarrolladas serán requeridas. En la misma, como ya se ha dicho se recorren de manera recursiva contenidos y ejes temáticos de varias áreas del conocimiento, constituyéndose cada una de estas experticias en pre-requisito de las siguientes.

Nuestro propósito es entonces establecer en una unidad común los conocimientos, habilidades, actitudes y valores que los alumnos deben poseer,

cubrir satisfactoriamente las necesidades que el estudiantado espera, con la flexibilidad requerida de acuerdo a las condiciones socioculturales y económicas que se encuentran en el país y la comprensión del entorno social, político, económico, geográfico y cultural, a partir del conocimiento de los elementos claves del desarrollo histórico de la humanidad, afianzando la construcción de un discurso coherente y adecuado así como el uso apropiado del lenguaje.

A partir de la acción vinculada de tres de los siete ejes transversales del modelo educativo de la Unimet² (*Lingüístico, Desarrollo del Pensamiento, Dominio del contexto Cultural*) y con el propósito de desarrollar en los estudiantes competencias específicas hasta un nivel de dominio elemental, determinado por la conceptualización de cada uno de los ejes involucrados, se espera generar un perfil estudiantil de mayor discernimiento académico para la vida universitaria y para el firme ejercicio eficaz en las asignaturas de la carrera seleccionada.

Las competencias que se proponen desarrollar con el curso se describen en el cuadro siguiente. Acompañadas de los ejes transversales se describen los niveles de dominio esperados y los atributos que caracterizan a dicho dominio. Nótese la relación existente entre contenidos, ejes, competencias y disciplinas. Lo que buscamos en este caso no es sólo la aproximación a un conocimiento necesario sino la comprensión de la realidad como el espacio donde ese conocimiento se dibuja. Buscamos aproximar al alumno a la comprensión de su realidad desde una visión compleja y transdisciplinar ya que recibiendo sólo fragmentos de la realidad, se hace cuesta arriba la interpretación del entorno.

En este sentido afirma Martínez (2007):

...Por todo ello, nunca entenderemos, por ej., la pobreza de una familia, de un barrio, de una región o de un país en forma aislada, desvinculada de todos los demás elementos con que está ligada, como tampoco entende-

2 El modelo educativo de la Unimet contempla el desarrollo de siete Ejes transversales, a saber: Lingüístico, Desarrollo del Pensamiento, Dominio del Contexto Cultural, Gestión de la Información, Responsabilidad Social, Emprendimiento y el de Dimensiones Personales.

remos el desempleo, la violencia o la corrupción, por las mismas razones; y menos sentido aun tendrá la ilusión de querer solucionar alguno de estos problemas con simples medidas aisladas. Esa separación de saberes se torna inoperante cuando se enfrenta a la realidad concreta que vivimos: los niveles de pobreza, los índices de violencia y criminalidad, el porcentaje del desempleo, el logro de una vida sana y una educación generalizada y, en suma, una vida humana digna para toda la población, están ligados como un rizoma con muchos otros factores de muy diferente naturaleza que no se pueden desconocer para poderlos resolver. De lo contrario, terminaremos, como dice Laotsé en el Libro del Tao, que “nuestro conocer es un ‘no-conocer’; he aquí el problema”. (p 2)

EJE TRANSVERSAL	COMPETENCIA	NIVELES DE DOMINIO	ATRIBUTOS
Eje de Dominio del Contexto Cultural	Ubicación en Tiempo y Espacio	Identificar los elementos clave en el desarrollo histórico de la humanidad en los distintos ámbitos.	<p>a. Reconoce la existencia de un tiempo pasado con sentido cronológico en una espacialidad.</p> <p>b. Establece un orden coherente de los sucesos históricos en el pasado y su progresión hacia el presente.</p> <p>c. Determina elementos y/o factores que inciden en el desarrollo del tiempo pasado (histórico) hacia el presente.</p> <p>d. Sitúa hechos históricos fundamentales que han tenido lugar en distintas épocas en Venezuela y en el mundo con relación al presente.</p>
	Pensamiento Crítico	Estimular el propio modo de pensar y razonar en las situaciones y tareas académicas habituales y adoptar estrategias para mejorarlo.	<p>a) Identifica las ideas y/o conceptos principales (previos y propios) que intervienen en su proceso reflexivo y crítico.</p> <p>b) Determina las estrategias de aprendizaje y reflexión que emplea para sí mismo.</p> <p>c) Emplea y comparte estrategias de aprendizaje y reflexión nutriéndose de elementos propios y ajenos.</p> <p>d) Mantiene una actitud respetuosa hacia la interculturalidad y la diversidad de creencias, valores, ideas y prácticas sociales.</p>

EJE TRANSVERSAL	COMPETENCIA	NIVELES DE DOMINIO	ATRIBUTOS
Dominio del Contexto Cultural	Sensibilidad Estética	Identificar la diversidad presente e inherente a las manifestaciones estéticas	<ul style="list-style-type: none"> a) Comprende la existencia de un abanico plural de manifestaciones de estéticas. b) Determina y valora las cualidades particulares de las manifestaciones estéticas que conoce. c) Respeta la existencia de la diversidad en las distintas manifestaciones estéticas.
Eje Lingüístico:	Destrezas para comunicarse (<i>oralmente y por escrito</i>)	<p>Mostrar comprensión y procesamiento de la lectura incorporando el conocimiento obtenido y los elementos léxico-semánticos de la lengua culta</p> <p>Mostrar habilidad para redactar párrafos argumentativos bien contruidos bajo criterios de la lengua culta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> a) Habilidad para ordenar u organizar un cuerpo complejo de ideas. b) Crea mensajes organizados con partes reconocible: introducción, desarrollo, cierre. c) Extrae información que se encuentra en el texto leído (es decir, la respuesta se encuentra fácilmente en el texto) d) Capacidad para analizar, evaluar y ponderar críticamente argumentaciones, tanto de carácter práctico y de construirlas

