

# CONFLICTOS SOBRE LO SANO



**Un estudio sociológico  
de la alimentación  
en las clases populares  
en Andalucía**

---

# CONFLICTOS SOBRE LO SANO

Un estudio sociológico  
de la alimentación  
en las clases populares  
en Andalucía



JUNTA DE ANDALUCÍA  
CONSEJERÍA DE SALUD

Dirección General de Salud Pública y Participación

---

---

MARTÍN CRIADO, Enrique  
Conflictos sobre lo sano: un estudio  
sociológico de la alimentación en las clases  
populares en Andalucía / Enrique Martín Criado,  
José Luis Moreno Pestaña.-- (Sevilla):  
Consejería de Salud, D. L. 2005  
216 p.;17 cms.  
En cub.: Plan para la promoción de la  
actividad física y la alimentación equilibrada  
(2004-2008)  
1. Alimentación 2. Clase Social  
3. Sociología I. Moreno pestaña, José Luis  
II. Andalucía. Consejería de Salud

Edita: © Junta de Andalucía. Consejería de Salud.  
Dirección General de Salud Pública y Participación

Diseño & Maquetación:  
R. Ruiz - D. Pérez

Imprime: Coria Gráfica, S. L.

Dep. Legal: SE-3568-2005

I. S. B. N . : 8 4 - 6 8 9 - 6 0 5 7 - 8

---

---

# CONFLICTOS SOBRE LO SANO

Un estudio sociológico de la alimentación  
en las clases populares en Andalucía

AUTORES:

ENRIQUE MARTÍN CRIADO

DOCTOR EN SOCIOLOGÍA POR LA UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID Y PROFESOR  
TITULAR EN EL DEPARTAMENTO DE SOCIOLOGÍA, DE LA UNIVERSIDAD DE SEVILLA.

JOSÉ LUIS MORENO PESTAÑA

DOCTOR EN FILOSOFÍA POR LA UNIVERSIDAD DE GRANADA Y PROFESOR TITULAR DE  
TEORÍA DEL CONOCIMIENTO EN TRABAJO SOCIAL, DE LA UNIVERSIDAD DE JAÉN.

---

---

---

---

## PRESENTACIÓN

*Tengo la satisfacción de presentar esta novedosa investigación sociológica sobre la alimentación en Andalucía, que va a suponer un instrumento de trabajo de extraordinario interés para la elaboración de programas de promoción de la salud. No es habitual hallar investigaciones y análisis como los que siguen. En mi condición de responsable de la administración sanitaria andaluza, me agrada contrastar que sus resultados avalan la conveniencia de insistir en la construcción de políticas de alimentación saludable, aunque sin perder la perspectiva de las limitaciones inherentes a iniciativas sobre cambios de hábitos. Una perspectiva que, además, ha de tener muy en cuenta las condiciones y posibilidades de cada sector poblacional. El Plan para la Promoción de la Actividad Física y la Alimentación Equilibrada para Andalucía 2004-08, puesto ya en marcha desde la Consejería de Salud, cuenta así con un recurso de primer orden para comprender mejor –desde la visión de la población andaluza– las concepciones no homogéneas sobre la salud y la enfermedad y su relación con la alimentación.*

*Por este motivo, esta investigación supone un avance importante a la hora de ajustar mejor las estrategias de intervención y de comunicación desde los servicios sanitarios respecto a las clases populares de Andalucía. La población es heterogénea y también lo son los procesos de interiorización de las recomendaciones. Por ello resulta muy positivo facilitar los instrumentos necesarios para que los profesionales de la salud puedan adecuar las indicaciones y mensajes que transmiten, modulándolos según las características y condiciones de la población atendida y la distinta reinterpretación que de dichos mensajes hacen los diferentes sectores sociales.*

*Pero si hay algún factor que en esta investigación se deba subrayar y destacar con más énfasis, es el excepcional desarrollo de la división tradicional de género. A lo largo de todo el estudio se pone de manifiesto como, en gran medida y a pesar de los avances sociales, la mujer sigue siendo la encargada y responsable de la alimentación doméstica y familiar, sean amas de casa o trabajen fuera.*

*Desde aquí expreso mi sincero reconocimiento a los autores, y mi confianza en que este texto sea de utilidad para cuantas personas se interesan y trabajan por una mejor alimentación de la población andaluza.*

LA CONSEJERA DE SALUD  
M<sup>a</sup> Jesús Montero Cuadrado

---

---

---

## INDICE

<b>Introducción .....</b>	<b>11</b>
<b>1. El oficio de ama de casa y sus transformaciones.....</b>	<b>19</b>
1.1. El valor de la entrega en el oficio tradicional de ama de casa .....	22
1.2. Un nuevo modelo de buena madre .....	27
1.3. Las convertidas .....	28
1.4. Posición mayoritaria: la tensión entre dos legitimidades.....	30
1.5. La transformación de las prácticas educativas.....	32
1.5.1. La familia patriarcal-popular .....	33
1.5.2. La familia disciplinario-normalizadora .....	34
1.5.3. La difícil transición a la confianza.....	36
<b>2. Cuatro posiciones en las categorías de salud y enfermedad y de su relación con la alimentación.....</b>	<b>39</b>
2.1. Polo legítimo .....	42
2.1.1. Una madre responsable de la salud y la nutrición de los hijos .....	44
2.2. Polo tradicional.....	46
2.2.1. Salud y enfermedad como estados opuestos.....	46
2.2.2. No mirarse demasiado, saber disfrutar y tener buena boca .....	52
2.2.3. Una alimentación cotidiana regida por los sabores .....	56
2.2.4. Categorizaciones de alimentos sanos y conocimiento del discurso nutricionista .....	58
2.3. Posición mayoritaria entre las amas de casa .....	61
2.3.1. La fluctuante frontera entre salud y enfermedad .....	62
2.3.2. Oposición al ascetismo .....	67
2.3.3. El desplazamiento de la definición de enfermedad .....	70
2.3.4. Apropiación selectiva del discurso nutricionista .....	75
2.4. Mujeres trabajadoras .....	80
2.4.1. “ <i>Vamos a lo práctico</i> ” .....	80
2.4.2. La difícil posición de la buena madre trabajadora.....	88
2.4.3. Es imposible comer sano .....	93
Una definición restrictiva de la alimentación sana.....	94
El fin de la jerarquía entre buenas y malas madres .....	95



<b>3. Las categorías de alimentación sana y la apropiación e interpretación del discurso nutricionista.....</b>	<b>99</b>
3.1. La alimentación <i>natural</i> .....	102
3.1.1. Origen conocido .....	103
3.1.2. Elaboración casera .....	108
3.1.3. La nueva legitimidad de lo rápido sano .....	112
3.1.4. Lo tradicional es <i>natural</i> .....	113
3.1.5. Lo natural y el discurso médico sobre nutrición .....	116
3.1.6. Dieta mediterránea.....	118
3.2. “Comer de todo” .....	120
3.2.1. Polo legítimo: <i>comer de todo</i> como dieta variada y equilibrada .....	121
3.2.2. Comer de todo como no ser <i>delicado</i> .....	122
3.2.3. Síntesis estratégicas .....	127
<b>4. Del nihilismo al matiz. Itinerarios de maduración en la relación de los jóvenes de clases populares con los alimentos.....</b>	<b>131</b>
4.1. Infancia y adolescencia alimentaria.....	131
4.2. Posiciones de discurso, censura y desposesión de saberes. Limitaciones del grupo de discusión en el estudio de la alimentación de jóvenes de clases populares .....	133
4.3. Transmisiones de roles en las clases populares y división sexual del trabajo.....	134
4.4. Pérdida de valor de las competencias domésticas .....	136
4.5. El significado de lo sano .....	139
4.6. Las condiciones de singularización del gusto joven .....	143
4.7. La “posición joven” en la alimentación. Lo sano es el arbitrario convertido en norma .....	146
4.8. Lo sano puede esperar. Factores de relativización de las prácticas alimentarias “sanas”.....	147
4.9. Procesos de reaprendizaje alimentario. La reelaboración de lo sano y la salida progresiva de la condición joven .....	149
4.10. Los límites de asimilación de los discursos legítimos. La posición populista y la posición modernizadora.....	159
4.11. Configuraciones domésticas y responsabilización.....	162
<b>5. Los usos estratégicos de lo sano en hombres de clases populares.....</b>	<b>165</b>
5.1. Las competencias masculinas en la alimentación. División sexual del trabajo y entrada progresiva de los hombres en tareas centrales en la alimentación.....	165
5.2. Una hexis corporal compartida .....	170

---

5.3. Permanencias en el cambio. Conflictos de legitimidad y luchas por la definición de generaciones entre agricultores.....	174
5.4. La ampliación de las posiciones en conflicto dentro del orden doméstico .....	181
5.5. “La vaca tampoco era pura”. Las condiciones del pragmatismo .....	186
5.6. Tres principios prácticos para mantenerse en el juego .....	189
5.7. Tres concepciones de lo sano, tres configuraciones familiares.....	193
<b>6. A modo de conclusión.....</b>	<b>197</b>
Mujeres.....	202
Jóvenes.....	206
Hombres.....	208
<b>Apéndice metodológico .....</b>	<b>210</b>
<b>Bibliografía .....</b>	<b>214</b>

---

---

---

## **INTRODUCCIÓN**

Desde los medios de comunicación y las agencias sanitarias se nos viene advirtiendo repetidamente, en las últimas décadas, sobre la degradación de la alimentación contemporánea. A pesar de las repetidas campañas y advertencias en torno a la dieta mediterránea, a la dieta equilibrada, a los peligros de las grasas animales o la comida industrial, a la amenaza constante del colesterol, cada vez comeríamos peor. Estos “malos hábitos” serían consecuencia, bien de la ignorancia, bien de la negligencia: las poblaciones de los países industrializados desconocerían los principios elementales de la nutrición o se entregarían a sus bajas pasiones –pasiones por las grasas, por la comida basura...- cayendo de forma indulgente en un estado de salud cada vez más penoso. Estas acusaciones se agudizan cuando se trata de las clases populares: éstas habrían abandonado sus sanas costumbres de antaño para regodearse en las formas más degradadas de la alimentación.

Frente a estas acusaciones, aquí vamos a tratar de analizar las categorías y prácticas en torno a la alimentación de las clases populares huyendo tanto del miserabilismo como del populismo.

Del miserabilismo: frente a los análisis que reducen a las clases populares a carencias, a déficits respecto a las “buenas prácticas” y “sensatas razones” de las clases medias –de las clases a las que inevitablemente pertenece el analista, atribuyendo sus comportamientos siempre a ausencias de racionalidad –falta de información, *prejuicios*- o de moralidad –despreocupación por lo verdaderamente importante, abandono a sus bajas pasiones (en este caso, del vientre)- aquí se trata de restituir la lógica práctica, la racionalidad de sus representaciones y prácticas en torno a la alimentación. Esta racionalidad práctica, que vista desde otra racionalidad (la médica, la de las clases medias) puede ser tachada de irracionalidad, despliega una coherencia y una sensatez propias, eso sí, no exentas –como cualquier tipo de racionalidad real- de tensiones, de movimientos, incluso de contradicciones.

Del populismo: frente a los análisis que, parapetados tras la ilusión de una cultura popular intemporal, pretenden hallar un pueblo impoluto, resistente a toda imposición simbólica de las clases superiores, transmitiendo de generación en generación un saber puro, aquí veremos cómo las prácticas y representaciones de las clases populares en torno a la alimentación no podrían explicarse sin tener en cuenta las importantes transformaciones que estas clases están experimentando. Así, frente a la ilusión de un saber popular intemporal, tenemos que este saber popular se compone

en la actualidad de numerosas representaciones y preceptos tomados del discurso médico sobre nutrición. Éste, merced a la proliferación de campañas de todo tipo, a su omnipresencia en medios de comunicación, y sobre todo, a la extensión de los servicios médicos se ha difundido –aunque sea de forma desigual, aunque sufra todo tipo de reinterpretaciones y distorsiones- a toda la población con la legitimidad de la ciencia, convirtiéndose en referente inevitable de todas las representaciones en torno a la alimentación –ya sea para asimilarlo, ya sea para rechazar o acomodar parte de sus preceptos-.

El objeto de análisis de las páginas que siguen es, por tanto, las distintas racionalidades prácticas que los distintos grupos de clases populares despliegan en torno a la alimentación y a su relación con la salud. Sobre este análisis, hemos de señalar una serie de cuestiones.

En primer lugar, que las clases populares no forman un grupo homogéneo. Por una parte, estas clases se hallan, como toda la sociedad, sometidas a fuertes procesos de transformación, ligados a las transformaciones económicas, a la creciente importancia de la escolaridad, a la redefinición de la división de género, al creciente acceso de la mujer al mundo laboral...: procesos que afectan de manera desigual a las distintas fracciones de clases populares. Por otra parte, una serie de divisiones –tenidas en cuenta en el diseño de la investigación- van a afectar en concreto a las distintas relaciones con la alimentación y a las distintas representaciones de la relación entre salud y alimentación: divisiones de género, de hábitat, de estatus laboral de la mujer, de edad... Así, la posición de hombres y mujeres difiere sustancialmente, al ser ellas las principales encargadas de la alimentación familiar. A su vez, entre éstas, una fuerte distancia separa a las que trabajan fuera del hogar –constreñidas a reducir el tiempo de trabajo doméstico- de las que permanecen exclusivamente como amas de casa. La edad, por su parte, marca diferencias tanto a nivel de clases de edad –la clase de edad adolescencia se define por unos consumos alimentarios propios-, como a nivel de generaciones –las generaciones más jóvenes han estado más expuestas al discurso médico sobre nutrición, aparte de estar más dispuestas a recibirlo, al estar más escolarizadas-. Por último, la diferencia entre hábitat urbano y rural marca importantes diferencias en las modalidades de aprovisionamiento –y, con ellas, en los esquemas con los que se categorizan los alimentos-.

En segundo lugar, el objeto central de estudio será la apropiación diferencial de los distintos discursos sobre nutrición generados desde el campo médico. Como acabamos de señalar, en las últimas décadas se ha producido una creciente penetración del discurso médico sobre nutrición en toda la población. Ahora bien, para estudiar las modalidades de esta difusión, habremos de analizar cómo los distintos preceptos son

reinterpretados a partir de lógicas previas, lógicas producidas, en parte, por esquemas simbólicos que sobrepasan ampliamente el campo de la alimentación y la salud, pero que, también en parte, están relacionados con discursos médicos más antiguos.

En esta tensión entre las categorías previas y los preceptos y categorías del discurso médico sobre nutrición, un elemento fundamental al que habrá que atender serán las constricciones prácticas en que se desarrollan las prácticas alimentarias. La mayoría de las campañas en torno a la salud o al “cambio de hábitos” suponen que, provistos de la información pertinente y debidamente “concienciados”, los sujetos cambiarán sus prácticas, sus hábitos, y los conformarán de acuerdo a las nuevas informaciones de que disponen. Sin embargo, esta concepción se halla muy lejos de la realidad. Así, numerosos estudios en diversos países occidentales han puesto de relieve que, mientras el conocimiento sobre nutrición se halla muy expandido entre la población general, este conocimiento no se acompaña de las prácticas correspondientes<sup>1</sup>. Una primera explicación de ello se debe a que las prácticas efectivas no son la simple puesta en práctica de una serie de actitudes, categorías o valores previos: por el contrario, las prácticas se juegan en un espacio concreto de constricciones –de tiempo, de dinero, de negociación con otros sujetos- que delimitan el margen de maniobra cotidiano; además, las elecciones de alimentos están estructuradas sobre unos gustos que, incorporados a lo largo de toda la vida del sujeto y en muchos casos difícilmente modificables, pueden hallarse en oposición a los valores de alimentación sana proclamados y asumidos –ofreciendo una resistencia práctica, corporal, continua, a la incorporación de formas de alimentación distintas-. Una segunda razón es el hecho de que las elecciones alimentarias no ponen en juego únicamente valores de salud; más allá de éstos, y en muchos casos, con mucha más fuerza, se juegan en la alimentación, aparte de factores prácticos, apuestas identitarias y marcos de significado que rebasan ampliamente el marco de las posibles consecuencias para la salud de los alimentos ingeridos.

Pero no se trata únicamente de que las prácticas no deriven directamente de las informaciones asumidas, de los preceptos conocidos, de los conocimientos nutricionales aprendidos. Se trata, además, del hecho de que las prácticas modifican, a su vez, los esquemas simbólicos en juego: los sujetos utilizan de forma estratégica los esquemas de alimentación sana para acomodarlos a las prácticas efectivas. Ello se debe a que los esquemas culturales, la dimensión simbólica de las relaciones sociales, supone siempre una dimensión valorativa, esto es, una jerarquía de valor de sujetos, objetos y prácticas. La dimensión simbólica de las relaciones sociales pone en juego la legitimidad de los sujetos y sus prácticas, la jerarquía entre ellos, el derecho a poder llevar a cabo –y a exigir de otros- determinadas prácticas. De ahí que lo *cultural* se utilice estratégicamente, que los sujetos, los grupos, las organizaciones manipulen estratégicamente el *stock* de

<sup>1</sup> Cf. Povey et alii, 1998; Germov y Williams, 1996.

recursos culturales disponibles. Ello es especialmente claro en el ámbito de la salud: en la medida en que la salud se ha convertido en un nuevo bien de salvación, en la medida en que los “hábitos sanos” -especialmente en alimentación- se imponen cada vez más como una nueva moral legítima a la que todos deberíamos conformarnos, resulta comprensible que los sujetos realicen diversas manipulaciones estratégicas de la frontera entre hábitos –o alimentos- sanos y malsanos para situar las propias prácticas del lado bueno de la frontera, al tiempo que se arrojan las de otros al lado malo. Esta apropiación estratégica, como veremos, es particularmente aguda en el caso de la alimentación: no sólo porque pone en juego la nueva moral de la salud, sino porque en ella se hallan implicados también registros morales muy diversos –que sobrepasan ampliamente el campo de la alimentación- y porque el propio discurso médico sobre nutrición no es un cuerpo compacto que haya permanecido invariable a lo largo del tiempo, sino un conjunto heterogéneo de preceptos diversos en constante transformación –lo que da juego a un amplio abanico de apropiaciones selectivas, así como de impugnaciones de preceptos cuyo carácter histórico, contingente, es evidente a todo el mundo-.