COMPETENCIAS:	MÓDULOS:	Ejemplo:
PENSAMIENTO CRÍTICO:	ESTRUCTURA POLÍTICA DE VENEZUELA (*) ESTRUCTURA ECONÓMICA ESTRUCTURA SOCIAL(**) CULTURA VENEZOLANA	(*) Identifica los elementos ideológicos que caracterizan los partidos políticos en Venezuela, en el pasado y el presente. Se interroga sobre su propia inclinación ideológica. (**) En los nuevos criterios de clasificación social, determina los atributos que lo ubican en algún estrato en particular.
UBICACIÓN EN EL TIEMPO Y EL ESPACIO	ESTRUCTURA POLÍTICA DE VENEZUELA ESTRUCTURA ECONÓMICA (*) ESTRUCTURA SOCIAL CULTURA VENEZOLANA	(*) Discrimina en el Mapa de Venezuela las principales actividades económicas y su ubicación geográfica.
DESTREZAS PARA COMUNICARSE	ESTRUCTURA POLÍTICA DE VENEZUELA ESTRUCTURA ECONÓMICA ESTRUCTURA SOCIAL CULTURA VENEZOLANA	
SENSIBILIDAD ARTÍSTICA	ESTRUCTURA POLÍTICA DE VENEZUELA ESTRUCTURA ECONÓMICA ESTRUCTURA SOCIAL CULTURA VENEZOLANA	

Para poder lograr lo que el autor plantea, para acertar el disparo en el blanco correcto no basta entonces “Saber” o “Conocer” los contenidos a desarrollar, sino que urge en este caso desarrollar en los docentes que administrarán el curso la flexibilidad funcional, la disposición a lo nuevo, el abandono de las zonas de confort académicas, los feudos intelectuales, empresa que debo confesar no fue del todo sencilla.

Se trata de una nueva sensibilidad, un nuevo algoritmo cognitivo que nos se nos ha enseñado y al que sólo unos adelantados (como los mencionados en líneas previas) llegan por las sendas de la intuición. Re-semantizar los conceptos, valorar y revalorar las categorías de investigación, es un viaje movido que lleva su tiempo. Acostumbrados a las certezas, nos movilizan las incertidumbres, formados en el conductismo, no saber que esperar nos desespera.

El mundo que vivimos hoy demanda entonces una re-educación desde estos nuevos paradigmas que no solo permean al estudiante, sino en primer y más determinante término al docente. Lo siguiente en este camino fue determinar el contenido flotante que nos permitiría capturar el interés de los alumnos. Se trata no sólo de desarrollar las competencias ya descritas, de abordar los contenidos señalados, de vincular múltiples disciplinas sino también de lograr que el proceso no fuera un jarabe de toma obligatoria, sino una aventura apasionante en la que el alumno descubra y se descubra.

Pero antes de describir cual fue en esta ocasión, me permito describir un poco ¿de qué va esto del contenido flotante? La idea es, para decirlo sencillo, escoger un tema, personaje, hecho histórico que permita de manera articulada pasearse por todos los objetivos del curso haciendo profundidad en el contenido escogido, sin que esto implique en ningún caso, el soslayo de alguna de las competencias se espera desarrollar.

Con lo cual queda claro, que la “*vedette*” no es el contenido flotante, este es el *pretexto* que nos permite el enamoramiento del estudiante, la conquista del mismo para el emprendimiento de una travesía que se presume agradable. El contenido flotante permite entonces ser posicionado de se le requiera,

abordado el tiempo y espacio deseado, facilitando además la percepción de las relaciones causa-efecto, la comprensión de la historia como continuo, no lineal.

En esta oportunidad el tema flotante escogido fue: LAS MIGRACIONES. El tema del movimiento interno y externo de la población en la Historia de Venezuela, es una línea transversal, desde los momentos fundacionales de la República hasta la más cercana contemporaneidad está presente terco y contundente como elemento definitorio de la mentalidad colectiva venezolana. La migración ha sido definida por muchos teóricos a lo largo del tiempo y en el caso venezolano esta ha sido objeto de migraciones internas y externas.

Las últimas son definidas por Bauböck (citado por Rivas, 2004, p. 194) como la «relocalización de individuos entre estados-nación», los cuales juegan un papel importante no sólo al configurar los patrones migratorios, sino cuando influyen en los tipos magnitud y densidad de las redes de migrantes.

Por su parte para Delgado de Smith (2007, p. 197), la migración se entiende como «todas las maneras con que los ciudadanos de cualquier nación satisfacen la siempre existente necesidad de cambiar de lugar de residencia». Pellegrino (2011) señala que existen tres grandes corrientes migratorias en América Latina motivada cada una de ellas por variopintas razones: En primer término: la movilización de profesionales y técnicos que se mueven a diversos países en busca de mejores condiciones laborales. Mejores salarios y la posibilidad de la realización personal son el motor del movimiento en este caso. En segundo término: la migración de tipo fronterizo.

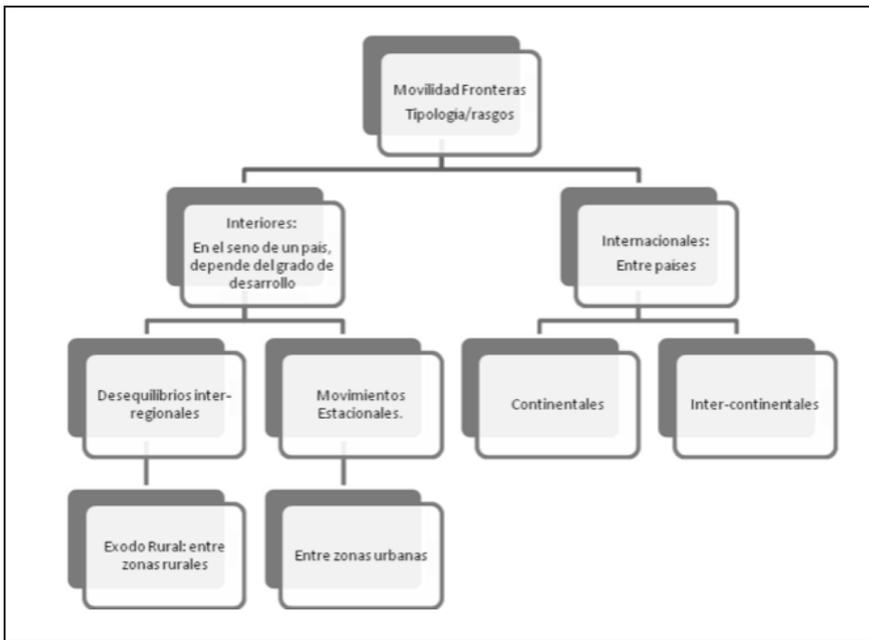
En este caso particular se trata de aquella que actúa como generadora de generación de relevo en las zonas rurales desabastecidas de mano de obra. *Por último* las migraciones de exilio o de refugiados, motivadas por las guerras internas o la represión política.