### **Sobre origen y usos de un concepto: Clases Populares**

No podemos acabar esta introducción sin ciertas precisiones terminológicas. Este estudio utiliza el concepto de clases populares como marco de análisis. Las clases sociales eran, hace un cierto tiempo, un agente presente en la discusión política cotidiana y un criterio mayor para la organización de la investigación y la reflexión en ciencias sociales. Hoy el paisaje ha cambiado mucho. Explicando los primeros resultados de esta investigación a un grupo de especialistas, comprendimos que hablar de clases populares no era algo que cayese por su propio peso. Dos reacciones fueron especialmente reveladoras. La primera, retradujo clases populares por clases incultas. La segunda, retradujo clases populares por clases descuidadas. Por lo demás, y eso no es de ahora, la idea de una cierta cultura somática<sup>2</sup> común –con todas las complejidades enumeradas y siquiera sea por oposición a la cultura somática de las clases medias o dominantes- a las clases populares no es evidente. En primer lugar, porque el cuerpo se considera la parte más natural del sujeto y provoca poca reflexión socialmente situada. En segundo lugar, porque la sociología de la alimentación no es un área conocida de la investigación social. Por tanto, las mínimas adquisiciones de la sociología de la alimentación están menos presentes en el saber común que las de otras áreas disciplinares –por ejemplo, los saberes sobre la nutrición-.

---

<sup>2</sup>Junto con otras prácticas –prácticas de salud, deportes, inversión en ropa, esquemas de diferenciación sexual- la alimentación constituye un terreno de primer orden para captar la cultura somática de un grupo social. Este concepto de “cultura somática” proviene de Boltanski (1971: 206-209).

Los autores de este libro hemos recurrido al concepto de clases populares—estabilizándolo, como ocurre cuando se trabaja un tiempo sobre un mismo tema, en un lenguaje común— debido a nuestra común afición por una corriente de la tradición sociológica y antropológica<sup>3</sup>. A la vez, ambos trabajábamos, cada uno por nuestra cuenta y con otros sociólogos, sobre las prácticas alimentarias —uno en relación con los modelos familiares de las clases populares y otro respecto a la sociología de la anorexia y la bulimia— a partir de marcos analíticos en los que la referencia a las “clases populares” ocupaba un lugar estratégico. Sin duda, conviene que explicitemos. Brevemente: dos son las dimensiones sociológicas que pretendemos captar cuando hablamos de clases populares. Primera, la existencia de fracturas en el mundo social, incluido el mundo de los cuerpos y el de la alimentación, y la existencia de conflictos más o menos estructurados entre los diferentes grupos sociales. Segunda, la existencia de relaciones de dominación entre unos grupos y otros. El concepto de clases populares permite identificar el grupo que más sufre esa dominación mejor que, por ejemplo, el concepto, más restrictivo, de “clase obrera”. En el ámbito de la alimentación, las clases populares se diferencian de las clases medias por una disposición alimentaria y un contexto cotidiano. En primer lugar, la disposición alimentaria identifica la tendencia a privilegiar una alimentación que permita sentirse fuerte. En segundo lugar, el contexto cotidiano agrupa en las clases populares a aquellos segmentos sociales que carecen de mercados de interacción en los que el ascetismo alimentario reciba recompensas constantes y no contradictorias —como es el caso de las clases medias y altas, en las que la distinción corporal y la sofisticación alimentaria (en la forma de conocimientos gastronómicos) es una condición de la sociabilidad—. La precisión dejará insatisfechos a muchos lectores, sospechamos que científicos sociales con mayor nivel de disciplina conceptual que nosotros. Confiamos en que, tras leer este libro, convengan con nosotros en que la referencia a las “clases populares” puede dar lugar, en el terreno de la alimentación, a operaciones sociológicas interesantes de investigación y de agrupación de datos.

## **Estructura del libro**

Este es el marco general en que se van a desarrollar los análisis que siguen. Estos se apoyan en una investigación empírica, financiada por la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía, realizada en 2003 con once grupos de discusión con miembros de clases populares, estructurados por género, edad, hábitat y condición trabajadora o de

---

<sup>3</sup> *En ese sentido, entre otros documentos, el espacio de cuerpos de clase que perfila Bourdieu (1991: 187) en “La distinción”, y dos antiguos, pero a nuestro entender excelentes, artículos de Boltanski (1971) y Claude y Christiane Grignon (1980) forman parte de los protocolos de trabajo con los que se diseñó esta investigación. Para un repaso global de una de las matrices discursivas de esta investigación véase Moreno Pestaña (2004).*



ama de casa de las mujeres<sup>4</sup>.

El texto está estructurado en cinco capítulos. En los tres primeros analizamos las prácticas y discursos de las mujeres de clases populares: dado que son las principales encargadas de la alimentación familiar, les hemos dado más peso en el diseño de la investigación. En el primer capítulo, analizamos las transformaciones que ha experimentado en las últimas décadas el oficio de ama de casa: transformaciones prácticas y simbólicas que nos servirán para entender el marco particular en que se realizan las distintas apropiaciones del discurso médico sobre nutrición. Estas distintas apropiaciones son el objeto del capítulo segundo, donde se distinguen cuatro posiciones básicas en las prácticas así como en las representaciones de la relación entre alimentación y salud. El tercer capítulo analiza dos esquemas fundamentales que estructuran la percepción de la alimentación sana, no sólo entre las mujeres, sino en el conjunto de las clases populares: los de *alimentación natural* y *comer de todo*. El cuarto capítulo presenta las posiciones “juvenil” y “madura” en torno a la alimentación a través del análisis de jóvenes que viven con sus padres y otros que han salido del domicilio familiar para estudiar. Para terminar, en el quinto capítulo, mostramos los dilemas familiares y laborales implícitos en los discursos masculinos sobre lo sano.

No quisiéramos finalizar esta introducción sin hacer una advertencia al lector poco habituado a leer análisis sociológicos. En las páginas que siguen se realizan dos operaciones. En primer lugar, se da cuenta de los discursos de los distintos grupos de discusión. En segundo lugar, se intenta explicar sociológicamente estos discursos –esto es, se los intenta explicar como resultado de dinámicas sociales que afectan a categorías de sujetos, y no exclusivamente a los sujetos que participaron efectivamente en el estudio-.

Estas dos operaciones sitúan a los autores en relaciones muy distintas con los enunciados.

En la primera tarea, su posición es la difícil de mensajeros: se trata de hacer llegar al lector las distintas posiciones discursivas. Ello no supone que los autores se identifiquen con estas –muy diversas- posiciones, al igual que tampoco supone que las critiquen. Esta neutralidad del analista respecto a los discursos recogidos es condición imprescindible para poder explicarlos sociológicamente, para no caer en una mera proyección de sus propias posiciones y juicios de valor –que llevaría simplemente a ensalzar los afines y denostar los opuestos-. Asimismo, los fragmentos de conversación

---

<sup>4</sup> Las características de los grupos, así como la delimitación operativa del concepto de clases populares, pueden verse en el apéndice metodológico.

incluidos han sido seleccionados por su valor ilustrativo de cara a la explicación sociológica, independientemente de que contengan expresiones que puedan resultar poco correctas. Esta neutralidad del transcriptor-analista puede chocar a quien esté habituado a discursos que mezclan, sin separarlos, los aspectos descriptivos con los valorativos. En todo caso, no hemos ejercido de censores: un mínimo de honestidad intelectual nos lo impide. La realidad social es así, y no es nuestra labor embellecerla, sino intentar describirla y explicarla.

Por supuesto, en la segunda operación, en la de explicar sociológicamente, los autores se hacen plenamente responsables de lo que defienden.



## **1. EL OFICIO DE AMA DE CASA Y SUS TRANSFORMACIONES**

---

A pesar de la creciente dinámica hacia una mayor igualdad entre hombres y mujeres en el conjunto de la sociedad, la división tradicional de género, aún con importantes transformaciones, persiste con fuerza en las clases populares. Si bien los hombres se han ido implicando progresivamente –especialmente los más jóvenes y escolarizados<sup>5</sup>- en algunas de las tareas domésticas, su participación en el trabajo doméstico y en la educación de los hijos permanece dentro de unos límites muy estrechos. Esta escasa participación masculina en el ámbito doméstico conforma a la mujer –tanto si trabaja fuera de casa como si no- como principal responsable de la alimentación familiar. Su posición ante la alimentación, a diferencia de la masculina, no se limita a la de consumidora, sino que es, asimismo, la posición de la persona encargada de seleccionar, adquirir y elaborar los productos que va a consumir el conjunto de la familia. Las decisiones sobre la alimentación familiar recaen así sobre ellas, aunque ello no implique que estas decisiones puedan tomarse libremente: los gustos y preferencias de maridos e hijos, en grado variable, ejercen una presión importante.

No se puede, por tanto, analizar las posiciones, los discursos, las prácticas de las mujeres ante la alimentación y ante su relación con la salud sin tener en cuenta su papel de encargadas de la alimentación familiar, así como de vigilantes y cuidadoras de la salud familiar. La alimentación y la salud familiar se integran como dimensiones esenciales del “oficio” de ama de casa, como lo muestra el hecho de que sean las mujeres las que buscan y acceden mucho más a conocimientos sobre nutrición –forma parte de su cualificación como amas de casa el conocimiento sobre los alimentos que suministran y elaboran; además, son las encargadas de las dietas y salud del resto de la familia, con lo que cualquier enfermedad familiar que implique un cambio de dieta supone el conocimiento de ésta, en primer lugar, por la mujer-.

---

<sup>5</sup> Cf. Valiente Fernández, 1997, donde se hace una revisión de las investigaciones al respecto.

La relación de las mujeres con la alimentación, por tanto, no podría explicarse únicamente como la puesta en práctica de una serie de categorías previas sobre los alimentos apropiados en términos de sabor o de salud. Por el contrario, pone en juego constantemente una serie de dimensiones prácticas, valorativas y afectivas ligadas al oficio de ama de casa.

En primer lugar, los aspectos meramente prácticos. Planificar y realizar la compra, elaborar la comida, conservar los alimentos son tareas que requieren un tiempo. Una oposición fundamental va a dividir las prácticas y discursos en función de la disponibilidad de tiempo.

Por un lado, tenemos a las mujeres dedicadas exclusivamente a la labor de amas de casa: el tiempo dedicado a la alimentación familiar puede ser amplio. Sin embargo, no es ilimitado. Compite, en primer lugar, con las otras tareas domésticas. Éstas, a su vez, no suponen una carga temporal fija. El trabajo de ama de casa, a diferencia del trabajo asalariado, no se rige por el principio de lograr una máxima productividad en torno a unos objetivos de producción bien delimitados. Por el contrario, estos objetivos de producción se pueden estirar indefinidamente –hasta lograr una limpieza perfecta que a cada momento desmejora- o reducirse hasta unos mínimos considerados “imprescindibles”. Máximos y mínimos: su definición es social, cultural, no meramente técnica, y la evolución de estos criterios –de lo que es mantener un hogar “digno”- es lo que provoca que, a pesar de los adelantos tecnológicos –lavadoras, lavavajillas, microondas...- la jornada del ama de casa pueda ocupar el mismo espacio temporal, sin reducirse. En segundo lugar, el tiempo dedicado a la alimentación compite también con los distintos tipos de actividades extradomésticas –desde relaciones sociales con el círculo familiar hasta asistencia a cursillos o a reuniones escolares-, que en una evolución reciente, se han ido ampliando a la par que se redefine el papel de la mujer y su derecho a disfrutar de un tiempo propio fuera del espacio doméstico.

Por otro lado, tenemos a las amas de casa que también son trabajadoras fuera del hogar. El tiempo disponible para el trabajo doméstico se reduce considerablemente, al mantenerse en buena medida la división de género tradicional. Ello lleva a una gestión doméstica lastrada por la falta de tiempo: los estándares de lo que se considera que es mantener el hogar se reducen considerablemente, a la vez que se externaliza parte del trabajo. Esto es particularmente evidente en el caso de la alimentación, donde el trabajo de cocinar se reduce –se va “a lo práctico”- y se compran multitud de alimentos preparados o precocinados.

En segundo lugar, el trabajo de ama de casa supone también una implicación afectiva. A diferencia de un trabajo asalariado, aquí se trata de trabajar para personas

con las que existe una profunda implicación afectiva. Ello convierte estas tareas en ámbitos de una negociación afectiva permanente: lo que se hace y cómo se hace también está determinado por esta componente afectiva. Es el deseo de ganar –o de no perder- el cariño de los hijos el que puede llevar a sobreinversiones de trabajo –por ejemplo, para elaborar dulces caseros- o, por el contrario, a renunciar a objetivos que se consideran legítimos –por ejemplo, dejar de poner verduras ante el descontento filial-. La búsqueda de afectividad y de un reconocimiento de su trabajo son factores importantes que pesan sobre su actividad en general, y sobre sus elecciones y elaboraciones alimentarias, en concreto.

En tercer lugar, el trabajo de ama de casa implica una serie de aspectos valorativos. Limpiar la casa, alimentar a la familia, criar a los hijos, etc., no son actividades neutras donde los baremos pudieran ser fijados de manera técnica, aséptica: hay buenas y malas maneras de hacer las cosas, hay objetivos más o menos legítimos, hay, en suma, todo un juego de valoraciones sobre lo que se debe hacer y cómo debe hacerse.

Aquí hemos de tener en cuenta que la imagen del ama de casa como una mujer aislada en su hogar, realizando solitaria unas tareas ingratas, da una visión muy parcial de su realidad. Su trabajo, su tiempo, su implicación, sus resultados se hallan constantemente en un campo de visibilidad. Son evaluadas, apreciadas o criticadas, apoyadas o resistidas, no sólo por sus maridos e hijos, sino también por un círculo mucho más amplio de relaciones: vecinas, familiares, médicos, maestros, amigas... Esta evaluación concierne tanto a los objetivos que se proponen –objetivos educativos con los hijos, alimentarios, de mantenimiento del hogar...-, como a la manera de conseguirlos –la forma de educar, la dedicación a la cocina, al hogar...-. Este aspecto valorativo es fundamental a la hora de entender los discursos y las prácticas de estas mujeres. Su trabajo se juega siempre en un espacio de legitimidades que se actualiza constantemente en el trato con otras mujeres –vecinas, amigas, familiares- y con especialistas en distintos ámbitos –educadores, médicos-. Aquí podemos distinguir, por un lado, las legitimidades ligadas a ámbitos específicos de su dedicación, y, por otro, la legitimidad global –actualizada constantemente en el trato con los próximos- de su actuación como madres y esposas. En ambos casos, los próximos sociales juegan un papel relevante: a través de conversaciones, de críticas, de comentarios, la red de relaciones más inmediata del ama de casa le hace llegar evaluaciones de su actividad: ¿dedica suficiente tiempo a cocinar?, ¿educa bien a sus hijos?, ¿compra bien?, ¿tiene la casa en buenas condiciones? En el caso de ámbitos específicos de su actividad, a esta evaluación de los próximos sociales se le une, con un peso determinante, la evaluación de los especialistas de la actividad concreta: educadores en el ámbito de la educación de los hijos, médicos en el ámbito de la salud familiar. Este juego de legitimidades pesa

constantemente sobre las prácticas cotidianas de estas mujeres: ya sea como jerarquías de valor incorporadas profundamente en sus disposiciones, en sus *habitus*<sup>6</sup>, ya sea como valoraciones más o menos ajenas a sus disposiciones, pero que, por la legitimidad de los agentes que las formulan –especialmente cuando se trata de especialistas como médicos o educadores- pesan sobre sus decisiones y percepciones.

*En conclusión, el oficio de alimentar a la familia no es un trabajo solitario. Por el contrario, supone una constante relación y negociación con otros agentes que condicionan el margen de maniobra. Además, pone en juego constantemente dimensiones ajenas a la propia categorización de los alimentos en sanos y malsanos: aspectos prácticos –coste, tiempo de elaboración-, valorativos –el valor de la buena madre- y afectivos –la comida es un mediador fundamental en los intercambios afectivos familiares-. Estos factores provocan que las discusiones sobre alimentación sana pongan en juego distintas dimensiones morales completamente ajenas a las categorías de la nutrición. Por ello, es fundamental, para entender estas discusiones, tener en cuenta la reciente evolución del oficio de ama de casa, especialmente en las legitimidades asociadas al mismo, íntimamente relacionadas con el cambio en la condición femenina.*

## **1.1. EL VALOR DE LA ENTREGA EN EL OFICIO TRADICIONAL DE AMA DE CASA**

El oficio de ama de casa se ha basado, durante décadas, en una estricta división de género en el seno de la familia: la mujer ha sido la encargada exclusiva de la alimentación y salud familiar. La dominación masculina se manifiesta, no sólo en la *naturalidad* de esta división sexual del trabajo doméstico, sino también en un esquema simbólico central: el esquema de la *buena madre*. Esta se caracterizaría por su capacidad de *entrega*, de *sacrificio*. La buena madre sería la que renuncia a sí misma para conseguir el bienestar de su familia, dedicando todo su tiempo y esfuerzo a este

---

<sup>6</sup> El concepto de *habitus* es del sociólogo Pierre Bourdieu. Con él se refiere al hecho de que toda la actividad de socialización va incorporando lentamente, mediante la práctica continuada, en los cuerpos y las formas de pensar de los individuos la cultura del grupo social en el cual crecen y se educan. Esta cultura del grupo social en que uno se halla se incorpora en la forma de esquemas de percepción –categorías con las cuales se percibe el mundo-, de apreciación –gustos y disgustos- y valoración –esquemas de distinción entre lo que se considera bueno y malo-. Estos esquemas varían en función de los grupos sociales y sociedades de pertenencia. Un aspecto fundamental del *habitus* es que es difícilmente modificable: los sujetos perciben y actúan en el mundo a partir de estos esquemas, de manera que las experiencias que tienen son pasadas por el filtro del *habitus* previo, que resiste así de manera práctica –no sólo por sus evaluaciones, sino también fundamentalmente por la selección de las experiencias y tipos de personas que uno está dispuesto a encontrarse cotidianamente- a las posibles impugnaciones. En el ámbito de la alimentación los *habitus* se manifiestan en la forma de gustos y disgustos corporales por tipos de alimentos y preparaciones, así como por esquemas sobre los distintos tipos de comida, su jerarquía valorativa, sus posibles combinaciones, etc.

objetivo. Este esquema está formado por dos complementarios. El primero es el de la *entrega*: la buena madre no miraría por sí misma, sino por su familia; se *sacrificaría* –en su cuerpo, en su tiempo, en sus deseos- antes que desatender las necesidades de su familia<sup>7</sup>. El segundo esquema ha constituido durante mucho tiempo un elemento central de percepción y categorización de la realidad en el seno de la clase obrera: es el esquema del valor-trabajo. Según éste, el valor de una persona, de un objeto, de una acción consistiría en la cantidad de trabajo realizado o empleado<sup>8</sup>. Aplicado este esquema al valor de la buena madre, supone que cuanto más trabajo invertido en el cuidado de la familia y del hogar, mejor madre se es<sup>9</sup>.

Esta *buena madre*, así, dedica toda su jornada al cuidado familiar: éste es su oficio, para el que ha de desarrollar una serie de cualificaciones específicas al mismo tiempo que tácitas: saber cocinar, educar a los hijos, llevar la casa, hacer la compra... Invertir todo el tiempo en la familia al tiempo que cuidar el presupuesto familiar gracias a una gestión sabia y atenta de precios y cantidades –para ahorrar en la compra y no tener que tirar alimentos-. Esta cualificación tácita se adquiría mediante la socialización familiar y, sobre todo, mediante la práctica continuada y la conversación con –y el ejemplo de- otras mujeres.

Un punto fundamental para entender este oficio es el hecho de que no se trata de una actividad aislada, sino de una actividad de mujeres entre mujeres. En primer lugar, los vecindarios y la familia –en muchos casos la mujer vive cerca de su madre<sup>10</sup>- proporcionan una fuerte red de apoyo: apoyo de la propia madre para

---

<sup>7</sup> *El esquema de la entrega convierte la sumisión femenina al resto de la familia en un valor: incorporado como esquema central de producción de prácticas y de evaluación de las mismas entre las mujeres de clases populares, constituye un elemento central de la reproducción de la dominación masculina en el ámbito familiar. A partir de este esquema se condena a aquellas madres que pretenden, por ejemplo, imponer sus gustos culinarios sobre los del resto de la familia. Como se ha mostrado en otra parte, este esquema de la entrega tiene como punto simbólico privilegiado el cuerpo y su sacrificio –por el dolor y por el desgaste- en el parto (cf. Martín Criado, 2000: 285-ss).*

<sup>8</sup> *Hemos encontrado este esquema del valor-trabajo en multitud de ámbitos, no sólo en esta investigación, sino también en anteriores que tenían como objeto de estudio las clases populares (cf. Martín Criado, 1998; 2000). Según este esquema de percepción y jerarquización de sujetos y objetos, los sujetos se jerarquizan por la cantidad de trabajo realizado –así, desde este esquema, una persona que tiene estudios tiene más valor porque se lo ha currado- y los objetos por la cantidad de trabajo invertido en producirlos –así, una obra de arte bella es una obra de arte que tiene mucho trabajo-.*

<sup>9</sup> *Este esquema se aplica en multitud de ámbitos dentro del oficio de ama de casa. Así, en la alimentación, como veremos, las comidas buenas y sanas son comidas que suponen mucha elaboración, en las cuales la mujer invierte una gran cantidad de trabajo. Angel de Lucas, en una conferencia impartida en la universidad de verano de la UNED en Ávila a fines de los noventa, relataba la reacción de estas mujeres frente a la lavadora en los años sesenta: la ropa no quedaría igual –de limpia, de cuidada, de suave- que cuando se lavaba a mano. La lavadora, en un estadio inicial, se hallaba en contra de este esquema del valor-trabajo.*

<sup>10</sup> *En el trabajo de campo para la investigación que realizó uno de los autores hace años sobre familias de clase obrera y escuela (Martín Criado et alii, 2000), se comprobó que se trataba de una práctica común en los barrios obreros –siempre que fuera posible materialmente-. Schwartz (1990) en Francia y Young y Willmot (1986) en Londres encontraron la misma situación. Young y Willmot lo explican en buena parte por la complementariedad de los ciclos de vida de madre e hija: cuando la hija necesita más ayuda –cuando tiene hijos pequeños- es cuando la madre, que ha terminado de cuidar a los suyos, puede prestarle una ayuda.*



cuidar a los hijos o cocinar cuando se carece de tiempo, apoyo cotidiano de las vecinas entre sí –para bajar a comprar o proporcionar los alimentos que en un momento faltan, para vigilar a los niños...-. Pero también apoyo psíquico. En estas familias con una estricta división de género, las actividades y preocupaciones de las mujeres son poco comprendidas por los maridos. Los espacios de sociabilidad entre amas de casa permiten compartir problemas, preocupaciones, pequeños triunfos con otras personas que pueden comprender la importancia, la enorme magnitud, de estos acontecimientos y preocupaciones precisamente porque se comparte el oficio, porque se sufre de las mismas dolencias, de las mismas tensiones prácticas, afectivas y simbólicas, porque hay que enfrentarse a las mismas situaciones con recursos similares. Frente a los maridos, para quienes estas preocupaciones son *cosas de mujeres*, asuntos sin importancia, pequeñas magnificadas por mujeres que no tienen problemas *de verdad*<sup>11</sup> –de hombres, de trabajadores-, las otras amas de casa saben darle su verdadero valor a todas las preocupaciones cotidianas –en torno al hogar, los hijos, las comidas, el cuidado de sí, la gestión doméstica, la gestión de las afectividades familiares...- que jalonan la jornada del ama de casa. La puerta de la calle abierta es la ilustración viva de esta sociabilidad femenina que permite compartir y sobrellevar la situación de trabajo<sup>12</sup>.

Esta red de apoyo, como todas las redes, no es únicamente un lugar de intercambio afectivo y material, constituye también un espacio de valoración, un espacio de visibilidad y evaluación de las prácticas de cada una. Si el esquema de la buena madre es producto de la dominación masculina, no son los hombres los interlocutores principales a la hora de medir hasta qué punto una es buena madre. No es que el reconocimiento familiar –de marido e hijos- no sea importante: constituye, por ejemplo, un elemento fundamental a la hora de decidir qué comidas poner. Sin embargo, los maridos, ausentes la mayor parte del día en sus trabajos y en sus redes de

---

<sup>11</sup> En la investigación sobre prácticas educativas en la clase obrera, asistieron a un grupo de discusión masculino dos hombres que, en paro y con su mujer trabajando, habían comenzado a hacerse cargo de la buena parte de las tareas domésticas. La novedosa situación de llevar a los niños al colegio, hablar con los maestros, ir a la compra, hacer las camas, programar comidas y lavadoras, cocinar... era vivida como una situación estresante que superaba sus fuerzas. Sólo la verdadera puesta en situación les llevaba a reconocer la magnitud de un trabajo que en condiciones normales les pasa a los hombres inadvertido. En el grupo de hombres de Granada de la presente investigación, el inicio de la confrontación con parte de las preocupaciones domésticas actúa en el mismo sentido (ver capítulo 5).

<sup>12</sup> Dejar la puerta de la calle abierta supone convertir la actividad solitaria en actividad compartida, el aislamiento en grupalidad. De la importancia de esta puerta abierta da cuenta el comentario de un hombre mayor de un barrio obrero, cuando salía con él de su casa. “¿Cierro la puerta?”, le pregunté al salir ambos de su casa. “No, déjala abierta, las mujeres se asfixian con la puerta cerrada”. Pero también da cuenta de esta importancia la situación de estas amas de casa cuando, por un ascenso económico, se trasladan a otro piso en un bloque distinto. En la investigación sobre familias de clase obrera y escuela, dos de las mujeres entrevistadas se habían mudado a un piso nuevo situado a una escasa centena de metros del antiguo. Una de ellas comentaba que los primeros años después de la mudanza lo pasó muy mal: cuando salía, pasaba por delante de su antiguo piso y no podía evitar romper a llorar. La otra mujer, ante la pregunta sobre la experiencia de cambiar de piso, me pidió que guardara silencio. Guardamos ambos silencio durante un minuto. “¿Lo oyes?”, me pregunta, “¿El qué?”, “¿Lo ves? No se oye nada, es horrible, no sé cómo hacen estos pisos”. La mudanza supone una ruptura con sociabilidades construidas a lo largo de años con las vecinas, supone ser arrojada de repente a un aislamiento difícilmente soportable.

sociabilidad masculina, no son el interlocutor constante y cualificado para decidir: lo son precisamente las otras mujeres con las que se guarda constante relación. El *cotilleo*, tan despreciado por los hombres, constituye de hecho la contrapartida de la red de apoyo: ésta constituye una red mediante la cual se controla a todos los miembros<sup>13</sup>, mediante la cual se evalúa el valor de cada una, su adecuación al modelo de buena madre.

Esta dimensión valorativa del oficio de buena madre es la que proporciona a este oficio sus “objetivos de producción” y sus “baremos de calidad”. Frente al trabajo asalariado, donde objetivos y baremos son decididos por la organización o el empleador, aquí no hay un baremo objetivo impuesto desde fuera: es objeto de una negociación y competencia en el interior de la familia, pero, sobre todo, en los círculos de sociabilidad femenina. Ello provoca que, dentro de este modelo tradicional, las transformaciones tecnológicas que afectan a la labor productiva cotidiana –electrodomésticos, etc.- no reduzcan apenas la jornada de trabajo. A la par que se simplifica y reduce el tiempo de trabajo de cada tarea concreta, se aumenta el número de tareas y el nivel de exigencias sobre cada una.

*B- Pero mira, en ese aspecto trabajaban más las de antes, pero yo creo que en el tema de la cocina hoy somos más exigentes en la cocina, porque mi madre trabajaba muchísimo y me lo decía a mí, que lo que yo hago en la cocina ella no era capaz de hacerlo, (AP- Sí, yo creo que...) ellas ponían el cocido, ponían un potajito como se dice aquí y ponían un gazpacho y para de contar, cuatro cositas así y ya está. Pero hoy nosotras nos exigimos muchísimo, mucho, mucho. Porque estamos, hacemos lo que... es como las casas, yo pienso que hoy tenemos las casas los pobres igual que los ricos, mientras que los ricos tenían criados nosotras no los tenemos y entonces las exigencias del ama de casa hoy es muy grande porque tenemos una buena casa, todas las que estamos aquí tenemos buenas casas ¿eh? Y, y preparás y no podemos permitirnos con nuestros sueldos pagar a nadie que nos haga nada. Entonces mantener eso hoy cuesta y la cocina es mucho más exigente que antes ¿o no? (A- Y en aquélla, antes vivían mejor) ¿Cuándo te hacía tu madre un bizcocho? No te hacían nada, no te hacían nada mientras que nosotros hacemos muchísimos dulces y de todo (Amas de casa, El Cerro de Andévalo)*

Este hecho sólo lo podemos comprender si, tal como indica la intervención precedente, contemplamos el oficio de ama de casa no sólo como un oficio productivo, sino también de estatus; los criterios técnicos de evaluación de las tareas son criterios de estatus. No se trata simplemente de mantener un hogar, sino de hacerlo dentro de

---

<sup>13</sup> Sobre el *cotilleo*, ver *Elias y Scotson, 1997: cap. 7.*

unos criterios sociales determinados: hay que alcanzar un nivel de decoro adecuado al grupo social en el que una se halla. A su vez, este trabajo de estatus se juega dentro de un campo de visibilidad. Como tan bien supieron explotar los anuncios de detergentes de los años setenta, no se trata simplemente de tener la ropa limpia, sino al menos tan limpia como la de la vecina –como la de los próximos sociales-. Esta visibilidad del trabajo del ama de casa ante sus próximos sociales instituye objetivamente un campo de competencia. Cuando la mujer se valora –y autovalora- socialmente por su realización como ama de casa, la comparación constante –en comentarios, visitas, conversaciones...- con otras amas de casa –vecinas, amigas, familiares- constituye un poderoso acicate para, al menos, estar al nivel medio de realización doméstica. La liberación de tiempo por las innovaciones tecnológicas puede permitir a algunas amas de casa –las más *sacrificadas*- invertir el tiempo liberado en elevar el nivel de decoro del propio hogar, elevando así el nivel medio y empujando a las demás a hacer lo mismo. Es esta dinámica la que evita que el tiempo liberado por la tecnología redunde en una reducción drástica de la jornada del ama de casa.

El oficio de ama de casa comporta, por tanto, elementos prácticos – disponibilidad de tiempo, tecnología, dinero, cualificaciones- y elementos valorativos, a la par que se produce en el seno de una constante negociación con el resto de componentes de la familia y que, en esta negociación, constituye un elemento fundamental del intercambio afectivo familiar. La imbricación de estas dimensiones se ve perfectamente en la alimentación familiar. La buena alimentación es la que hace la buena madre, que invierte su tiempo y esfuerzo<sup>14</sup> en comidas que requieren mucha elaboración y poco dinero<sup>15</sup>, y que a la vez son apreciadas por el resto de la familia: las comidas que la madre hace no son únicamente la obligación de la mujer en una división de género tradicional, son también dones que ofrece a la familia, mediante los cuales actualiza constantemente ante ésta su entrega, su sacrificio, a la vez que su *cariño*<sup>16</sup>. A su vez, esta buena madre tendría una cualificación de la que se enorgullecería: un capital de habilidades y conocimientos culinarios y nutricionales que le permitirían ahorrar, al tiempo que saber cocinar preparaciones apreciadas por la familia, o que

---

<sup>14</sup> Como veremos, las comidas buenas y sanas son comidas que requieren tiempo y trabajo, comidas lentas, frente a las comidas rápidas, en las que la madre apenas se molesta. Desde esta posición se opone así a las que cocinan como las antiguas a las modernas. Las primeras, que se entregan más y dedican más trabajo, cocinan lentamente: guisos al fuego lento, sin olla exprés, con productos frescos. Las modernas, cocinarían rápido utilizando microondas, vitrocerámicas, ollas exprés o, lo que es peor, precocinados, pizzas, hamburguesas... La que cocina como las antiguas lo proclama con orgullo; la que cocina moderno ha de justificarse: es la falta de tiempo.

<sup>15</sup> Una de las cualificaciones fundamentales del ama de casa en los medios populares es la de saber economizar, tanto en la compra –lograr comprar productos de calidad a bajo precio-, como en la planificación –que no haya que tirar alimentos, lo que supone tener en cuenta los gustos familiares, los tiempos de conservación de los alimentos-. Una de las acusaciones que se vierten sobre la madre cómoda es precisamente recurrir a comidas que, como los precocinados o los alimentos preparados, no sólo llevan menos trabajo, sino que además son más caras.

<sup>16</sup> Esta dimensión afectiva se ve en el placer que se experimenta cuando se ve disfrutar a los hijos con la comida, pero también en multitud de expresiones referidas a la propia elaboración. Así, para que las lentejas salgan buenas, es necesario mimarlas, ponerles amor, tratarlas con cariño...

sabría *disfrazar* los guisos -para conseguir que los hijos ingirieran aquellos alimentos considerados sanos que en principio rechazan-.

## **1.2. UN NUEVO MODELO DE BUENA MADRE**

El oficio de ama de casa ha sufrido importantes transformaciones en las últimas décadas. Transformaciones tecnológicas, que en el ámbito de la alimentación han supuesto la potencialidad –que no siempre la realidad- de considerables ahorros de tiempo. Pero, sobre todo, transformaciones en los esquemas a partir de los cuales se evalúa la *buena madre*. Estos cambios van ligados, fundamentalmente, a la redefinición de las relaciones de género en el conjunto de la sociedad, que ha legitimado la posesión, por parte de las mujeres, de espacios propios no absorbidos por la dedicación completa a la familia. A su vez, la proliferación de centros de mujeres y de cursos en ayuntamientos y otras instituciones ha abierto a las amas de casa a un nuevo espacio de sociabilidades y cualificaciones. Y todo ello en una dinámica general de elevación de las cualificaciones escolares de las mujeres, que han introducido unos baremos de valor social en los que las mujeres se hallan a la par, si no por encima, de los hombres. Estas transformaciones han debilitado el marco de definición de la madre sacrificada. O mejor –puesto que subsiste fuertemente en las percepciones y evaluaciones de estas mujeres-: lo han puesto en tensión con estas nuevas definiciones del papel de la mujer y del ama de casa.

En primer lugar, al valor del ama de casa como madre sacrificada se le superponen ahora otros: el valor de la mujer que sale de la casa, que no está encerrada, que asiste a actividades fuera del hogar o trabaja. Ser “simplemente” ama de casa supone, desde este nuevo marco, una limitación –hasta el punto de que se puede resentir la oportunidad de asistir a actividades fuera del hogar como una nueva exigencia añadida a las antiguas-.