En el caso venezolano el siglo XIX y XX es el escenario de grandes oleadas migratorias. El período entre 1815 y la Primera Guerra Mundial ha sido denominado como el de las “grandes migraciones” o “migraciones en masa”, ya que se produjo una emigración masiva desde Europa en el siglo XIX: *entre*

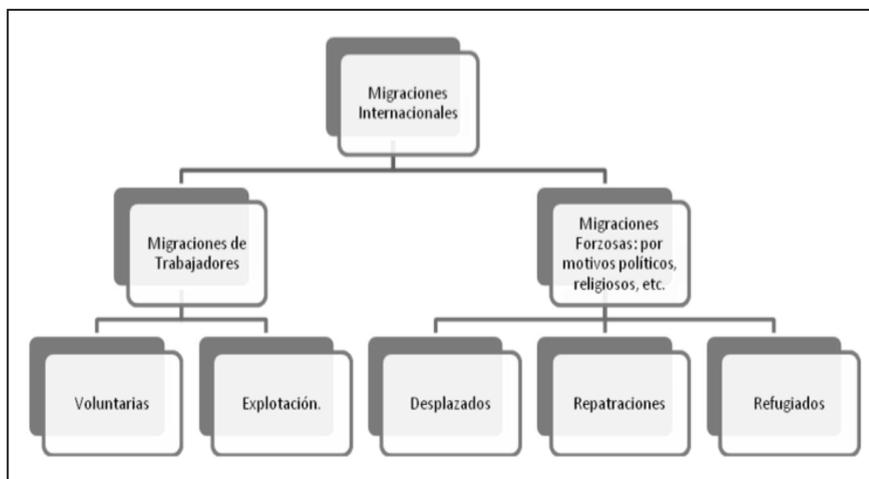
55 y 60 millones de personas procedentes de este continente emigran, la mayoría al que llamaron “Nuevo Mundo”, es decir, a los Estados Unidos de América y a América del Sur.

Del mismo modo, el período inter-bélico en el que en Europa se desarrollan los grandes totalitarismos, es otro momento en el cual las migraciones externas se dibujan en nuestra geografía. En cuanto al destino, más de la mitad de los 60 millones de estos europeos que emigraron, lo hicieron a EEUU (prácticamente la totalidad de ingleses, irlandeses, etc.), aunque también se dio el caso de países que eligieron como destino América del Sur (así, desde Portugal se emigró hacia Brasil y desde España se emigró principalmente a América Latina).

De esta manera la migración como contenido flotante nos permite perfectamente desarrollar todos objetivos planteados por el curso COMPRENSIÓN DE VENEZUELA ya que a lo largo del lapso estudiado se dan todos los tipos de migraciones, a saber:



MIGRACIONES INTERNAS



MIGRACIONES EXTERNAS

El tema de las migraciones permite de esta manera estudiar a lo largo del curso la Historia como continuo y además abordar un elemento definitorio del estudiantado unimetano. Un componente importante de estudiantes de la UNIMET, son descendientes de inmigrantes de cualquiera de los momentos descritos como grandes oleadas migratorias en líneas previas, con lo cual, historiar las migraciones en Venezuela en la mayoría de los casos implicaba historiar la constitución de sus propias familias.

A través de la elaboración de un trabajo especial fue asignado a los alumnos: LA RECONSTRUCCIÓN DEL PROCESO MIGRATORIO DE SUS FAMILIAS el mismo responde a los lineamientos de la técnica de investigación cualitativa: Historias de Vida, Veras (2010) señala:

La utilización de la historia de vida en las ciencias sociales empieza a principios del siglo XX. Originalmente fue concebida y utilizada como una técnica, entre otras, relacionada con el uso de los documentos personales en la investigación sociológica. En este artículo, inspirada en algunos autores que influenciaron el desarrollo de la investigación sociológica en São Paulo, a partir de la década de 40 del siglo XX, reflexiono acerca de las posibilidades de la historia de vida de ser utilizada como método. An-

tes de eso, en los años 1930, Gilberto Freyre ya había puesto en práctica los métodos empáticos. Aunque no ocupó la expresión “historia de vida”, Freyre entendió la vida del otro como un dato a ser vivido por el propio investigador, por medio de la empatía, constituyendo de esta manera su abordaje histórico-social del cotidiano. (Ribeiro 2001)

De esta manera, el alumno debe realizar un trabajo de minería documental desde sus abuelos hasta su persona, en el que recopilará todo tipo de documentos e información que permitan explicar los procesos migratorios en los cuales se han visto involucrados sus familiares. Todo esto acompañado de una descripción contextualizada de lo que ocurría tanto en Venezuela como en el país de origen según sea el caso. Se trata entonces, de un proceso consciente en el cual cada estudiante comprende de manera genuina y vivencial la Historia de su país, los elementos culturales que la definen y la diferencias de otras cultural.

Finalmente, luego de describir el largo trayecto de este “diente de león”, de valorar sus implicaciones y de describir a grandes rasgos un ejemplo de su aplicación podemos concluir lo siguiente:

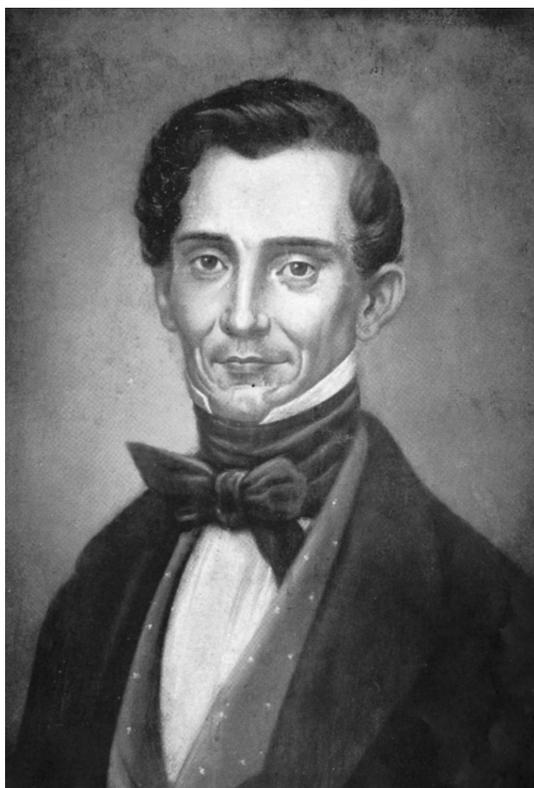
- se valoriza de sobremanera la participación de los sujetos (estudiantes-profesores) cognoscibles de la investigación. Se redimensiona su participación haciéndola emancipadora y protagónica.
- el actor principal de la investigación no es currículo, ni los objetivos sino básicamente alumnos y docentes que desde una base teórica sólida y gracias a un acompañamiento sistemático logran el enganche del estudiante con su pasado personal y su historia nacional.
- Este tipo de abordajes permite la comprensión desde un punto de vista sistémico, global de lo estudiado, en el cual los contenidos no son eslabones desarticulados sino elementos imbricados e inseparables.
- la riqueza de enfoques científicos diferentes con un solo problema, es decir, abordar un mismo objeto de estudio desde diferentes perspectivas le da a esta empresa alcances importantes.

- y finalmente, este enfoque busca la articulación cualitativa y cuantitativa para lograr procesos de desarrollo sostenible del conocimiento, generación de saberes pertinentes que no solo llenen vacíos cognitivos en los estudiantes sino que también lo habiliten para comprender su entorno e intervenirlo en la procura de sus propósitos.

REFERENCIAS

- Delgado de Smith, Y. (2007). Migración desde la perspectiva de género: el caso venezolano. En A. Santana (Comp.), *Retos de la Migración Latinoamericana* (pp. 195-215). México: UNAM
- Martínez, M. (2007). *Conceptualización de la Transdisciplinariedad*. Revista Polis. Revista Académica de la Universidad Bolivariana. Nro. 16.
- Mastache, A. (2007). *Formar personas competentes. Desarrollo de competencias tecnológicas y psicosociales*. Ed. Novedades Educativas. Buenos Aires / México.
- Rivas, N. (2004). *Una invitación a la sociología de las migraciones*. Barcelona: Bellaterra
- Troconis de Veracochea, E. (1986). *El proceso de la inmigración en Venezuela*. Caracas: Academia Nacional de la Historia.
- Veras, E. (2010). Historia de Vida: ¿Un método para las ciencias sociales? *Cinta Moebio*, 39: 142-152.

República Bolivariana de Venezuela
Universidad Pedagógica Experimental Libertador
Instituto Pedagógico de Miranda
José Manuel Siso Martínez
Subdirección de Investigación y Postgrado
Departamento de Ciencias Naturales y Matemática



Centro de Investigación Juan Manuel Cagigal (CIJUMAC)
Línea de Investigación: Educación Alimentaria y Nutricional

Coord. Ernesto Elías De La Cruz Sánchez

**DESCRIPCIÓN DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL**

La alimentación es algo más que una necesidad fisiológica ya que para cada individuo tiene numerosas significaciones emotivo-simbólicas y sociales que se inician desde el período de la lactancia materna, configurando una fuerte señal de cultura e identidad. La mayoría de las personas comen lo que aman con preferencia, a lo que les gusta con independencia en muchos casos de su bondad nutricional.

Es así como, la alimentación influye en la personalidad individual, pero elementos de la personalidad ejercen también una influencia considerable, hasta en algunos casos afecta de manera importante la cantidad, calidad y frecuencia a la preferencia y aversiones en materia de alimentos. Estas ideas nos llevan a focalizar que los problemas asociados a la alimentación, a la nutrición y a la salud a nivel mundial están, arraigados en lo biológico, lo económico, lo ecológico, lo social y lo cultural; lo cual debe ser considerado como una prioridad en las políticas de desarrollo social a nivel nacional y regional en nuestro país. Por otra parte, las conductas en cuestiones de comida reflejan la manera de pensar sobre ella, el grupo en que se nace y se crece determinan lo que produce placer físico y psicológico, los gustos y los hábitos que se han formado con la experiencia personal e individual son inseparables. Además, toda cultura posee un bagaje de leyendas, cuentos, dichos, mitos y juegos que estructuran y dan razón a la existencia de prácticas, de prohibiciones (tabúes) y preferencias alimentarias.

Desde otra perspectiva, uno de los problemas de la malnutrición (por exceso o por déficit), se ubica en que esta incide directamente sobre el crecimiento del sistema nervioso y sobre el funcionamiento cognitivo, lo que conlleva a dificultades en el aprendizaje, mayor deserción escolar y la imposibilidad de acceso a trabajos dignos (De Santis y García, 2008). Ya que muchos aspectos de la cognición se ven afectados por la nutrición, incluyendo la memoria, el trastorno por déficit de atención con hiperactividad y la dislexia, (Dauncey, 2009), Adicionalmente influye sobre el desarrollo motor, limita el desarrollo social y emocional del niño (Jukes 2006, Rosales, Reznick y Zeisel, 2009). También se asocia con deficiencias inmunológicas la cuales pueden

comprometer la capacidad del individuo a resistir patógenos infecciosos, a una mayor frecuencia y severidad de infecciones comunes y de aquellas de naturaleza cancerígena (Raquid y Cravioto 2009, Cunningham-Rundles y col, 2009). Las cuales se han relacionado con el inicio de muchas enfermedades crónicas no transmisibles del adulto (ECNT): obesidad, hipertensión, aterosclerosis, diabetes y osteoporosis ya que las mismas tienen una relación directa con el estilo de vida de las personas desde la infancia, (FAO, 1996, OMS 2003, López 2004, Sridhar 2008, De Santis y García 2008, Lanigan y Singhal 2009), constituyendo de las primeras causas de mortalidad en nuestro país, registradas y diagnosticadas en el año 2011, donde se ubican a las enfermedades del corazón (21,63%, 1° lugar), Cáncer (15,61%, 2° lugar), enfermedades cerebrovasculares (7,73%, 3° lugar), y diabetes (6,89%, 4° lugar), (Ministerio del Poder Popular para la Salud, 2014).

Aunado a lo anterior, el Sistema de Vigilancia Alimentario y Nutricional (SISVAN) reportó durante los últimos 14 años, incrementos notables del exceso nutricional en niños, niñas y adolescentes menores de 15 años, coexistiendo con la problemática de déficit nutricional. Es así como la malnutrición por exceso al igual que ha ocurrido con otros problemas de gran impacto en la salud de las poblaciones a nivel mundial, ha adquirido proporciones epidémicas de forma paulatina. Evidencia de ello lo refleja el Primer Estudio Nacional de Prevalencia de Sobrepeso y Obesidad en Venezuela, reportando en el grupo de 7 a 12 años una prevalencia de 17,57% de sobrepeso, 9,87% de obesidad y 14,68% de déficit, mientras que en los adultos de 18 a 40 años la prevalencia de sobrepeso fue de 29,52%, 25,43% de obesidad y 1,78% de obesidad mórbida (INN 2013).

Por otra parte autores como Contreras (2002) enfatiza que el problema es mucho más complejo, debido a que la alimentación es un fenómeno además de psicológico, económico, simbólico y cultural; posee un fuerte componente social. Rozin (2002) plantea en relación con los factores sociales que interactúan con la alimentación, enfatiza dos niveles de acción; el primero orientado a las presiones sociales (la costumbre, el comportamiento de los mayores y los alimentos a que el niño tiene acceso) los cuales fuerzan a la exposición y esto influye sobre el gusto; el segundo factor se ubica en la percepción del alimento como valorado o respetado por los otros (los padres

por ejemplo), esto por sí solo puede constituir un mecanismo para el establecimiento del gusto en el niño.

Razón por la cual, la Educación Alimentaria y Nutricional constituye una línea de trabajo pedagógico que nos permite adquirir mayor consciencia acerca de la importancia que damos a la primera necesidad humana y nos induce a revalorar la propia cultura alimentaria y el rol del educador en la formación de hábitos, actitudes, emociones y conceptos en torno a los alimentos, la alimentación, la nutrición, la cultura alimentaria y la salud, a partir de los primeros años de vida del individuo, desde una perspectiva integral. Por ello, se hace fundamental, que se trascienda de la enseñanza temática y la mirada biologicista unicasual que aún prevalece en la práctica de la enseñanza de la educación alimentaria y nutricional y pasar del ser al deber ser, responder a los retos para la formación de profesionales que asuman la multicausalidad - multirespuesta – multisectorialidad - multidisciplinariedad y la participación social, sin olvidar el principio de autonomía del individuo y la responsabilidad colectiva en salud y alimentación (Alzate, 2006).

La educación alimentaria y nutricional constituye una estrategia en la formación humana para la vida, que debe considerar o asumir, los aspectos biológicos, sociales, culturales, económicos y geohistóricos, a fin de nutrir la visión de la salud –o para la salud- en las comunidades, escuelas y universidades, y así atender adecuadamente el compromiso de la educación en la promoción de hábitos saludables en los niños y niñas desde la infancia y durante toda la vida, con el compromiso de maestros y la familia en general.

Para el logro de lo anterior las Escuelas deben convertirse en lugares de movilización social para una adecuada nutrición; estar orientadas a las transformaciones curriculares, reafirmación de valores, tradiciones, costumbres propias del entorno y fomentar un espíritu crítico para la toma de decisiones favorables en materia nutricional. Por ello la Escuela juega un papel trascendental para el adecuado establecimiento de hábitos nutricionales, ya que sólo a través de un proceso de concienciación y toma de decisiones es que podrán estructurarse entornos nutricionales que conlleven a una vida saludable (De Tejada y col, 2013).

En síntesis, la resonancia de la Educación Alimentaria y Nutricional en las dimensiones socioculturales y educativas debe iniciarse desde el propio concepto de nutrición en el sentido de su papel destacado en la salud de la población. Por lo tanto la proyección de la educación alimentaria se debe iniciar en las edades tempranas y hacer énfasis en los grupos que inciden en ellos, la familia, la escuela y el maestro.

PROPÓSITO

La actividad de esta línea está orientada al estudio, análisis y discusión desde las diferentes dimensiones que interactúan con el acto alimentario. Pudiéndose abordar su comprensión e interpretación desde perspectivas culturales, sociales, biológicas, geohistóricas, económicas, psicológicas y su vinculación con la pedagogía de la alimentación, en el marco de la promoción de hábitos saludables de alimentación y nutrición.

Promover la investigación sobre la alimentación y la nutrición en diversos campos del conocimiento, pedagogía, antropología, historia, ambiente, psicología. Por ello, la alimentación y nutrición como eje temático inter-transdisciplinario permite proponer experiencias desde diferentes enfoques: estrategias de enseñanza, evaluación de programas, intervención comunitaria, gerencia educativa, currículum, servicio comunitario y formación docente en los diferentes niveles y modalidades del sistema educativo venezolano.

VINCULACIÓN CON LA AGENDA DE INVESTIGACIÓN:

Dentro de las políticas de Investigación y Postgrado se destacan como vinculantes:

- Generar proyectos que respondan a la realidad comunitaria y sus procesos de cambio y transformación.

- Por otra parte al revisar las Políticas Alimentarias y Nutricionales en la Revolución Bolivariana y en el Plan Estratégico Nacional de Nutrición, para el Gobierno Bolivariano de Venezuela (2010). Entre las políticas alimentarias y nutricionales, se encuentran dos componentes claves para la nutrición: la alimentación y la nutrición propiamente dicha. La alimentación tiene como centro el abastecimiento adecuado, suficiente y de calidad de los alimentos a nuestra población. La nutrición tiene dos grandes dimensiones: la promoción de la salud y la prevención, para reparar el daño nutricional ya existente en déficit o exceso y sus consecuencias.

Adicionalmente en el Segundo Plan Socialista de Desarrollo Económico y Social de la Nación (Plan de la Patria 2013-2019), se preve en este marco: (a) Asegurar la salud de la población desde la perspectiva de prevención y promoción de la calidad de vida, teniendo en cuenta los grupos sociales vulnerables, erarios, género, estratos y territorios sociales. Y (b) Asegurar una alimentación saludable, una nutrición adecuada a lo largo del ciclo e vida. O que plantea líneas de acción prioritarias para el sector educativo y la formación docente.