En segundo lugar, el ocio del ama de casa gana legitimidad: ya no simplemente renuncia al sacrificio, sino ocio legítimo en la medida en que no suponga abdicar de los objetivos más irrenunciables –educar a los hijos, mantenerlos limpios, alimentarlos bien...-. Ahora la mujer puede *mirar por sí misma* –aunque no demasiado, aunque los límites de hasta dónde supone dejar de ser una buena madre sean objeto de constante discusión y no se hallen, en las clases populares, muy lejos del ideal de madre sacrificada-. A su vez, la legitimidad del tiempo para sí, de *mirar por sí* –en vez de supeditarse constantemente a la familia- y salir de la casa, tampoco es absoluta: se trata de dedicar un tiempo para sí en ocupaciones legítimas. Aquí los cursillos juegan

un papel fundamental: la mujer sale, no para estar ociosa, sino para adquirir una formación, para incrementar su cualificación: la cultura como bien legítimo permite que la salida, el tiempo para sí, se vean plenamente justificados. El mismo papel juegan las recomendaciones médicas de salud, como la de caminar para bajar el colesterol: frente al paseo ocioso, se trata de una actividad de salud<sup>17</sup>.

En tercer lugar, el espacio de cualificaciones del ama de casa se escolariza. Frente a la mujer encerrada en su casa dedicada a ocupaciones tradicionales, la *maruja*, la nueva madre habría de salir del espacio doméstico para formarse, asistir a reuniones escolares...<sup>18</sup>. La nueva ama de casa estaría constantemente a la búsqueda de nuevos conocimientos. Ello supone una nueva exigencia a la vez que una nueva actitud frente a los bienes culturales legítimos: la disposición a adquirirlos aumenta. Esto tiene consecuencias claras en el ámbito alimentario: la mayor disposición a adquirir bienes culturales legítimos, junto al creciente acceso a los servicios médicos merced a la extensión de éstos por las políticas estatales, convierte a los conocimientos producidos por los expertos médicos en un bagaje necesario para ser *buena madre*.

Podemos señalar, en esta tensión entre los dos modelos de amas de casa, dos posiciones fundamentales –que se suman a la de las que persisten en el modelo tradicional-: las más convertidas al nuevo modelo y la posición mayoritaria, intermedia entre el modelo tradicional y el nuevo<sup>19</sup>.

### **1.3. LAS CONVERTIDAS**

Un primer grupo de mujeres reivindica plenamente la necesidad de salir del hogar, especialmente para formarse, así como de *cuidarse*, de *mirar por ti misma*. Asimismo, son las que más inciden en la necesidad de *cultura*, de *información* a la hora de enfocar la alimentación familiar. Más escolarizadas que la mayoría de las amas de casa de clases populares, estas madres introducen un nuevo baremo a la hora de

---

<sup>17</sup> En varios grupos de discusión ha aparecido como una práctica extendida, y relativamente novedosa, la de salir a caminar para adelgazar o bajar el colesterol. Esta práctica nos muestra la síntesis de la legitimación tradicional del ama de casa con la nueva. Por una parte, frente a ocupaciones tradicionales como coser –que algunas han reemplazado por la caminata-, salir a andar supone una nueva legitimidad del cuidado de sí, de dedicarse un tiempo propio para cuidarse. Por otra, el ocio del ama de casa popular no ha de ser un ocio, valga la redundancia, “ocioso”: frente al simple paseo, el ejercicio es una actividad legítima en pos de un fin legítimo –la salud-.

<sup>18</sup> Así, en los grupos de discusión, las mujeres que afirman que les gusta el trabajo doméstico y que le dedican mucho tiempo, tienen que afirmar también que salen y asisten a cursillos, que no son simples marujas.

<sup>19</sup> A su vez, en la posición mayoritaria una oposición fundamental divide a las mujeres que trabajan fuera del hogar de las que tienen éste como ocupación exclusiva. No nos vamos a extender aquí sobre esta oposición, pues la veremos en detalle en el capítulo segundo.

juzgar la cualificación del ama de casa: su acceso a y dominio de informaciones escritas procedentes de la cultura legítima –como el discurso nutricional-. Es la importancia de este discurso y de la necesidad de cuidarse en sus prácticas cotidianas las que provocan que se le dé a la alimentación una enorme importancia: ninguna excusa sería buena para abandonarse, para ceder a los recursos cómodos. En este punto, su posición implica una síntesis de los nuevos valores con el valor de la entrega, de la inversión de trabajo del ama de casa: nada justificaría abandonar la obligación de alimentar de forma sana a la familia y de enseñar a los hijos a alimentarse de acuerdo a lo que se considera sano. Sin embargo, esta entrega presenta características distintas de la que impera en el modelo más tradicional, de forma a hacerla compatible con los nuevos valores.

En primer lugar, porque la labor de alimentación y de enseñanza de los hijos no supone en ningún caso estar supeditada a los deseos y gustos familiares. Todo lo contrario: la labor de enseñar a los hijos a comer supone no ceder a sus caprichos, no multiplicar las preparaciones para atender a los gustos de cada uno. De esta manera, el trabajo de cocina se simplifica, al poder imponer la madre un plato único para toda la familia. Además, esta labor de educación alimentaria supone una progresiva responsabilización de los hijos, una progresiva adjudicación de tareas a los mismos. *La madre no debe ser esclava de los hijos y de sus caprichos*: con esta fórmula se enuncia un tipo de educación –que veremos más adelante: la disciplinaria-normalizadora- y una nueva legitimidad: si bien la madre ha de cumplir con sus obligaciones, esto no implica una entrega de sí sin límites<sup>20</sup>. La jornada de ama de casa ha de limitarse para que la madre pueda tener tiempo para otras actividades fuera del hogar. Por ello, si estas madres son las primeras en ostentar el tiempo pasado en la cocina para alimentar de forma sana y natural a su familia, también son las primeras en proclamar que se puede cocinar de una manera a la vez sana y rápida.

*M: Yo creo que es más organización, porque a mí me preguntan también muchísimo: “¿si estás todo el día en la calle cómo?”, organización, y ya está. Tampoco tienes que emplearle cinco ni seis horas como se empleaba antiguamente en la cocina, que se levantaba y llegaba la hora de comer, una cosa que has estado cinco horas haciéndola y en cinco minutos se la comen, no. Tú te organizas y a ti te da tiempo de todo, no por el hecho de no estar trabajando tienes que estar todo el día de cocinera. (Mujeres Conil)*

---

<sup>20</sup> Asimismo, son estas madres las únicas que no se ven totalmente supeditadas a los gustos de los maridos. Mientras que para el resto de las participantes, los gustos de los maridos son una razón fundamental a tener en cuenta en la elección de las preparaciones, entre éstas se puede llegar hasta el extremo de intentar acostumbrar a los maridos a comidas que inicialmente rechazan.

*En segundo lugar, porque se introduce una fuerte racionalización del tiempo dedicado a las tareas domésticas. Estas madres salen a la calle, acuden a cursillos, dedican tiempo para sí mismas, se cuidan. Y todo ello ha de hacerse sin abandonar en ningún momento las obligaciones fundamentales del ama de casa. Para ello, se introducen técnicas que ayudan a ahorrar tiempo sin tener que recurrir a preparados industriales –denostados tanto desde el discurso nutricionista como desde el marco del ama de casa tradicional-, como cocinar grandes cantidades de una vez para luego congelar para otros días. La consigna es organización. Frente a la producción doméstica que –confundida con los demás aspectos de la vida cotidiana- no mide ni calcula los tiempos, la gestión racionalizada de tiempos y tareas: el nuevo modelo de ama de casa ya no es el de una artesana tradicional, sino el de una empresaria de su hogar.*

*A. Yo, por ejemplo, como la leche esa que habéis dicho omega 3, yo tomo esa leche y es buenisísima, pero para mis críos no, entera, que...*

*P. ¿Y por qué no se las das a tus niños y es para ti?*

*A. Porque es diferente*

*P. Pero si sabes que es mejor para ti, para ellos que la otra, ¿por qué no se la das?*

*A. No, no, pero mis niños tienen unas necesidades diferentes a las mías, necesitan es que yo lo veo que necesitan otra cosa (Mujeres Dúrcal)*

Por último, porque el cuidado de sí adquiere aquí plena legitimidad. La diferencia con la posición tradicional se ve perfectamente en la cita precedente: frente a P –cercana al polo tradicional- para quien es ilegítimo tomar una leche distinta a la de los hijos si se piensa que es mejor –la buena madre miraría por los hijos, no por sí misma-, A defiende la legitimidad de mirar por sí misma –aunque tenga que justificarla frente al resto por la existencia de necesidades diferentes-: aquí el cuidado familiar no es incompatible con el cuidado de sí.

## **1.4. POSICIÓN MAYORITARIA: LA TENSION ENTRE DOS LEGITIMIDADES**

La posición mayoritaria se halla en una constante tensión entre el modelo de ama de casa tradicional y el nuevo modelo. Si, por una parte, se insiste continuamente en la cantidad de trabajo que se realiza en el hogar y en la entrega a la familia, por otra se celebra que los avances tecnológicos y la nueva condición de la mujer permitan disfrutar de más ocio y más tiempo libre. Si, por un lado, se insiste en la cualificación que se posee como ama de casa que sabe cocinar y comprar, por otro hay que afirmar

que se hacen cursillos y que no se es simplemente ama de casa. Si por un lado se ostenta la capacidad para hacer comidas tradicionales, por otro, se ostenta el recurso a libros de cocina o programas de televisión para aprender recetas o conocimientos nutricionales. A un tiempo madres entregadas y mujeres que tienen derecho a un ocio propio y a empezar a mirar por sí mismas: en esta constante tensión se mueven la mayoría de las amas de casa de clases populares. Esta tensión atraviesa sus prácticas y discursos.

Las prácticas: el valor de la madre sacrificada, incorporado en el *habitus* y recordado constantemente por las evaluaciones de los próximos sociales, sigue jugando un papel fundamental en las prácticas cotidianas. A su vez, la nueva legitimidad del ocio y de las sociabilidades extradomésticas lleva a que el nivel de *sacrificio* sea menor que el de sus propias madres: así, se puede afirmar que determinadas tareas domésticas se intentan minimizar, o se recurre más a alimentos preparados o industriales que aligeran el trabajo doméstico. El valor de la entrega a la familia coexiste y se halla en tensión con la afirmación del derecho a tener un tiempo propio, no absorbido por las tareas domésticas. Así, en la alimentación, este doble marco provoca una alternancia de comidas tradicionales, lentas, que requieren inversión de trabajo materno, con comidas más fáciles, más rápidas<sup>21</sup>. O, la ambigua legitimidad del cuidado de sí – ligada en buena parte a la preocupación por mantenerse delgada- lleva a un consumo esporádico de productos *light* que, a nivel discursivo, se suele ocultar o negar.

Los discursos: la indefinición de los límites y la tensión entre los dos modelos de ama de casa –junto a la prevalencia simbólica del de madre sacrificada- da lugar a un constante juego por desmarcarse de la etiqueta de *cómoda* asignándosela a otras madres. La diversidad de marcos simbólicos contradictorios que se pueden aplicar –sacrificarse, pero guardar tiempo para sí; dedicar mucho tiempo a la casa y a la familia, pero salir de ella- lleva a que los límites entre la buena ama de casa y la cómoda se hagan más difusos y, por tanto, más proclives a múltiples utilizaciones estratégicas. No podría ser de otra manera: en la medida en que estas palabras –*cómoda, buena madre*- son evaluaciones, no simples descripciones, todo el mundo pretende estar del lado bueno. Y en la medida en que la mayoría de estas madres utilizan recursos para acortar el tiempo de cocina o para evitar peleas en la mesa para obligar a los niños a comer, cualquiera puede en cualquier momento ser acusada por otra de *cómoda*. Las acusaciones de *comodidad* se multiplican así en los grupos, acusándose en muchos casos a otras de prácticas –recurso a precocinados, a *comida rápida*, cesión a los caprichos filiales...- que una misma realiza. Lo que estas discusiones nos muestran, no

---

<sup>21</sup> También, como veremos, a partir de la idea de que la comida importante del día es la del mediodía, se puede recurrir a pizzas o comidas precocinadas para la cena: la diferencia entre comida y cena se utiliza estratégicamente para afirmar al mismo tiempo la entrega a la familia en preparar comidas laboriosas a mediodía al tiempo que una se descarga del trabajo de cocinar cenas.



es sólo la tensión entre los dos modelos contrarios de ama de casa, es también la tenaz persistencia del esquema de la madre sacrificada. De hecho, este esquema continúa funcionando a pleno gas incluso en el grupo de madres trabajadoras: si no se sacrifican tanto en el hogar –recurriendo en muchos casos a soluciones *cómodas* de ahorro de tiempo debido a la escasez de tiempo impuesta por la *doble jornada*–, esto se justificaría plenamente por el hecho de que el sacrificio se produce fuera, en el trabajo. Su doble jornada sería un sacrificio más que suficiente que justificaría con largueza el hecho de que en la alimentación cotidiana se vaya *a lo práctico*.

*Hablar de alimentación supone así, en todos los grupos, discutir sobre los límites del comportamiento de la buena madre. Discusiones interminables donde continuamente se maneja estratégicamente la frontera entre la buena y la mala madre. Esta dimensión simultáneamente moral y estratégica estará en el centro de las discusiones sobre todas las dimensiones de la alimentación.*

## **1.5. LA TRANSFORMACIÓN DE LAS PRÁCTICAS EDUCATIVAS**

Si la tensión entre los dos modelos de buena madre es central para entender el manejo estratégico de las categorías de alimentación sana que hacen estas madres, no menos central es comprender el espacio de constricciones prácticas en que se desenvuelve la tarea cotidiana de alimentar a la familia. Ya hemos señalado algunas de estas constricciones, como el tiempo y el dinero a emplear. Junto a ellas, la negociación con el resto de la familia juega un papel fundamental: maridos e hijos, con sus gustos y rechazos, pueden condicionar de forma determinante el menú familiar –tanto por los impedimentos prácticos que pueden presentar (al negarse a comer los alimentos cocinados), como por el hecho de que la alimentación sea uno de los dominios donde se juega el intercambio afectivo entre los miembros de la familia–. Además, en la relación con los hijos a las dimensiones prácticas y afectivas se le une otra fundamental: la educativa; la *buena madre* ha de enseñar a comer a sus hijos *bien*.

Para entender estas dimensiones es central tener en cuenta la transformación que se ha producido en las familias de clases populares de forma paralela a la ya señalada en la condición de la madre: la de las prácticas educativas. En una investigación anterior realizada por uno de los autores (Martín Criado, 2000) se vio que estas prácticas educativas se hallan en la actualidad sometidas a intensos cambios, ligados a una transformación general de las condiciones de existencia de las clases populares, especialmente, a la importancia creciente de la escolaridad filial como lugar donde se depositan las expectativas de mantenimiento y, sobre todo, de mejora de la posición

social. El tipo de familia predominante en las clases populares hace dos generaciones –la *patriarcal-popular*- se halla en franca decadencia, entre otras razones, porque no se adecua a las nuevas exigencias de escolaridad. Paulatinamente es sustituido por un nuevo modelo legítimo -la familia *disciplinario-normalizadora*-, coherente con los tipos de relaciones y modos de ejercicio de autoridad escolares. Aquí, como en el modelo de la buena madre, la mayoría de las familias de clases populares se hallan en una tensión, en una especie de terreno intermedio. Vamos a ver brevemente estas tres posiciones, que nos permitirán comprender las distintas posiciones respecto a la alimentación infantil de los distintos tipos de madres, así como las fuertes constricciones que, debido a una resistencia incrementada de los hijos a las imposiciones paternas, encuadran el trabajo cotidiano del ama de casa.

### **1.5.1. LA FAMILIA PATRIARCAL-POPULAR**

Podemos denominar patriarcal-popular al modelo legítimo imperante hace dos generaciones entre las clases populares: patriarcal, porque nos remite a un orden familiar de estricta subordinación de los hijos a los padres y de las mujeres a los hombres; popular, porque algunas de sus características están ligadas a condiciones de existencia de crónica y acusada escasez de recursos materiales. En la actualidad, las familias más cercanas al mismo tienen las características de hallarse poco escolarizadas, con trabajos descualificados y situación de escasez material.

En este modelo, los principios educativos que rigen la relación entre padres e hijos son: a) la inculcación del principio de escasez: el niño ha de aprender que vivimos en un estado de carencia y acostumbrarse a lo que hay sin plantear exigencias; no ha de ser caprichoso, por el contrario, ha de saber valorar, esto es, apreciar las cosas comparándolas con el estado de desposesión<sup>22</sup>; b) respetar la autoridad del padre y de los mayores; c) aprender buenas costumbres, buena educación: mostrar en todo momento un respeto al buen orden interaccional<sup>23</sup>; d) no ser una fuente de molestias materiales. Frente a estos objetivos, el escolar pasa a segundo plano: no hay expectativas reales de promoción a través de los estudios. Para conseguir estos objetivos, el medio principal de educación es el castigo ejemplar: un castigo desmesurado y destinado a *escarmentar* al

---

<sup>22</sup> El que denominamos principio de escasez parece haber sido uno de los esquemas fundamentales a partir de los cuales se evalúan las personas y las prácticas en las clases populares. Según el mismo, una persona es mejor cuanto mayor capacidad tenga de adaptación a las condiciones de privación y dureza que se presenten. Así, en el ámbito laboral, una persona que ha adquirido el principio de escasez lo muestra por su capacidad de adaptarse a las condiciones laborales más duras (Martín Criado, 1998: parte IV). Como veremos en el capítulo tercero, este principio de escasez se traduce en el ámbito alimentario en el principio de comer de todo.