PROBLEMAS QUE ABORDA:

- Diseño de estrategias para la promoción de hábitos de alimentación saludables
- Diseño y evaluación de programas, materiales educativos impresos, recursos instruccionales en materia alimentaria y nutricional.
- Diagnóstico pedagógico sobre el abordaje de la alimentación y nutrición en contextos educativos formales/informales, convencionales/no convencionales.
- Estudio de aspectos socioculturales y geohistóricos de los alimentos y la alimentación en contextos específicos, con énfasis en el estado Miranda.

- La tradición oral y la cultura gastronómica de las comunidades ubicadas en el contexto del estado Miranda.
- Propuestas de solución a problemas concretos de las comunidades en materia alimentaria y nutricional, a través de intervenciones pedagógicas.
- Estudio y construcción de la teoría educativa en el campo de la salud, alimentación y nutrición, que este debidamente explorada y validada; a partir de propuestas orientadoras y líneas de reflexión pedagógica sobre el tema.
- Desarrollo de programas orientados a subsanar las deficiencias y debilidades en materia de alimentación, nutrición, seguridad alimentaria y promoción de hábitos saludables de alimentación.
- Diseño de propuestas, a los diferentes entes gubernamentales y no gubernamentales, que apoyen los canales de comunicación orientados al fomento de mensajes positivos sobre la promoción de hábitos de alimentación saludables desde la etapa de la gestación.
- Promover proyectos pedagógicos que se centren en los alimentos, la educación alimentaria y nutricional, la formación docente y de especialistas en el área

PRODUCTOS DE LA LÍNEA:

De La Cruz, E. (2006). Programa de Educación Alimentaria en la Formación Docente del Estudiante UPEL-IPMJMSM. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 7 (1), 25-37.

De La Cruz, E. (Coordinador) (2008). *La Educación Alimentaria y Nutricional. Una Estrategia de Enfoque Interdisciplinario en la Formación Docente*. Colección Retos y Logros, N° 13. Ediciones de la Subdirección de Investigación y Postgrado. Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez. Financiado por FONDEIN.

De La Cruz, E. (2008). La Alimentación. Un acto por repensar, reflexionar y redefinir desde la perspectiva educativa. *Integración Universitaria*. Revista del Instituto Pedagógico de Miranda, 8(2), 23-40.

De La Cruz, E. I. Pereira. (2009). Historias, Saberes y Sabores, en torno al cacao (*Theobroma cacao*. L.) en la subregión de Barlovento, estado Miranda, Venezuela. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 10 (2), 97-120.

De La Cruz, E., Hidalgo Ma. Elena y Rojas, A. (2009). Experiencias pedagógicas en Educación Alimentaria y Nutricional y la Promoción de la Salud en instituciones educativas del estado Miranda-Venezuela. *SEECI*. Revista Sociedad Española de Estudios de la Comunicación Iberoamericana. N° 19. Año XII, 106-145. Disponible: <http://www.ucm.es/info/seeci/Numeros/Numero 19/InicioN19.html>.

Del Valle, Ma. Elena y De La Cruz, E. (2011). De la inter a la transdisciplinariedad en el abordaje del hecho alimentario. Una reflexión para compartir desde la educación. *Anales Venezolanos de Nutrición*, 24(1), 34-40.

De La Cruz, E. (2011). La Educación Alimentaria y Nutricional como hecho educativo. *Laurus*. (en imprenta).

De la Cruz, E y Flores, B. (2011). Sabores dulces, una encrucijada étnica y multicultural. Caso Barlovento. Edo Miranda. Venezuela. *Investigación y Postgrado*, 26 (1), 35-52.

De La Cruz, E. (2012). Estrategias creativas en alimentación y nutrición. Una experiencia de servicio comunitario, en Instituciones de Educación Inicial, Petare estado Miranda-Venezuela. *RIEAC, Red de Investigadores en Educación de América y el Caribe*, 2(1), 13-32.

- Rojas, A. y De La Cruz, E. (2012). La promoción de la Salud y la formación del docente, en la Universidad Pedagógica Experimental Libertador, Instituto Pedagógico de Miranda “José Manuel Siso Martínez. *Revista de Investigación*, 76 (36), 11-34.
- Pereira I, y De La Cruz, E. (2012). Aportes para el estudio y comprensión de los aspectos biológicos y físico-geográficos del cacao (*Theobroma cacao* L.) en la Subregión de Barlovento, estado Miranda. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 13(2) Aceptado para su publicación.
- De La Cruz, E. (2012). Modelo teórico “Cristal de Agua” para el abordaje de la Educación Alimentaria y Nutricional en el Nivel de Educación Inicial. *Revista de Investigación*, 77(36), 11-34.
- De la Cruz, E. (2013). Reto y compromiso de la educación alimentaria y nutricional en el siglo XXI. En Tejada, M. (Comp.). *Educación Nutricional para el Desarrollo Sostenible*. Caracas: FEDUPEL.
- De La Cruz, E y Monsanto, R. (2013). *Teoría y Didáctica de la Alimentación y Nutrición Infantil*. Impreso: LAP LAMBERT ACADEMIC PUBLISHING. GmbH & CO Germany.
- Rojas, A. (2013). La Educación Nutricional en el Currículo Básico Nacional y la propuesta de Currículo Bolivariano, para la República Bolivariana de Venezuela. En Tejada, M. (Comp.). *Educación Nutricional para el Desarrollo Sostenible*. Caracas: FEDUPEL.
- De La Cruz, E. (2013). Modelo Didáctico basado en la Creatividad y orientado a la Educación Alimentaria y Nutricional en el Nivel de Educación Inicial. *CONHISREMI*, 1(9), 37-62.
- Rojas A, y De La Cruz, E. (2013). Propuesta Multidimensional para el abordaje de la Salud Integral en el contexto venezolano. *SEECI*, Año XVII (31) 123-155.

De Tejada, M., González, H., De La Cruz, E., Rojas, A., Landaeta, M., Pérez, I., y Delascio, F. (2013). *Educación Nutricional para un Desarrollo Sostenible*. Caracas: FEDUPEL.

De La Cruz, E. (2013). La Alimentación y la Nutrición desde la Perspectiva Sociocultural y Educativa. *RIEAC, Red de Investigadores en Educación de América y el Caribe*. (en imprenta).