<sup>23</sup> Esta buena educación supone, además, la adquisición de las virtudes morales tradicionales: religión, ocultamiento de todo lo referente a la sexualidad, aprendizaje de habilidades domésticas en el caso de las niñas...

niño y que puede, en muchos casos, ser corporal<sup>24</sup>. Este método de educación va unido a una particular concepción de la naturaleza infantil: los niños serían seres pasionales, irracionales, obcecados: no se podría razonar con ellos. La naturaleza infantil y la adulta serían completamente distintas: los niños se hallan del lado de la sinrazón, del deseo desatado: un adulto que pretenda sentarse con ellos a razonar puede volverse loco. Debido a su carácter irracional y obcecado, lo peor que se puede hacer con ellos es ceder: les das la mano y te cogen el brazo, la cesión es debilidad ante la obstinación irracional. Toda confianza puede llevar fácilmente al hijo a perder el respeto. El único medio de contener su deseo vehemente e irracional es la imposición pura y dura: la prohibición sin concesiones, la bronca, el tortazo. El niño, así, es poco moldeable mediante el diálogo con los padres. Sin embargo, esto no supone mayor problema: ya espabilará, en el contacto directo con la dura realidad, a medida que crezca.

En este tipo de configuración familiar, se produce una estricta separación de género entre padres y madres. Los primeros se reducen al papel de proveedores materiales, dejando la educación cotidiana en manos de las madres y ejerciendo, en todo caso, un papel como instancia última de autoridad familiar –que se actualiza con castigos ejemplares en caso de transgresiones especialmente graves por parte de los hijos-. La madre, por su parte, es la del modelo tradicional de la buena madre: se define por su entrega, por su sacrificio en la educación y crianza de sus hijos.

Este tipo de familia se halla en franco retroceso entre las clases populares porque ha perdido sus condiciones de posibilidad<sup>25</sup>. De hecho, en la investigación presente no encontramos ninguna participante que pudiera responder a este modelo. Sin embargo, algunos de sus preceptos se mantienen en la mayoría de las familias, como el valor de la madre entregada y sacrificada.

### **1.5.2. LA FAMILIA DISCIPLINARIO-NORMALIZADORA**

El nuevo modelo legítimo de familia en relación con la educación filial es el que denominamos *disciplinario-normalizador*: disciplinario, porque pretenden inculcar una autodisciplina mediante un sistema de normas y sanciones estable, que no varíe en

---

<sup>24</sup> Sin embargo, estos castigos ejemplares son poco corrientes: a) porque la inculcación de los principios educativos expuestos deja un amplio margen de libertad al niño en multitud de ámbitos siempre que respete la autoridad paterna, que sea bien educado y se adapte al principio de escasez; fuera de estos principios, se supone que el niño ya aprenderá por sí mismo a espabilar: no hay necesidad de un seguimiento minucioso de sus actos por parte de sus padres; b) porque, en este tipo de configuración, los ámbitos de existencia de padre, madre e hijos están separados -el padre en el trabajo o en el ocio compartido con otros hombres; la mujer en las tareas del campo y domésticas y en el círculo de vecinas y familiares; los niños jugando habitualmente en la calle con otros niños-, con lo que el hijo posee amplios espacios de libertad, ajenos al control paterno.

<sup>25</sup> No vamos entrar ahora en este tema, nos remitimos a Martín Criado, 2000.

función del humor del momento; normalizador, porque suponen la idea de *norma*: una delgada línea de comportamiento *bueno* fuera del cual todo son desviaciones que hay que rectificar constantemente. Estas familias intentan adecuarse a los comportamientos que los expertos en socialización ligados a la escuela consideran correctos: psicólogos, pedagogos, maestros, médicos... El recurso a estos especialistas es constante: ellos proporcionarían las claves de una socialización exitosa, cuyo objetivo esencial fuera el éxito escolar. Son familias a la medida de la escuela: la institución escolar y los expertos a ella ligada -y por ella legitimados- es fundamental en el moldeamiento de estas configuraciones familiares cuyas estrategias de reproducción social van dirigidas a la acumulación de capital escolar.

El primer rasgo destacado de este tipo de configuraciones son sus objetivos educativos. La escolaridad ocupa aquí un lugar privilegiado: no se escatiman esfuerzos y recursos con tal de lograr una actuación escolar satisfactoria en los hijos. Segundo objetivo fundamental: los hijos han de ser responsables: podrían dar su palabra -ligar el presente al futuro- porque, capaces de autodominio y autodisciplina, serían capaces de atar su deseo, de supeditar el placer presente al bien futuro y los gozos de hoy a las promesas hechas ayer. La formación de un carácter responsable -que puede responder- sería la condición indispensable para que el padre pudiera establecer una relación de *confianza* con el hijo.

El segundo rasgo característico de estas configuraciones es la enorme responsabilidad educativa que supone en ambos progenitores. El niño se concibe como un ser infinitamente moldeable, una *tabula rasa* sobre la que todo acontecimiento deja huella. Por ello, frente a la concepción de *espabilar*, aquí nada puede dejarse al azar: el padre y la madre han de vigilar y encauzar constantemente a su progenie. Para ello el elemento fundamental es el diálogo, que se corresponde con una concepción de la naturaleza infantil muy distinta a la patriarcal: con el niño se podría dialogar porque contiene un germen de racionalidad que hay que desarrollar pacientemente.

Una palabra central define el nuevo tipo de relación entre padres e hijos: *confianza*. Frente a las relaciones patriarcales, basadas en el *temor*, en la familia ideal el padre sería a la vez guía y amigo y el hijo se confiaría a él: no le ocultaría ninguna información. Esta relación de confianza implica, así, una serie de aspectos relacionados. En primer lugar, supone una relación entre padres e hijos que excluya cualquier temor de éstos a las reacciones de los padres -por ello los padres han de renunciar a los castigos corporales ejemplares-. En segundo lugar, la confianza entre padres e hijos posibilita la circulación de información en ambos sentidos: información del hijo al padre, imprescindible para la vigilancia de las conductas; información del padre al hijo, necesaria para la labor de persuasión e inculcación mediante el diálogo y el razonamiento. El ideal de la confianza es que el padre se halle en un estado de

información perfecta sobre los comportamientos y pensamientos de su hijo: que los padres sean los interlocutores privilegiados del hijo para, de esta manera, poder gestionar mucho mejor sus comportamientos y pensamientos. Por último, la relación de confianza supone un pacto de confianza entre padres e hijos: cada una de las partes debe confiar en que la otra cumplirá aquello que ha prometido. Este pacto de confianza permite sostener, por parte de los padres, un sistema firme de sanciones: el padre cumple su palabra, tanto en los premios como en los castigos, y el hijo ha de confiar en ella; asimismo, el hijo también ha de dar y mantener su palabra en comportamientos que realiza lejos de la mirada paterna. El pacto de confianza, ligado al sistema de sanciones firme que reconoce al hijo como interlocutor de un pacto -como persona que debe responder de lo pactado- es una estrategia de responsabilización de los hijos. El fin último sería que los padres tuvieran un conocimiento perfecto de los comportamientos, pensamientos, inquietudes de los hijos, que encauzarían gracias a esta información y al pacto de confianza con su sistema de sanciones estables.

### **1.5.3. LA DIFÍCIL TRANSICIÓN A LA CONFIANZA**

La mayoría de padres y madres de clases populares reconocen el modelo disciplinario-normalizador como el más legítimo. Sin embargo, tienen enormes dificultades para conciliar, en sus prácticas cotidianas, una relación de confianza con sus hijos con un control efectivo de sus comportamientos. Ello se debe a que el modelo disciplinario-normalizador requiere unas condiciones de posibilidad que no se dan en la mayoría de las familias de clases populares: A) Un fuerte autodominio de los progenitores. Este sirve para mantener el sistema firme de sanciones sin que varíe en función del humor del momento o de la vinculación afectiva con el hijo. Asimismo, es necesario para esa paciente labor de inculcación mediante el diálogo y para establecer una relación de confianza que permita al hijo contarle todo -imposible si los padres se dejan arrastrar por la cólera ante conductas que consideran incorrectas-. B) Una gran disponibilidad de tiempo para poder gestionar minuciosamente los comportamientos filiales y establecer una relación de confianza mediante el diálogo, así como para vigilar sus comportamientos y mantener las sanciones. C) Una enorme confianza en la escuela y en los expertos ligados a ella, así como una cierta familiaridad con sus exigencias, organización... D) Un cambio en la definición de la identidad masculina que permita a los padres asumir tareas educativas reservadas anteriormente a las madres. Esto es necesario tanto para mantener una coherencia entre las prácticas de ambos cónyuges<sup>26</sup>, como para compartir la incrementada carga educativa que este tipo de familia supone.

---

<sup>26</sup> Cuando el padre apenas interviene en las tareas educativas, su forma de ganarse el afecto filial suele ser mediante regalos o concesiones, con lo que a menudo socava el sistema de sanciones estables que la madre intenta imponer.

Sin parte de estas condiciones de posibilidad todo funciona para estos padres como si la concesión de confianza conllevara, irremediablemente, la pérdida de autoridad. Situados en una tierra intermedia entre el modelo patriarcal -en el que la mayoría de ellos fueron socializados- y el disciplinario -cuyos resortes no llegan a dominar-, estos padres se hallan en una tensión entre los esquemas adquiridos en su socialización y los que pretenden aplicar en la educación de sus hijos: entre los modos incorporados en forma de esquemas del *habitus* y los percibidos como legítimos. Esta tensión se manifiesta en los principios educativos que se pretende inculcar en los hijos. Estos derivan, en su mayor parte, del modelo patriarcal popular -el principio de escasez, la buena educación, no molestar en la gestión doméstica- incorporando la nueva exigencia de la escolaridad, que se convierte en prioritaria. No obstante, estos objetivos educativos entran corrientemente en contradicción con el nivel afectivo de la relación. Los padres disfrutan viendo a sus hijos disfrutar y están dispuestos, para no perder su cariño y para no sufrir viéndoles sufrir, a ceder en sus exigencias, a concederles *caprichos*, a ahorrarles tareas: cesiones que dificultan el mantenimiento del sistema estable de sanciones en que se basa el control de los hijos en las familias disciplinario-normalizadoras. La relación de confianza en estas familias es mucho más problemática que en las disciplinarias por esta tensión entre la relación afectiva y los objetivos educativos. Por un lado, estos padres celebran la nueva relación de confianza con sus hijos: frente a las familias patriarcales, ahora la relación sería mucho más cercana y los hijos no tendrían miedo de los padres. Por otro lado, sin el autodomínio afectivo y, en algunos casos, la disposición de tiempo y paciencia de las familias disciplinarias, esta relación de confianza va desligada del pacto de confianza y del sistema de sanciones estable: los padres y, sobre todo, las madres, ceden a las exigencias de los hijos para no privarles de placer -o para ahorrarse molestias-. Esto lleva, con el paso del tiempo, a una estructura de derechos familiares progresivamente favorable a los hijos: las cesiones iniciales de los padres terminan convirtiéndose en derechos de los hijos y, ante cualquier intento paterno de revertir la situación, la resistencia de los hijos se hace progresivamente más obcecada, incrementando los costes -en molestias, en temor a la pérdida de afectividad- para los padres de sus intentos de imposición<sup>27</sup>.

---

<sup>27</sup> *Un elemento fundamental de estas configuraciones familiares es que se mantiene, aunque sea de una manera menos rígida, la división tradicional de género. Aunque los padres ya participan en la educación de los hijos, su papel principal sigue siendo el de proveedor material; de ahí que la relación afectiva con los hijos se base en dones, en regalos -que en muchos casos pueden hallarse en contra de los intentos maternos de mantener las sanciones-. A su vez, las madres siguen basando su identidad social fundamentalmente en su papel de madres que se sacrifican y entregan por sus hijos. Las madres, fuertemente identificadas con sus hijos, disfrutan con el placer filial y sufren cuando los hijos sufren: ello provoca que cedan más fácilmente a sus demandas. En esta cesión a las demandas infantiles se repite una dinámica común. Cuando son más pequeños se cede mucho más a sus deseos: el vínculo afectivo y el derecho infantil al placer priman sobre otra consideración. A medida que crecen, la madre inicia intentos de poner coto a sus demandas; sin embargo, ya se ha consolidado una estructura de derechos favorable a los hijos: las madres coinciden, una y otra vez, en que cuanto mayores son los hijos más exigen y menos obedecen.*

En el ámbito alimentario, esto supone una limitación importante para los deseos maternos de obligar a sus hijos a ingerir determinados alimentos o preparaciones: frente a la resistencia filial, en la medida en que la madre haya perdido progresivamente la dominación sobre los hijos, se impondrá, en la práctica, una cesión continuada a los gustos de los hijos, que se conforman así como una constricción fundamental a la hora de planificar alimentos y preparaciones<sup>28</sup>.

Tensión entre dos modelos de buena madre, tensión entre dos modelos de educación filial, constricciones de tiempo y dinero, negociación –en muchos casos problemática- de los platos y alimentos a cocinar con el resto de componentes de la familia: estos son, en líneas generales, los elementos en los que se desarrolla la tarea cotidiana del ama de casa y con los que habremos de contar para comprender las particulares categorizaciones que, en este espacio de constricciones y legitimidades, se hacen de la relación entre alimentación y salud.

---

<sup>28</sup> *No obstante, en este juego de tensiones, las configuraciones familiares son muy variables en la posibilidad que tienen los padres de dominio sobre los hijos. La disponibilidad de tiempo del padre, el trabajo asalariado de la madre, la mayor o menor importancia del mantenimiento de los distintos principios educativos, el diverso autodomio afectivo de los cónyuges suponen variaciones en las relaciones de poder en el seno de la familia. Así, podemos tener familias donde las cesiones se circunscriben a ámbitos muy limitados considerados menores, hasta familias donde la cesión generalizada en todos los ámbitos lleva a un socavamiento progresivo de la autoridad paterna.*

## **2. CUATRO POSICIONES EN LAS CATEGORÍAS DE SALUD Y ENFERMEDAD Y DE SU RELACIÓN CON LA ALIMENTACIÓN**

---

Las categorías que las personas ponen en práctica para conceptualizar la salud y la enfermedad no coinciden necesariamente con las de los médicos. Ahora bien, estas categorías médicas tienen una influencia cierta y cotidiana sobre las de los legos: a través de la interacción directa con ocasión de enfermedades, o por diversos medios de comunicación de masas –cuando no a través de las informaciones a través de conocidos-, el discurso médico sobre la salud y la enfermedad penetra en todos los medios sociales. Esta penetración, sin embargo, es muy diferente en los distintos medios sociales. Como indican diversos estudios, el discurso médico es mejor conocido a medida que la posición social y, sobre todo, el capital cultural, es más elevado. Y ello por varias razones. Señalaremos dos.

En primer lugar, el discurso médico, como discurso científico, forma parte en la actualidad de la “cultura legítima” y comparte con ésta unas características similares. Fundamentalmente, las categorías médicas para conceptualizar la salud y la enfermedad, así como –en el caso de la nutrición- para categorizar los alimentos, presentan todas las características del aprendizaje escolar: aprendizaje erudito de un código que no se corresponde con la experiencia inmediata. Así, los elementos a partir de los cuales la medicina conceptualiza los alimentos no tienen nada –o muy poco- que ver con las cualidades sensibles de los alimentos. Por ello, a medida que la escolarización es mayor, los sujetos disponen de más medios para apropiarse del discurso médico tal como éste pide ser interpretado, de una forma que tiene todas las características del aprendizaje escolar. Asimismo, la predisposición a hacerse con los conocimientos que forman parte de la cultura legítima aumenta a medida que sube la posición social y, especialmente, la escolarización de los individuos –la escuela no se limita a una difusión de conocimientos, sino que ante todo inculca una serie de disposiciones respecto a los bienes culturales legítimos, una predisposición a asimilarlos y a comportarse de acuerdo a sus normas-.



En segundo lugar, la apropiación de un discurso y de sus categorías depende de la distancia entre éstas y las que se ponen en juego en el grupo social de origen. Por tanto, en el caso del discurso médico, a medida que nos alejamos del polo de la cultura legítima –de las personas más escolarizadas–, nos vamos a encontrar una distancia creciente entre ambos conjuntos de categorías. Esta distancia da lugar a un juego de apropiaciones e interpretaciones que son tanto más flexibles cuanto mayor la distancia entre las categorías del grupo de origen y las categorías médicas.

La penetración de las categorías del discurso médico sobre salud y nutrición será, por tanto, cuantitativa y cualitativamente diferente según la posición social de los sujetos. Cuantitativamente: a medida que se hallen más próximos de la cultura legítima dominarán en mayor extensión los conceptos y categorías del discurso médico sobre salud y nutrición y conocerán mejor sus preceptos. Cualitativamente: a medida que sus esquemas de categorización de alimentos sean más extraños a los del discurso médico sobre salud y nutrición, estos sufrirán una mayor labor de reinterpretación según las categorías anteriores<sup>29</sup>. Asimismo, la mayor o menor analogía entre las categorías alimentarias del grupo de origen del sujeto y las del discurso médico determinará profundamente cuáles de las categorías del discurso médico son apropiadas y cuáles ignoradas<sup>30</sup>.

Así, a pesar de que el discurso médico, en la actualidad, llega a todas las capas sociales -a través de los medios de comunicación, de la escolarización obligatoria y de las visitas obligatorias a hospitales y pediatras-, su penetración en ellas es muy distinta, tanto cualitativa como cuantitativamente: más rápida y profunda en las posiciones más elevadas de la estructura social; más lenta y desigual a medida que bajamos hacia la base de la pirámide social. En los grupos analizados, aunque casi todas las mujeres provengan de posiciones sociales muy similares, podemos ver esta penetración diferencial del discurso médico. En este caso, la diferencia se juega por distancias menores en trayectorias o posiciones: pequeñas diferencias en capital escolar o en relación con los médicos en relación a enfermedades crónicas familiares pueden marcar una distancia en asimilación de los discursos médicos. En todo caso, aquí la diferencia de edad juega un papel importante: dado que los discursos nutricionistas y

---

<sup>29</sup> *Los discursos no son simplemente aceptados o rechazados por los sujetos. Son “apropiados”: reinterpretados a partir de sus categorías cognitivas y valorativas previas. Hay aquí un doble movimiento: movimiento de asimilación de los textos a las categorías previas de los sujetos y movimiento de adaptación de estas categorías -de reordenación- en función de los nuevos contenidos. Y hay una gradación en los dos movimientos: desde el extremo de la plena asimilación del discurso nuevo a las categorías previas -no hay ningún cambio en los esquemas simbólicos del sujeto- hasta la plena adaptación y reordenación de las categorías previas -caso extremo poco corriente-. Entre estos extremos, lo corriente es una amplia gama de gradaciones: es esta gama la que estudiaremos a continuación.*

<sup>30</sup> *Así, por poner un ejemplo que analizaremos en el capítulo tercero, el precepto de la alimentación variada y equilibrada es inmediatamente asumido por todo el mundo porque se corresponde con el popular comer de todo que se rige por lógicas muy distintas a las que se hallan en la base del precepto nutricional.*

el acceso a los servicios médicos se han ido extendiendo paulatinamente en las últimas décadas, la diferencia de edad –a igualdad del resto de factores- marca una diferencia en exposición y predisposición a la asimilación de los discursos médicos sobre nutrición. Aunque el propio diseño de la investigación no nos permita analizar con detenimiento este juego de factores –para ello hubieran sido necesarias historias de vida-, sí nos permite analizar las posiciones que se dan en la actualidad en relación con la salud y la alimentación entre las mujeres de clases populares. Distinguiremos así un polo legítimo –más próximo al discurso médico- de un polo tradicional –poco influenciado por este discurso-. La mayoría de las participantes se hallan en algún punto intermedio entre ambas concepciones: sin embargo, sólo podemos entender las lógicas que ponen en juego comprendiendo estos polos entre los que se mueven. A su vez, dentro de esta mayoría, un punto central será la diferencia entre las mujeres trabajadoras y las que permanecen como amas de casa. Aquí, la diferencia de tiempo disponible para la gestión doméstica marcará una enorme diferencia en la distinta modulación que se va a hacer de unos esquemas que en su gran mayoría son comunes a ambas posiciones.

Un punto fundamental a tener en cuenta para analizar estas distintas posiciones es el hecho de que alimentar bien a la familia pone en juego la dimensión de la *buena madre*. En otras palabras, el tipo de apropiación e interpretación que se realice de los esquemas y categorías del discurso nutricionista no depende únicamente de la afinidad entre estos esquemas y los esquemas previos mantenidos por las mujeres analizadas, sino que también pone en juego una dimensión moral y estratégica.

Una dimensión moral, en la medida en que alimentar sano a la familia es un precepto fundamental de la buena madre: por ello, los diversos discursos no son sólo diversas posiciones “técnicas” sobre lo que se considera alimentación sana, sino también posiciones morales, posiciones que ponen en juego esquemas morales que se hallarán imbricados con las categorías médicas –a su vez, éstas, en la medida en que son apropiadas, adquieren también una dimensión moral, pasando a formar parte del oficio de buena madre-.

Una dimensión estratégica, en la medida en que presentarse como *buena madre* –ante los demás, pero también y fundamentalmente ante sí misma- va a incidir sobre los tipos de discursos y de categorías que se adopten, así como sobre su modulación para estar del lado bueno de la frontera entre la *buena* y la *mala* madre. A su vez, esta modulación estratégica estará en función de las prácticas efectivas, esto es, del juego de los factores prácticos que permitan un tipo de alimentación u otra –tiempo y dinero, pero también negociación con el resto de los componentes de la familia-.

Es esta imbricación de factores cognitivos, morales y prácticos la que analizamos a continuación.

## **2.1. POLO LEGÍTIMO**

En este polo la concepción de salud y la de su relación con la alimentación se acerca a la médica. Podemos resumir esta concepción en la idea de *norma*: la salud constituye un estado ideal, difícilmente alcanzable, amenazado en cualquier momento por la enfermedad. El comportamiento sano sería asimilable a una delgada línea de comportamiento correcto, saludable; cualquier acto que se saliera de esta delgada línea sería una desviación respecto a lo sano, un paso hacia la enfermedad. Esta se produciría por una acumulación de desviaciones que nos alejarían cada vez más del estado de salud. La enfermedad declarada no sería sino el último eslabón de una degeneración progresiva del organismo producto de estas desviaciones de la norma sana en los comportamientos.

Consecuencia práctica de esta concepción, la vida cotidiana ha de suponer un enorme control de sí: los comportamientos cotidianos pueden acercarnos o alejarnos de la delgada línea de salud, con lo que hemos de ejercer una vigilancia constante sobre ellos. Esta vigilancia constante, a su vez, requiere como condición una disposición ascética: sólo a partir de una habituación al control de sí, a la renuncia a los placeres presentes en pos de un bien futuro –la salud- se puede llegar realmente a una práctica cotidiana de control.

Si, en los casos reales, este ideal es difícilmente realizable, sí se puede tener en cuenta realmente esta idea de norma para intentar adecuar el comportamiento cotidiano a la misma.

En el terreno de la alimentación, esta concepción tiene consecuencias claras: las elecciones y prácticas cotidianas en alimentación están condicionadas fuertemente por su relación con la salud. Las consideraciones prácticas –el tiempo de preparación de los alimentos, la paciencia que hay que tener para que los niños coman los alimentos que la madre considera sanos- quedan en segundo lugar respecto al objetivo de conseguir una dieta saludable. En este punto, su posición es radicalmente distinta a la del resto de madres: mientras que para éstas, la ingesta cotidiana de productos *no-sanos* no supone un peligro inminente de enfermedad –y queda en la práctica supeditada a consideraciones prácticas y de sabor-, entre las participantes más cercanas al polo legítimo la cotidianeidad no supone renunciar al objetivo de la salud puesto que la enfermedad acecha tras esa posible renuncia cotidiana regida por criterios prácticos. En otras palabras, mientras que para la mayoría de las participantes desviaciones importantes de la norma saludable no suponen peligros inminentes y se pueden asumir perfectamente, para las participantes situadas en el polo legítimo, el umbral a partir del cual ponemos en peligro nuestra salud es mucho más estricto, excluye muchos más

comportamientos y sólo permite un número muy limitado de ingestas –extraordinarias- contrarias a la norma nutricional.

La dieta se conceptualiza aquí en términos muy cercanos a los del discurso médico: el organismo necesita una serie de componentes –hidratos de carbono, vitaminas, fibra, proteínas...- y un equilibrio en la dieta –condición de la salud- supone una composición equilibrada de tales componentes, así como evitar aquellos cuyo abuso pueda resultar nocivo –grasas, azúcares-.

Este discurso dietético va unido a una crítica rotunda de los alimentos y aditivos industriales. Esta crítica no es exclusiva de las participantes en este polo: como veremos en el análisis de la categoría de natural, lo comparten todas las participantes en los grupos. La diferencia se halla en el nexo entre discurso y práctica en ambas posiciones. En el polo legítimo, la crítica a la industria alimentaria se traduce en una escasa utilización de sus productos: ésta se halla supeditada, con pocas excepciones, a su adecuación a la norma nutricional. Más aún: esta crítica puede llevar a un consumo más o menos continuado de productos *biológicos* o *ecológicos*. Por el contrario, la mayoría de las participantes pueden compaginar una fuerte crítica a los alimentos industriales con una utilización más o menos asidua de los mismos –y un nulo recurso a productos ecológicos-. Es por ello por lo que la crítica de la alimentación industrial por parte de las madres más cercanas al polo legítimo no es simplemente una crítica naturalista de la civilización industrial: es también y sobre todo una crítica contra las madres que utilizan estos productos. Frente a ellas, las más próximas al polo legítimo insisten continuamente en el carácter insalubre de muchos alimentos que el resto consume cotidianamente junto a la posibilidad de evitar estos alimentos y restringir la alimentación cotidiana a los verdaderamente sanos. En este aspecto funcionan a la manera de “ascetas virtuosas” de la salvación: al poner el listón de la salvación –de la alimentación sana- alto, marcan una frontera entre las que pueden salvarse –ellas- y el resto que las pone del lado de los pocos virtuosos frente a la mayoría pecadora. El énfasis en los preceptos médicos de nutrición no es simplemente una creencia en estos discursos, es también una estrategia de distinción que funciona –junto a las innovaciones culinarias respecto a las corrientes en su grupo social- para separarse simbólicamente del resto cuando otros medios más prestigiosos y costosos no están al alcance.

Un punto fundamental para entender esta posición “legítima” es la conformación del habitus de estas mujeres: la habituación a conformarse a la norma nutricional ha terminado convirtiendo ésta en parte del gusto propio. A diferencia de las otras participantes –que tienen que luchar contra su gusto, contra su habitus para conformarse a la norma dietética-, éstas manifiestan su asco por aquellos alimentos poco recomendables desde el discurso médico –especialmente los *grasos* o los preparados

industriales-. Esta conformación permite que puedan practicar su ascetismo, porque no supone una excesiva tensión entre la norma y sus impulsos corporales<sup>31</sup>.

Esta adecuación del *habitus* a los preceptos médicos junto a su mayor conocimiento del discurso nutricional y de preparaciones culinarias que se salen de lo común les sirve a las participantes del polo legítimo para marcar fuertemente sus distancias frente a las demás participantes. Así, son numerosas las ocasiones donde estas mujeres manifiestan sin matices su *asco* por los productos consumidos por las demás -como sopas de sobre, salchichas, latas-: quien come esas cosas, afirman, *no tiene gusto, no tiene paladar*. Asimismo, constantemente subrayan la diferencia entre las amas de casa, como ellas, *concienciadas* con la alimentación sana, y las que no, las que, ya por comodidad o por prejuicios, no son capaces de adecuar sus prácticas a la norma del discurso médico. El discurso nutricional adquiere valor de distinción. De ahí el constante énfasis de estas participantes en que comer sano *es cuestión de educación*: frente al valor de la buena madre -defendido por las otras participantes- basado en el trabajo invertido en cocinar, aquí la *buena madre* es sobre todo la madre *informada, concienciada*, la que detenta más conocimiento, más educación<sup>32</sup>.

### **2.1.1. UNA MADRE RESPONSABLE DE LA SALUD Y LA NUTRICIÓN DE LOS HIJOS**

En esta posición, que funde la concepción de salud como norma con un modelo disciplinario-normalizador de la educación, la madre es completamente responsable de la salud y nutrición de los hijos. En varios sentidos.

En primer lugar, la madre ha de inculcar en sus hijos hábitos de alimentación sana: éste es un objetivo que no admite excusas y para cumplirlo la madre ha de emplear todos los recursos posibles -tiempo, paciencia, elaboración culinaria para *engañar o disfrazar*-.

---

<sup>31</sup> Esta conformación del *habitus* alimentario en el sentido de la norma dietética tiene características peculiares. Se da especialmente en las dos participantes "legítimas" del grupo de Dúrcal. Una de ellas, A, tiene -errores de la captación- estudios universitarios: su adecuación al gusto legítimo puede venir de la adolescencia y ser reforzada por su inversión en bienes culturales legítimos -de los cuales forma parte la dietética-. La otra participante, I, aunque trabaja de limpiadora y sólo tiene el graduado escolar, decidió a los ocho años no comer carne: esta decisión insólita supone ya una restricción temprana de alimentos "poco recomendables" que puede haber sido reforzada a lo largo de la vida en la frecuentación de publicaciones y medios vegetarianos.

<sup>32</sup> Ahora bien, el conocimiento del discurso nutricional tampoco es perfecto entre estas mujeres. A pesar de que hacen gala, en sus intervenciones, de mucho mayor conocimiento nutricional que las otras participantes, éste presenta numerosas lagunas y puede hallarse distorsionado por la interferencia de otros esquemas de percepción. Así, la participante A de Dúrcal, que representa el extremo de vigilancia dietética en la vida cotidiana, puede llegar a afirmar que los huevos naturales tienen menos colesterol que los de granjas industriales -interferencia del esquema de natural- o que la leche con omega 3 es leche con aceite de oliva -interferencia del esquema que considera el aceite de oliva, aceite de aquí, como lo sano por excelencia-.

A partir de aquí, se puede acusar de *malas madres* a todas aquellas que no son capaces de vencer la resistencia de sus hijos y ceden a sus *caprichos* –esto es, a sus deseos *irracionales*-.

En segundo lugar, y en línea con el esquema que evalúa a la buena madre en función de su trabajo y entrega, la buena madre es la que se toma todo el trabajo que haga falta para proporcionar una alimentación sana a la familia. Este trabajo comprende tanto elaborar los productos en vez de comprarlos industriales o precocinados, como desplegar paciencia para lograr que los hijos coman de forma adecuada, como asumir el trabajo extra que suponen todas las elaboraciones con las cuales se logran *disfrazar* los alimentos que los hijos rechazan.

Por último, la buena madre es una consumidora consciente e informada, que está al tanto de los conocimientos nutricionales para poder proporcionar a su familia una alimentación conforme a la norma médica. Frente a las otras madres, que evalúan a la buena madre fundamentalmente por su capacidad de trabajo y entrega, aquí el modelo de la entrega y el trabajo se complementa con la valorización de la madre por un capital cultural aplicable y aplicado. En esto, las madres más próximas al polo legítimo se diferencian claramente de las otras. En primer lugar, buscan conocimientos dietéticos en medios muy diversos y manifiestan una necesidad de acumular más conocimientos de este tipo –frente a muchas de las otras madres, que con los que manejan ya están seguras de saber lo que es la alimentación sana-. Esta disposición a la búsqueda de conocimientos supone una actitud de acatamiento de la legitimidad del discurso médico sobre nutrición, así como una intención constante de adecuación al mismo -para lo cual ha de ser conocido en profundidad-. Esta disposición respecto a los bienes culturales legítimos se manifiesta, en el dominio de la alimentación, no sólo en el conocimiento sobre nutrición, sino en todo tipo de prácticas culinarias distintivas: son estas madres las que buscan e introducen más innovaciones culinarias procedentes de las fuentes más diversas –tanto por informaciones de conocidos, como por medios de comunicación o incluso a partir de elaboraciones vistas en restaurantes-.

Estas características de la *buena madre* en el polo legítimo suponen unas precondiciones que la mayoría de las madres no pueden reunir. En primer lugar, un fuerte autocontrol, para lograr inculcar con paciencia en los hijos los hábitos alimentarios que se suponen sanos y para no ceder a sus exigencias ya sea por no verles sufrir –por la ligazón afectiva con los mismos-, ya sea por perder la paciencia –y ceder con tal de que no den problemas-. En segundo lugar, requiere una gran disponibilidad de tiempo, tanto para la labor de inculcación como para el trabajo extra de cocinar -de hecho, las mujeres que hemos encontrado más próximas a este polo son todas amas de casa que no trabajan fuera-. Por último, requiere una disposición respecto a la cultura legítima:

una disposición de búsqueda de los conocimientos que se consideran legítimos, así como un capital cultural mínimo para poder manejar estos conocimientos según piden ser manejados –esto es, según la forma escolar de aproximación al conocimiento–.

## **2.2. POLO TRADICIONAL**

A medida que las mujeres son de mayor edad y están menos escolarizadas, es más posible que se aproximen al que denominamos *polo tradicional*<sup>33</sup>. En él se conjugan la legitimidad tradicional del ama de casa con una concepción de la salud opuesta a la de norma.

### **2.2.1. SALUD Y ENFERMEDAD COMO ESTADOS OPUESTOS**

La salud no sería aquí una delgada línea de la que podemos alejarnos a cada momento, sino un estado opuesto y claramente separado del de enfermedad. La enfermedad es un estado que puede sobrevenir, una especie de accidente –aunque en el caso de enfermedades concretas se pueda atribuir su aparición a comportamientos continuados anteriores–, que lleva al cuerpo a un estado de *debilidad*. Frente a él, se halla el estado de salud, un estado de *fuerza* en el que el sujeto puede vivir tranquilamente sin preocuparse demasiado mientras no cometa *excesos*. Al ser salud y enfermedad dos estados claramente separados, el paso de uno a otro se da, no por desviaciones sucesivas, sino de manera brusca: la enfermedad es una especie de accidente en el que uno cae; la salud se recupera gracias a algún *remedio* que anule la enfermedad.

Esta separación radical está vinculada a una concepción de la enfermedad muy distinta a la que impera en el polo legítimo. En éste, cualquier desviación de la delgada línea de salud suponer entrar en el ámbito de la enfermedad, aunque ésta no se traduzca todavía en trastornos corporales perceptibles. Por el contrario, en el polo tradicional, la enfermedad supone síntomas que trastornan el funcionamiento cotidiano del cuerpo, que lo incapacitan –ya sea por dolores, fiebre, reducción de la movilidad...– para llevar a cabo las tareas ordinarias. La enfermedad constituye un ámbito bien circunscrito de disfunciones físicas evidentes, claramente perceptibles, fuera del cual una persona se halla sana.

Este esquema básico tiene una repercusión fundamental en los comportamientos cotidianos de cara a la salud. Mientras uno esté sano, no debe preocuparse demasiado

---

<sup>33</sup> Al utilizar el concepto de tradicional no se pretende afirmar que sea un comportamiento que se pierda en la noche de los tiempos, sino simplemente que es el modelo que suponemos más antiguo dentro de nuestro corpus empírico.

por su salud. Con guardar unos mínimos, basta. La cosa cambia cuando uno entra en el estado de enfermo: entonces tiene que empezar a poner remedio y a tomar precauciones. En el plano de la alimentación, ello supone una distinción radical entre la alimentación cotidiana ligada a la salud cotidiana –que no supondría grandes preocupaciones de salud- y la alimentación en caso de enfermedad. El cuidado de la alimentación sólo afectaría a los enfermos. En este caso, dos tipos de alimentos serían los más apropiados. Por un lado, los alimentos-remedio: alimentos o combinaciones de alimentos que, a la manera de medicinas, serían apropiados para combatir enfermedades específicas. Por otro, alimentos que den fuerza, que combatan el estado de debilidad consustancial a la enfermedad<sup>34</sup>. A su vez, dada la separación radical entre salud y enfermedad, estos alimentos de enfermos sólo se mantienen mientras persista la enfermedad, siendo abandonados una vez superada la misma<sup>35</sup>.