De La Cruz, E y Ramírez, B. (2014). *Parámetros de estudio en la Educación Alimentaria y Nutricional. Marco de acción del Servicio Comunitario en el Nivel de Educación Inicial*. Estado Miranda, Venezuela: CONHISREMI (en imprenta).

Del Valle, M, De La Cruz, E., Rojas, A., Fraile, J., y Delgado, R. (2014). Experiencias Transdisciplinarias en Venezuela: Una Valoración a sus resultados. En *Creatividad e Innovación en el espacio universitario*. David Caldevilla Domínguez (Coord.). España: Editorial ACCI. (en imprenta).

PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

- Proyecto de Investigación: “Inserción e Impacto del Programa de Educación Alimentaria en la Formación Docente del Estudiante UPEL-I.P.M. J.M. Siso Martínez”. Financiamiento: FONDEIN, 2005-2007. Concluido.
- Proyecto de Investigación “Promoción Pedagógica Integral en Educación Alimentaria y Nutricional en Educación Inicial” - Financiamiento: FONDEIN, 2008-2011, Concluido.
- Trabajo de Ascenso: Alcance de la Educación Alimentaria y Nutricional en los programas de la I y II Etapa de Educación Básica (1997) y la propuesta del Sub Sistema de Educación Primaria Bolivariana (2007). Autor: Prof. Albino Rojas. 2009. Concluido.

- Trabajo de Grado: Doctorado en Educación. “Modelo teórico-didáctico basado en la creatividad, orientado al abordaje de la Educación Alimentaria y Nutricional en el Nivel de Educación Inicial”. Tutor: Dra Rosana Monsanto. Participante Ernesto De La Cruz. 2012, Concluido.
- Proyecto de Investigación “Escuelas Saludables, a través de la Promoción Pedagógica Integral de la Educación Alimentaria y Nutricional, en la Unidad Educativa Municipal Abajo Cadenas, Estado Miranda”. Responsable: Ernesto De La Cruz, Investigadores adscritos. Albino Rojas y Nelson Gil Luna. Financiamiento: FONDEIN, 2013-en proceso.
- Proyecto de Servicio Comunitario “Educación Alimentaria y Nutricional para estudiantes de la Especialidad de Educación Preescolar en el Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez. En instituciones públicas de Educación Inicial en el estado Miranda-Venezuela. 2008-Actualmente.
- Trabajo de Grado, Maestría en Estrategias de Aprendizaje: “Propuesta didáctica para la formación y reforzamiento de hábitos alimentarios saludables en niños del preescolar Armando Puccini, ubicado en Montalbán Dtto. Capital”. 2013-2014. Tutor Dra. Ana Acevedo. Participante Mailet Allen. 2014, Concluido.
- Trabajo de Grado, Maestría en Evaluación Educacional: “Evaluación del Programa de Alimentación Escolar (PAE) De la Unidad Educativa Nacional Bolivariana “Rafael Urdaneta” Año escolar 2014-2015”. Tutor: Dr. Ernesto De La Cruz. Participante Prof. Natasha Farouk. 2014- En proceso.
- Proyecto de Investigación: Actualización y propuesta de los contenidos sobre alimentación y nutrición, a ser abordados por el Sistema Educativo Venezolano en la Educación Primaria. Responsable Ernesto De La Cruz, Investigador adscrito: Albino Rojas. Sin Financiamiento. 2014- en proceso.

- Proyecto de Investigación: “Diseño de Sistema Automatizado en Salud Integral. UEM Abajo Cadenas-Petare-Edo Miranda”. Responsable: Cruz Guerra. Investigadores adscritos. Aida Justo y Ernesto De La Cruz. Sin Financiamiento. 2014-en proceso.

ASESORÍAS

- Asesor Educativo del Instituto Nacional de Nutrición. Adscrito al Ministerio del Poder Popular para la Alimentación. En los Proyectos: (a) Propuesta de educación nutricional para el Sistema Educativo Bolivariano, (b) Elaboración del proyecto de los libros de la colección “Nutriendo Conciencias en las escuelas para el buen vivir”, y (c) Revisión de los libros “Nutriendo conciencias en las escuelas para el buen vivir”.
- Asesor Educativo de la Fundación Bengoa, en el Diseño y ejecución del proyecto interactivo de educación nutricional para niños preescolares denominado: “La Lonchera de mi hijo”. En alianza estratégica con: la Sociedad Anticancerosa de Venezuela, MICROSOFT, UNICASA y la Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Disponible: <http://www.laloncherademihijo.org/>
- Miembro activo en la Consulta de Expertos “Prioridades Nutricionales para Venezuela 2012” patrocinada por la Fundación Bengoa.

PARTICIPACIONES EN EVENTOS EN CALIDAD DE PONENTE.

(ÚLTIMOS 3 AÑOS)

- **La Educación Alimentaria y Nutricional: Factor determinante para garantizar Salud y Calidad de vida en Venezuela.** *Simposio* Fronteras de la Ciencia. “Salud y Calidad de Vida”. ASOVAC – Núcleos de Desarrollo Científico, Humanístico, Tecnológico y Equivalentes (CDCHT), 2014.

- **Experiencias Transdisciplinarias en Venezuela: Una Valoración a sus resultados.** Congreso Internacional de la SEECI. Prospectiva en Innovación y Docencia Universitaria. Facultad de Ciencias de la Información. Universidad Complutense de Madrid, 2014.
- **Propuesta Multidimensional para el abordaje de la Salud Integral.** I Jornada Nacional de Educación Ambiental y IV Jornada de Gestión de Riesgo. Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez Venezuela, 2013.
- **La Transdisciplinarietà. Una estrategia Pedagógica en la Universidad Pedagógica Experimental Libertador.** 8vo Encuentro Mirandino de Ciencia y Tecnología, 2013.
- **Estrategias Creativas para el abordaje de la Educación Alimentaria y Nutricional en el Nivel de Educación Inicial.** XI Congreso Mundial de Educación Inicial y VII Simposio Internacional de Educación Especial, 2013.
- **Modelo Teórico basado en la Creatividad y orientado a la Educación Alimentaria y Nutricional en el Nivel de Educación Inicial.** II Congreso Regional de Investigación UPEL, 2013.
- **Perspectiva Transdisciplinaria en Alimentación y Nutrición Jornadas.** Mirandinas: la lengua y la literatura en la formación integral, desde un enfoque Transdisciplinario Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez Venezuela, 2012.
- **Escuelas Saludables. Reto Posible desde la perspectiva Educativa.** VIII Congreso de Investigación y Creación Intelectual Universidad Metropolitana. Venezuela, 2012.
- **Perspectivas en educación alimentaria y nutricional.** III Jornada Interdisciplinaria de Educación Alimentaria UPEL- I.P.M. José Manuel Siso Martínez. Venezuela, 2012