Frente a la concepción de un deterioro progresivo de la salud ligado a los comportamientos, aquí la relación entre alimentación y salud pasa por dos términos: el de metabolismo, tomado del lenguaje médico, y el de envenenamiento.

*5. Ah, pero eso le ha pasado a mi marido siempre, mi marido ha pesado 65 kilos desde que yo lo conocí hasta hace tres años, con 1'85, 65 kilos y así hasta hace tres años, en tres años le ha cambiado el metabolismo y ya va por una 48 de pantalón, ¿qué me decís? (risa) pues ¡jea!, pues eso, la 48 de pantalón, y come que ahora no come grasa, que antes se comía toda la grasa del mundo porque eso, el chorizo, la morcilla, el tocino, no podía faltar para él, porque...*

*- Es que un choricillo con vino pinchaillo está muy rico*

*- Está muy rico*

*5. Pero eso no ha faltado en mi casa durante 32 años, no ha faltado porque es que se lo ha comido, porque es que le apetecía, y ahora desde hace tres años no lo puede comer nada de eso (Mujeres Linares)*

La cita anterior muestra bien la forma en que se integra el término de metabolismo en la concepción tradicional. El marido de 5 ha engordado recientemente y se ha tenido que poner a dieta. Antes comía muchos productos con grasa. La razón de que engorde tiene una única explicación para 5: el cambio de metabolismo. Y la grasa sólo se evita cuando la obesidad es rampante: ahora es cuando se ha entrado en la

---

<sup>34</sup> Así, en una discusión en Linares sobre los yogures “bio”, frente a la participante más cercana al polo legítimo y que habla de flora intestinal, la participante más tradicional afirma que “tiene que tener mucha energía porque se le da a las personas débiles”, para añadir más adelante que “y el estreñimiento se cura con eso”: frente al discurso médico sobre nutrición, lo que actúa claramente es la idea de la enfermedad como debilidad –y el alimento para enfermos como dosis de energía- y del alimento-remedio específico para una enfermedad concreta.

<sup>35</sup> “5. Yo el hígado, el hígado de ternera lo he compraó poco, lo compraba pa mi Juan que tenía mucha anemia, (...) yo a mi el hígado que era lo, era bueno pa la anemia y me lo comía ahí, pero desde entonces yo ya no” (Linares)



enfermedad, ahora es cuando hay que evitar los alimentos específicamente prohibidos para esta enfermedad.

La siguiente conversación ilustra perfectamente la oposición entre el polo legítimo –representado por 1- y el tradicional –representado por 5-:

1. *A lo que yo me refiero es a lo de la alimentación, que es lo que estamos hablando, que nosotros no nos hemos alimentado, bien, pero no con tanta variedad como ellos tienen, ni con tanta carne, ni tanto pescado ni tantas cosas, pero sin embargo yo no creo recordar, no me gusta decir que una generación sea mejor que otra, pero yo no creo recordar una criatura con 20 años quejándose de esas tantas cosas de problemas de ácido úrico, de problemas de colesterol, de problemas de lumbares, y de un montón de problemas que parecen viejos, eh*

5. *Tienen mucho ocio, mucho tiempo libre y hombre, claro, no hacen más que mirarse*

1. *No, nena. Eso es de la alimentación; oye, mi sobrino con veintitantos años tiene ácido úrico, eso no es por ocio*

5. *El mío, pero eso es metabolismo, que lo ha sacado del padre, el padre lo tiene y lo ha sacado él, eso es metabolismo de la persona*

3. *Es que la alimentación desde que nace tiene que llevarla (varias a la vez)*

2. *A raíz del tiempo les sale*

5. *Mi marido no es, no es de la alimentación, mi marido es el riñón, el problema del riñón le produce ácido úrico por eso ha tenido piedra y los cristales, la piedra que ha tenido son de cristales de ácido úrico y entonces eso no, y a mi hijo pues a los treinta años le ha dado la cara y le está igual que pasó él, si cuando Juan empezó la primera vez con problemas de riñón estaba yo embarazada de mi hija (pausa)*

1. *Pero eso antes era una enfermedad de ricos*

5. *Pues hija mía, (otra ríe) pues mi marido el pobrecico...*

1. *Por la carne*

- *El marisco, las gambas, el marisco es malísimo para el ácido*

5. *Y hace unos meses le prohibieron totalmente el tomate que era malo, y ayer en una revista en unos médicos pone que el tomate es buenísimo para el ácido úrico, y a mi hijo le ha dado una alegría, a mi hijo le he dado una alegría y se está hinchando, porque es que la verdura le encanta y el pobre estaba cohibido por el ese, a mi marido jamás le ha dado un dolor de gota, pero tenía el problema de las piedras del riñón (Mujeres Linares)*

*En esta discusión, 1, desde el polo legítimo, atribuye las enfermedades a cambios de alimentación: es la mala alimentación la responsable del ácido úrico o del colesterol. Para 5, estas enfermedades de los jóvenes no son sino caprichos de ociosos<sup>36</sup>. Cuando 1 impugna este discurso, 5 le contesta en términos de metabolismo: no es la nutrición pasada la responsable, sino simplemente la predisposición individual; el hecho de que su*

---

<sup>36</sup> Como veremos enseguida, esta afirmación se formula desde el principio de no mirarse demasiado.

*marido y su hijo tengan ácido úrico no tiene ninguna relación con la alimentación familiar –simplemente el hijo “lo ha sacado del padre”-*. El término médico de metabolismo es apropiado por 5 porque se corresponde perfectamente con su concepción de la enfermedad: la enfermedad es algo que sobreviene –el *cambio de metabolismo-*, una especie de accidente brusco, no el resultado de un comportamiento continuado. Mientras que el discurso de 1 lleva a la prevención, a la adopción de alimentación sana en la vida cotidiana, para 5 la enfermedad es resultado de predisposiciones individuales donde la alimentación sólo juega un papel una vez se está enfermo: es la enfermedad la que impide comer ciertas cosas, no el comer ciertas cosas lo que provoca la enfermedad. Desde esta posición, cualquier alusión a la relación entre comportamiento alimentario y enfermedad es simplemente ignorada: el ácido úrico no viene de la alimentación, sino del riñón; la alusión al ácido úrico como enfermedad de ricos y a determinados alimentos que lo provocan no despierta ninguna respuesta por parte de 5. En lugar de ello, sigue con su discurso: una vez que se tiene la enfermedad, hay alimentos prohibidos; afortunadamente leyó en una revista que el tomate –que ella creía prohibido- podía comerse libremente<sup>37</sup>. En otras palabras, las comidas sólo se evitan cuando se está enfermo y enfermo se cae por predisposición –*metabolismo-* o accidente súbito –*cambio de metabolismo-*, no por alimentación.

Así, en esta concepción, el único nexo causal directo entre alimentación y salud se concibe bajo la forma de envenenamiento: los alimentos pueden contener venenos que harían peligrar la salud. Es, por ejemplo, la concepción que aplica la misma participante de Linares (5) en torno al asunto de las vacas locas: cuando el escándalo saltó a la prensa, su primera reacción fue dejar de comprar carne de vacuno. Persistió en su rechazo durante casi un año. Pero, al mismo tiempo, su marido y su hijo seguían comiendo filetes en los restaurantes y eso la “desengañó”: “*Mi hijo y mi marido me desengañó porque salíamos a algún lao y ellos se pedían su ternera y digo anda*”. Esto es, el rechazo a la carne de vacuno no se fundamenta en una concepción de deterioro progresivo, sino en la del envenenamiento súbito: por ello, cuando ve que su marido e hijo siguen comiendo filetes y no pasa nada, vuelve a comprarla.

Este esquema del envenenamiento podría ser una puerta abierta a la concepción de un deterioro progresivo de la salud. Es la concepción que se puede aplicar en momentos a colorantes, conservantes, pesticidas...: se ven como venenos para el cuerpo que en su acumulación pueden llevar a la enfermedad. Sin embargo, se trata de una puerta estrecha. Por varias razones. En primer lugar, porque su aplicación queda prácticamente restringida dentro del esquema de lo sano-natural: son los elementos

---

<sup>37</sup> *En esta cita también se ve muy bien la apropiación diferencial de los discursos sobre nutrición: ante dos órdenes contradictorias –comer o evitar el tomate- se decide de inmediato por aquella que más le conviene al hijo: comer tomate, que le encanta.*

que desnaturalizan el alimento –como los conservantes- los que pueden envenenar, y no los propios componentes bioquímicos del alimento. En segundo lugar, porque la relación tiene que verse como algo directo, inmediato, tal como muestra el propio ejemplo de las vacas locas: si a su marido e hijo no les ha pasado nada de inmediato, no hay peligro. En tercer lugar, porque aquí tiene un peso fundamental la legitimación por la experiencia: si algo se ha comido y no ha pasado nada, ese alimento no presenta peligro. Así, en varias ocasiones las participantes más tradicionales pueden defender la bondad de algún alimento porque se lo han dado a sus hijos *y ahí están tan hermosos*. Esta concepción, contraria a la médica, se opone así a la representación probabilística del riesgo. De hecho, puede volverse contra cualquier discurso que relacione un tipo de alimentación con un tipo de enfermedad en base a porcentajes y probabilidades: frente a este razonamiento –tal comportamiento incrementa las probabilidades de tal enfermedad-, aquí el hecho de que se haya dado el comportamiento y no la enfermedad basta para dejar a un lado toda relación causal. Más aún, si unimos este razonamiento de la experiencia con la concepción de la enfermedad principalmente como algo que surge súbitamente por *metabolismo*, nos hallamos con que estos esquemas constituyen conjuntamente una fortaleza contra los discursos que ligan alimentación y salud en base a probabilidades: si se han comido tales alimentos y no ha aparecido la enfermedad, la experiencia contradice el nexo causal; y si la enfermedad efectivamente ha aparecido, ello no se debe a una relación causal entre comportamiento y enfermedad, sino a problemas de *metabolismo*, tendencias hereditarias, etc.

Así, el esquema del envenenamiento rara vez da lugar a una concepción de deterioro progresivo causado por la alimentación. Por el contrario, a lo más que da lugar, en el comportamiento cotidiano, es a reforzar la “higiene”. Los alimentos pueden causar enfermedades, no por sus componentes bioquímicos, sino por los venenos añadidos; para evitar éstos, se impone una acción higiénica que limpie el alimento de venenos: enjuagar los garbanzos del bote, limpiar con agua los alimentos frescos e incluso –es el caso de 5 de Linares- lavar los filetes –para limpiarlos de la suciedad imaginada en las manos del carnicero-.

*R: Sí, ya, yo te comprendo pero que de tanto verlo todos los días te dejas llevar tú, te dejas llevar, por ejemplo mi madre, (-alguna vez dices, pues mira) mi madre tiene osteoporosis, y todo lo que le digan sobre eso, ella lo hace, (-hombre, claro), porque cuando le da el dolor es que no se puede mover, y entonces es normal, porque si tú dices, frutos secos, tú haces esto y se harta de frutos secos porque le han dicho que sirven para no se qué, que tiene que hacer ejercicio. Todo lo que sale en la tele o le diga una amiga para esa enfermedad que ella tiene, ella lo hace todo, sea verdad o sea mentira, porque tú lo que quieres es mejorar tu salud, que luego no sea, que luego te beneficie o no te beneficie,*

*incluso yo creo que sí, eh; incluso si no, dices bueno pero voy a probarlo, como no me cuesta trabajo*

*-Luego, incluso, bueno, yo no me lo creo pero bueno, lo voy a probar a ver si es verdad, cuando tienes una situación de que es verdad por dolores o por lo que sea (Mujeres Conil)*

Este relato muestra bien la lógica que se pone en marcha en el momento en que se declara la enfermedad. La enfermedad, cuando es de verdad, esto es, cuando supone una disfunción física claramente invalidante –“una situación de que es verdad por dolores o por lo que sea”-, pone en marcha una búsqueda de remedios. Estos tienen como referente principal al médico, pero no como único; la legitimidad del médico no impide recurrir a otros medios para poner fin a la situación de enfermedad; el médico compete con otros emisores de consejos. Estos remedios, a su vez, son tanto mejores cuanto antes logren superar el estado de enfermedad -el mejor es el que logra eficacia en el mínimo tiempo posible-. La concepción del remedio es así simétrica de la de la *caída* en la enfermedad. Si la caída en la enfermedad es un paso brusco de la posibilidad a la dificultad de realizar tareas cotidianas, de sentirse bien a sentirse mal, el paso de la enfermedad a la salud también se concibe como algo que debe producirse en un corto lapso de tiempo (Por ello, cuando se deja de tener la enfermedad, se abandona el remedio; por ello, el control continuado de la alimentación sólo es posible, en este polo, cuando la enfermedad, la discapacidad, es crónica, y cuando el control de la alimentación es el único remedio disponible). Asimismo, si el único nexo causal directo que se concibe entre alimentación y salud es el envenenamiento, el remedio pone en marcha una lógica homóloga y en sentido inverso a la del veneno: el remedio, en su acumulación, repara el organismo, le inyecta salud –por ello, si los frutos secos son buenos, la reacción es hartarse de frutos secos-.

Todo opone así esta concepción a la del polo legítimo. Frente a una continuidad fundamental entre la salud y la enfermedad, que lleva a una vigilancia continua de los comportamientos, una discontinuidad radical, que lleva a la despreocupación en estado de salud y a la búsqueda de remedios puntuales contra las enfermedades puntuales. Frente a una concepción de largo plazo, una concepción de corto plazo: la enfermedad se debe a una disfunción metabólica, a un exceso o a un envenenamiento; la salud se recupera o se debe recuperar mediante remedios a corto plazo. El control de sí sólo se concibe como un control puntual, un control que sólo se prolonga con la enfermedad declarada. Por ello, cualquier medicamento que actúe a corto plazo es mejor que un control de la alimentación a largo plazo<sup>38</sup>. La vigilancia continua de sí, que requeriría

---

<sup>38</sup> *La participante P de Dúrcal, muy próxima al polo tradicional, tiene el colesterol elevado: sin embargo, ello no le impide seguir con su dieta habitual, rica en grasas que disfruta: las pastillas que toma le bajan el colesterol. A su vez, la participante 4 de Linares tiene la tensión alta: ella tampoco sigue los consejos del médico referidos a alimentación porque los medicamentos recetados logran el efecto sin tener que variar su dieta.*

además el enorme esfuerzo de tener que someterse a dietas muy distintas de las que se aprecian a partir de los principios del habitus, sólo es posible cuando los dolores o la incapacidad obligan permanentemente.

### **2.2.2. NO MIRARSE DEMASIADO, SABER DISFRUTAR Y TENER BUENA BOCA**

La oposición entre el polo legítimo y el tradicional no se reduce a la distinta concepción de la salud y la enfermedad y de la relación de ésta con la alimentación. Va más allá. Desde el polo tradicional, tres esquemas fundamentales se oponen frontalmente a la preocupación constante y la vigilancia continua de la dieta que caracterizan al polo legítimo. Estos tres esquemas –que en numerosas ocasiones aparecen conjuntamente- los podemos denominar, siguiendo los propios términos de las participantes, *no mirarse demasiado*, *saber disfrutar* y *tener buena boca*.

#### **No mirarse demasiado**

El polo legítimo supone una continua vigilancia de la propia salud a partir de la comparación de la distancia entre el propio cuerpo y el cuerpo sano ideal (la norma). Esta posición, desde el polo tradicional, es ilegítima. Supone una atención a sí misma excesiva, “*estar todo el tiempo mirándose*”.

- *Hoy día ves gente con 20 años con las lumbares, con esto, con lo otro, los niños parecen abuelos*
- *Eso es de no trabajar*
- *Mira el mío juega mucho al fútbol*
- *Eso se nota bastante, si no puede coger peso... (1. Si es que está muy flojo, nena) cuando cogen algo de peso...*
- 1. *Yo no sé si es que han crecido mucho y todavía no (-Y me duele el brazo) si es que ha crecido mucho*
- 5. *Es que nosotras, a la edad que tienen nuestros hijos ya teníamos otras obligaciones*
- 3. *Yo mi nene no, yo mi hijo tiene 21 años y está con uno noventa casi, y*
- 5. *Y ya no teníamos tiempo para nosotros, ya con 20 años ya teníamos casi...*
- 3. *Vamos, que gordo no está, pero está fuerte*
- 5. *Ya, pero ya hemos cambiao la vida*
- 1. *Oyes a la gente quejarse de muchas cosas*
- 5. *Y la gente joven, se casaban antes, se casaban antes y tenían otras obligaciones y el mío mayor, todo el día, con 30 años, ahí, los otros igual, pero...*

1. *A lo que yo me refiero es a lo de la alimentación, que es lo que estamos hablando, que nosotros no nos hemos alimentado, bien, pero no con tanta variedad como ellos tienen, ni con tanta carne, ni tanto pescado ni tantas cosas, pero sin embargo yo no creo recordar, no me gusta decir que una generación sea mejor que otra pero yo no creo recordar una criatura con 20 años quejándose de esas tantas cosas de problemas de ácido úrico, de problemas de colesterol, de problemas de lumbar, y de un montón de problemas que parecen viejos, eh*
5. *Tienen mucho ocio, mucho tiempo libre y hombre, claro, no hacen más que mirarse (Mujeres Linares)*

En esta discusión podemos ver la oposición entre el polo legítimo y el tradicional. Mientras que 1 –polo legítimo- intenta incidir en la relación entre comportamiento alimentario y salud, para 5, que descarta esta relación, el problema de los jóvenes es que tienen mucho ocio y se miran demasiado. Mirarse demasiado es lo que hacen los que se aburren, los que no tienen nada mejor que hacer. Y una mujer que se mira demasiado es una mujer que en vez de preocuparse por la familia se preocupa por sí misma: en vez de trabajar, como debe hacer una buena madre, pierde el tiempo en la contemplación ociosa de sí misma. Mirarse demasiado es a un tiempo ir contra el valor del trabajo –cosa de gente ociosa- y contra el valor de la entrega -darse demasiada importancia, en vez de preocuparse por cosas serias, esto es, por trabajar o por la familia-.