- **Promoción Pedagógica Integral en Educación Alimentaria y Nutricional. Caso: CER Luisa Cáceres de Arismendi.** Congreso de Investigación. UPEL_ IPMJM Siso Martínez. Venezuela, 2011.
- **Modelo didáctico para el abordaje Creativo de la Educación Alimentaria y Nutricional en el Nivel de Educación Inicial.** Congreso de Investigación. UPEL-IPMJM Siso Martínez. Venezuela, 2011.

REFERENCIAS

- Alzate, T. (2006). Desde la Educación para la Salud: Hacia la Pedagogía de la educación alimentaria y nutricional. *Perspectivas en Nutrición Humana*. N° 16. Julio-Diciembre. [Revista en línea]. Disponible: <http://revinut.udea.edu.co/anter/num16/html/a3/>. [Consulta: 2014, Noviembre 1]
- Contreras, J. (2002). *Alimentación y Cultura*. Necesidades, gustos y costumbres México. D.F: Alga-Omega.
- Cunningham-Rundles, S., H. Lin, D. Ho-Lin, A. Dnistrian, B. Cassileth, y J. Perlman. (2009) Role of nutrient in the development of neonatal immune response. *Nutrition Review*, 67 (suppl. 2):152-163.
- Dauncey, M. (2009) New insights into nutrition and cognitive neuroscience. *Proceedings of the Nutrition Society*, 68, 408-415.
- De Santis, G. y García, M. (2008). Relación entre el estado nutricional, herencia y las funciones cognitivas en el aprendizaje en niños escolares de primer grado. *Actualización en Nutrición*, 9 (3). 234-246. [Revista en Línea] Disponible: http://www.revistasan.org.ar/buscador.php?t=3&Id_Revista=8#. [Consulta: 2014, Noviembre 3]
- De Tejada, M; González, H; De La Cruz, E; Rojas, A; Landaeta, M; Pérez, I y Delacío, F (2013). Educación Nutricional para un Desarrollo Sostenible. Caracas: FEDUPEL.
- FAO. (1996). *Cumbre Mundial sobre la Alimentación, Roma, 1996*. [Documento en Línea]: <http://www.rlc.fao.org/prior/segalim/default.htm>. [Consulta: 2014, Noviembre 20]

- Instituto Nacional de Nutrición. (2013). *Sobrepeso y Obesidad en Venezuela* (Prevalencia y factores condicionantes). Colección Lecciones Institucionales. Caracas: Fondo Editorial Gente de Maiz.
- Jukes, M. (2006). Early Childhood Health, Nutrition and Education. UNESCO. [Documento en Línea]. Disponible: [http://unesdoc.unesco.org/images/0014/001474/147468e.pdf#xml= http://www.unesco.org/ulis/cgi-bin/ulis.pl?database=&set=4B7D1478_2_213&hits_rec=94&hits_lng=eng](http://unesdoc.unesco.org/images/0014/001474/147468e.pdf#xml=) [Consulta: 2014, Noviembre 20]
- López, F. (Dir. 2004). *Educación para la salud: La alimentación*. N° 25. Claves para la Innovación Educativa. Barcelona: Laboratorio Educativo.
- Ministerio del Poder Popular para la Salud. (2014). *Anuario de Mortalidad 2011*. Dirección General de Epidemiología, Dirección de Información y Estadísticas de Salud. Caracas: Autor.
- Organización Mundial de la Salud (2003). *Dieta, nutrición y prevención de enfermedades crónicas*. Serie informes técnicos 916. Informe de la Organización Mundial de la Salud. Ginebra: Autor.
- Raqib, R. y Cravioto, A. (2009). Nutrition, immunology, and genetics: future perspectives. *Nutrition Review* 67(suppl.2), 227-236. [Revista en Línea]. Disponible: [http://www3.interscience.wiley.com/cgi-bin/fulltext/122674430 /PDFS-TART](http://www3.interscience.wiley.com/cgi-bin/fulltext/122674430/PDFS-TART). [Consulta: 2014, Noviembre 19]
- República Bolivariana de Venezuela. (2010). *Políticas Alimentarias y Nutricionales en la Revolución Bolivariana y en el Plan Estratégico Nacional de Nutrición, para el Gobierno Bolivariano de Venezuela* (2010). Caracas: Autor.
- Rosales, F., S. Reznick y S. Zeisel. (2009). Understanding the role of nutrition in the brain and behavioral development of toddlers and preschool children: identifying and addressing methodological barriers. *Nutritional Neuroscience*, 12 (5):190-202.
- Rozin, P. (2002). Perspectivas Psicobiológicas sobre las preferencias y aversiones alimentarias. En Contreras, J. (2002). *Alimentación y cultura*. Necesidades gustos y costumbres. Cap. II. P. 85-110. México D.F.: Alfa-Omega Editores.
- Sridhar, D. (2008). Linkages between Nutrition, *Ill-Health and Education*. UNESCO. 2008. [Documento en Línea]. Disponible: <http://unesdoc.unesco.org/images/0017/001780/178022e.pdf>. [Consulta: 2014, Noviembre 20]

MIEMBROS ACTIVOS DE LA LÍNEA

Ernesto Elías De La Cruz Sánchez. Coordinador: 2009-Actualmente
ernestodelacruz0203@yahoo.es

Albino José Rojas Piñango
arojas5@cantv.net

Nelson Gil Luna
biociencia@gmail.com

MIEMBROS QUE PARTICIARON EN LA LÍNEA

José Marcano Torcat. Coordinador 2007-2008
Traslado al Instituto de Mejoramiento Profesional del Magisterio 2009.
Personal Jubilado UPEL