Este esquema, unido a la concepción de la salud apuntada más arriba, supone una impugnación directa del constante cuidado de sí del polo legítimo: sería un cuidado a un tiempo inmoral –uno sería demasiado egocéntrico, lo que en el caso de una madre, que se define por la entrega, constituiría un verdadero delito- y de gente débil. Si la salud es fuerza y la enfermedad debilidad, aquél que constantemente vigila su salud manifestaría una debilidad de carácter. Frente a él, la gente fuerte sólo se preocuparía cuando tiene una enfermedad verdadera, cuando la disfunción es evidente. Quien vigila constantemente su salud sería demasiado delicado, demasiado mirado, demasiado débil: no sabría resistir, mostrar fuerza. De ahí el orgullo en mostrar que una no se mira demasiado, que no se mide la tasa de azúcar en la sangre o el colesterol, que no va al médico si no hay enfermedad evidente. Esta falta de control es vista como muestra de fuerza, de salud. Al concebirse salud y enfermedad como dos estados disjuntos, quien está constantemente mirándose cuando se halla en estado de salud es un enfermo imaginario, un enfermo ilegítimo. Frente a él, la persona física y moralmente sana no se entretendría en la contemplación morosa de su propio cuerpo<sup>39</sup>.

---

<sup>39</sup> *El principio de no mirarse demasiado, aunque también se manifiesta en la mayoría de las mujeres de clases populares, adquiere en el polo tradicional una relevancia especial. Mientras que para la mayoría, como veremos, las tasas elevadas –de colesterol, azúcar, etc.- ya son equiparadas a enfermedades que requieren un control, un cuidado de sí, en el polo tradicional estas tasas, si no vienen acompañadas de disfunciones físicas evidentes, no tienen por qué llevar a un control, no legitiman para adjudicarse la etiqueta de enfermo.*

## Saber disfrutar

Otro esquema central en esta posición es el de *saber disfrutar*. Este principio, contrario a todo habitus calculador o ascético, afirma la primacía del goce presente sobre cualquier probabilidad futura. La continua vigilancia de las ingestas del polo legítimo se opondría a este goce del presente. El cálculo es contrario a la verdadera vida. La renuncia a los alimentos en pos de una presunta salvación futura –una presunta salud cuya relación con la alimentación presente, como hemos visto, es muy débil- se ve como un exceso de control rayano en el absurdo, si no en la inmoralidad. Así, frente a los discursos de control constante de los alimentos o de evitar los de alto contenido en grasas, las participantes más cercanas del polo tradicional pueden contestar: “*Es que no es bueno tampoco vivir toda la vida cuidándote de todo*”

*E. No porque yo creo que todo lo que nos comemos y lo que respiramos está contaminado, ¿problema de quién? (I. De todo...) De que la vida ha avanzado tanto, tanto, tanto...*

*I. Pero por eso tenemos que abrir los ojos y...*

*M. Pero, ¿qué vamos a abrir los ojos?*

*P. A no ser que tengas tú un huertecillo muy chiquitillo que te cries todo, todo lo que te comas y estés en tu casa, ahora si sales fuera y te tomas una cerveza y te ponen una tapa y te la comes, ¿pues qué?*

*- Es imposible*

*I. Ya, si hacerlo totalmente bien, yo creo que es imposible, es imposible, pero que muchas cosillas sí se puede*

*P. No, si te vas a vivir a una montaña como un ermitaño (Mujeres Dúrcal)*

Más aún, este ascetismo vigilante del polo legítimo sólo puede ser concebido, desde el polo tradicional, como un ascetismo extramundano. La vigilancia no es simplemente renuncia al placer, es directamente renuncia al mundo. Intentar comer siempre sano, adecuar el comportamiento a la norma, es vivir como un ermitaño: no sólo renunciar a los placeres, sino renunciar a la misma vida, a todas las relaciones sociales en que uno se mueve. La disposición ascética del polo legítimo implicaría supeditar toda la vida y las relaciones a un fin lejano.

## Tener buena boca

El tercer esquema, muy relacionado con el de saber disfrutar, que se opone a la vigilancia dietética del polo legítimo es el de *tener buena boca*. Este principio, que supone la versión más tradicional del *comer de todo* –que analizamos más adelante- opone a la persona que tiene *buena boca* a la *remilgada* o *delicada*. La primera come todo tipo de alimentos y disfruta con ello. El que tiene buena boca no tiene caprichos; puede ir a todas partes y

comer lo que hay: al mismo tiempo sabe disfrutar y no se separa del gusto común por ascos individuales. El valor de la buena boca es al mismo tiempo el valor de la integración en el grupo –el que tiene buena boca come lo que todo el mundo–, el valor de la supervivencia al adquirir el principio de escasez, esto es, la capacidad de adaptarse a la escasez propia de las condiciones de vida de las clases populares –el que tiene buena boca nunca pasará hambre porque será capaz de comer allá donde se halle–, y el valor de saber disfrutar de la ocasión –en este caso, de la comida, lo que supone, no sólo comer con gusto de lo que hay, sino también comer en abundancia–. Frente a él está el *delicado*, el *remilgado*: una persona que no ha aprendido a adaptarse a lo que hay –que no ha incorporado el principio de escasez–, que se aparta del gusto común manifestando no sólo una distancia, sino un rechazo. El valor de la buena boca es el valor de los que tienen poco donde elegir y convierten este pequeño margen de maniobra en valor moral, frente a los que, acostumbrados a elegir y a manifestar preferencias individuales distintivas, se creen demasiado *especiales* para comer lo que los demás

*R. Y luego hay tantas cosas buenas, y luego que está todo tan bueno, está todo tan bueno y tanto de todo, que ya es*

*A. Es que hay gente que le pasa eso, ¿no?, que todo “qué bueno”*

*P. Es que la gente que no es delicada le gusta todo*

*A. Yo es que soy muy poco agradecida para la comida, ¿no?, así cuando...*

*P. Porque tú eres, yo creo que tú serás como los pollillos que comerás así...*

*A. No te creas*

*P. A mí como todo me gusta y todo me gusta probarlo*

*A. A mí me gusta una comida bien hecha, ahora que chuminás de estas que*

*P. Ah no, yo me gusta todo, lo mismo las chuminás que la comida bien hecha*  
(Mujeres Dúrcal)

Esta discusión nos muestra la oposición en torno al valor de la buena boca entre el polo legítimo y el tradicional. R, con una posición intermedia entre ambos polos, ostenta su buena boca: le gusta todo. Para A, polo legítimo, “*hay gente que le pasa eso*”: lo ve como algo extraño, ajeno; en otras palabras, frente a su habitus alimentario selectivo, hay gente que no selecciona. Es aquí donde P –polo tradicional– ataca: “*la gente que no es delicada le gusta todo*”, y ante la respuesta de A, incide: “*serás como los pollillos*”. Desde el esquema tradicional, el gusto selectivo -*delicado, remilgado*- de A se interpreta como incapacidad de hallar placer en la comida y, por tanto, como ausencia de apetito –frente a la que tiene buena boca que, no sólo come y disfruta de todo, sino que también come en cantidad porque disfruta más cuanto más comida ingiere<sup>40</sup>–.

---

<sup>40</sup> El valor de la buena boca puede llevar a comer alimentos que, desde los esquemas tradicionales, no son los más naturales. Así, 5 de Linares, frente a la participante más cercana al polo legítimo que afirma que no piensa probar las hamburguesas, manifiesta que cuando sale con sus hijos “*si hay que pedirla me la como con gusto*”. La buena boca implica ser capaz de encontrar placer en la comida en cualquier ocasión, incluso en aquella que no se hace en casa y que desde otro punto de vista podría considerarse comida basura.



Estos tres esquemas funcionan conjuntamente para oponerse a la vigilancia dietética del polo legítimo. Esta es acusada de exceso de cuidado de sí, de imponer renunciaciones contrarias al verdadero goce de la vida y de ser demasiado *delicada*. Tres esquemas que nos remiten a un *habitus* popular, esto es, a lo que han sido durante mucho tiempo las condiciones de vida de las clases populares: la adaptación a la escasez como principio moral –esquema coherente con unas condiciones de vida donde se vive constantemente al borde de la escasez, y donde saber vivir es saber adaptarse a esta escasez-, la contemplación del cálculo en la vida cotidiana como algo absurdo –esquema coherente con unas condiciones donde, sometido uno siempre a fuerzas externas, todo cálculo supone renunciaciones cuyo resultado es incierto- y el rechazo a las estrategias de distinción de los que están por encima y manifiestan esta distancia por medio del rechazo a las prácticas de sus inferiores sociales o de aquellos próximos sociales de los que pretenden distinguirse –en el ámbito alimentario, mediante el rechazo de los alimentos que consumen y que gustan de consumir-.

### **2.2.3. UNA ALIMENTACIÓN COTIDIANA REGIDA POR LOS SABORES**

Estos tres esquemas, junto a la concepción de la enfermedad en este polo, tienen repercusiones importantes en la alimentación cotidiana. Si la salud es un objetivo lejano que apenas interfiere en las prácticas cotidianas de alimentación porque se cumple con unos mínimos –con evitar *excesos*-, la principal preocupación en torno a la alimentación es el sabor de los alimentos. En este polo, buena madre es ante todo aquella que, además de dar una alimentación sana que se identifica con la alimentación tradicional –la que se ha comido desde la infancia-, derrocha tiempo de trabajo en la cocina –especialmente en elaboraciones complicadas, que requieren una elevada cualificación como cocinera- para halagar el paladar familiar. Debido a ello, estas madres recalcan sobre todo el tiempo empleado en preparaciones culinarias a un tiempo valoradas por la familia, intensivas en trabajo y difíciles de elaborar, como los dulces caseros.

La alimentación cotidiana no es objeto de una problematización en términos de salud como la que se da en el polo legítimo. Ello deja espacio para un amplio margen de elecciones alimentarias, incluso dentro de las categorías de productos que se consideran menos sanos. Así ocurre con los alimentos industriales, la comida rápida o precocinada, las hamburguesas, las pizzas: aunque estos alimentos sean rechazados y designados como *porquerías* desde el esquema de la alimentación natural y desde el valor de la buena madre, no supondrían ningún peligro serio de salud y la razón que cotidianamente se maneja para incluirlos o excluirlos del menú es el sabor. A su vez, los sabores apreciados en esta posición difieren sustancialmente de los valorados en el polo legítimo. Si, en éste, la preocupación constante por adecuar el comportamiento a

la norma médica ha llevado a modificar los esquemas de apreciación de los alimentos privilegiando los calificados médicamente como sanos, en el polo tradicional el habitus popular se manifiesta con contundencia en oposición a la norma médica. Este habitus alimentario, formado en una relación prolongada, de generaciones, con situaciones de escasez de recursos y fuerte gasto de energía física, privilegia los alimentos más adecuados a esta situación: los alimentos ricos en calorías. Por ello, los gustos de estas participantes siempre van hacia platos a la vez tradicionales y sustanciosos, como los guisos de carne o los pucheros *con todos sus avíos*. Es también por ello por lo que las participantes más próximas a este polo no pueden comprender siquiera que las más legítimas rechacen productos como la mortadela, los embutidos o los dulces: son cosas que gustan y que se comen con gusto, y ante el rechazo explícito de estos alimentos por las participantes más legítimas, su primera reacción es de sospecha –están fingiendo repugnancia por unos alimentos que necesariamente han de gustarles-. Su habitus alimentario popular –su gusto por los alimentos calóricos- se opone así frontalmente a los gustos mantenidos por las participantes del polo legítimo, así como a la mayoría de los preceptos de las dietas propugnadas por los médicos. Por esto la vigilancia continua de la dieta se resiente especialmente: supone una batalla continua contra los esquemas gustativos incorporados, una batalla que exigiría todo un trabajo de modificación de sí, para el cual sería necesario no sólo una disposición ascética de la que se carece, sino una modificación profunda de la vida cotidiana y de las relaciones con los demás.

La dificultad de transformar los esquemas gustativos incorporados se manifiesta en una concepción de los sabores muy distinta a la del polo legítimo. Mientras que en este polo el control de sí supone que el trabajo sobre sí –y sobre los hijos- para modificar los gustos y adecuarlos a la norma médica es posible, en el polo tradicional este trabajo no llega a concebirse. Los gustos por los alimentos se contemplan, cuando se es adulto, como difíciles, cuando no imposibles, de moldear. Con un habitus alimentario resistente al cambio –signo de una vida entera en torno a los mismos esquemas de sabor en todas las situaciones cotidianas-, y sin disposiciones para el control ascético de sí, el sabor es razón suficiente y necesaria para aceptar o rechazar una comida mientras no haya una enfermedad evidente que desplace el marco de lo cotidiano –la salud- a lo extracotidiano<sup>41</sup> –la enfermedad-. Por ello, la concepción de la buena madre no es tanto, como en el polo legítimo, la que da de comer sano –de acuerdo al discurso médico-, como la que da de comer rico. Frente a la buena madre del polo legítimo, que

---

<sup>41</sup> En el grupo de Linares se produce una discusión en torno al caldo de verduras. La participante más cercana al polo legítimo afirma que la mayoría de las amas de casa tiran el caldo de cocer las verduras por el fregadero, y con él los minerales y las vitaminas. La participante más tradicional afirma que ella lo aprovecha: se lo echa a las macetas, para que crezcan más hermosas. Ante la insistencia de la participante más legítima para que lo aproveche en sopas, sólo encuentra una negativa frontal: a mí y a mi familia no nos gusta, yo no me lo puedo beber. Cualquier argumento de la participante más legítima –que intenta ofrecer trucos para disfrazar el sabor- topa con esta negativa frontal a comer algo que no gusta: los gustos de los adultos son inmodificables y en estado de salud no hay ninguna razón para comer algo que no gusta.

ostenta ante todo su conocimiento nutricional y su adecuación a la norma médica en el comportamiento cotidiano, la buena madre del polo tradicional alardea ante todo del tiempo empleado en elaborar alimentos especialmente apreciados por la familia. Frente a conservar la salud familiar siguiendo los preceptos nutricionales, halagar el paladar familiar cocinando las comidas que siempre se han valorado.

#### **2.2.4. CATEGORIZACIONES DE ALIMENTOS SANOS Y CONOCIMIENTO DEL DISCURSO NUTRICIONISTA**

En cuanto a la categorización de los alimentos en su relación con la salud, el primer rasgo a destacar de esta posición es la débil penetración del discurso médico sobre nutrición. Los conocimientos que se ostentan de dietética son escasos, fragmentarios y en buena parte antiguos, conocimientos que se difundieron hace tiempo<sup>42</sup> –así, las lentejas o el hígado tienen mucho hierro-. Además, estos conocimientos, especialmente cuando son más recientes, se han adquirido principalmente en relación con enfermedades concretas sufridas por una misma o por la familia. Aquí el contacto con los médicos ha servido para incorporar algunos conocimientos que se han interpretado siempre en la lógica de alimentos-remedio y alimentos prohibidos: al igual que medicamentos, hay alimentos específicos que han de comerse o evitarse si se padece una enfermedad concreta<sup>43</sup>. Y su carácter disperso y acumulación discontinua provocan que se puedan sostener fácilmente afirmaciones que en un momento se difundieron, pero que ahora se tienen por erróneas.

Este débil conocimiento del discurso médico sobre nutrición y el hecho de que la mayoría de los conocimientos traten sobre enfermedades concretas experimentadas por la familia se derivan directamente de la concepción de salud en este polo tradicional. Como uno no tiene que preocuparse demasiado mientras está sano, el discurso de nutrición no se busca en estado de salud: la predisposición a buscar y asimilar estos conocimientos es escasa. Todo lo contrario ocurre cuando aparece la enfermedad: entonces es cuando una tiene que preocuparse de saber lo que conviene comer y evitar<sup>44</sup>.

---

<sup>42</sup> En este punto, parece que se confirma la hipótesis de Boltanski (1969): el conocimiento médico se difunde a velocidad desigual por el espacio social, llegando más tarde a las capas inferiores.

<sup>43</sup> Así, en el caso de 5 de Linares, el marido deja de comer grasa cuando engorda mucho; su hijo mayor y marido tienen ácido úrico: a partir de ahí sabe que los espárragos dan ácido úrico; además, se recurre al hígado de ternera para la anemia o a una sopa especial de verduras –conocida en los medios populares de Sevilla como la sopa milagrosa- para adelgazar.

<sup>44</sup> Esta concepción se ve perfectamente en un comentario de la participante 5 de Linares cuando la participante más legítima afirma que tendríamos que saber más de nutrición: “Sí, sobre todo cuando se llega a una edad”. Frente a la preocupación en el polo legítimo por adecuar constantemente el comportamiento a una norma de alimentación saludable, desde el polo tradicional esta preocupación está muy limitada: es cuando se envejece, cuando la salud comienza a perderse, cuando este conocimiento comienza a verse como necesario.

Ello provoca que en medio de un conocimiento de nutrición muy débil, y basado en unos pocos principios que se difundieron hace tiempo, haya islas de conocimientos ligados a enfermedades concretas: conocimiento adquirido generalmente en relación directa con especialistas de la salud o recogido de forma dispersa en los medios de comunicación o en el trato con conocidos en relación con las enfermedades que interesan en el momento.

La alimentación sufre así una primera segmentación en relación con la salud. Por un lado, la alimentación en caso de enfermedad –alimentos energéticos, alimentos-remedio y alimentos a evitar, cuyo conocimiento procede de fuentes muy diversas, pero en buena medida médicas-. Por otro lado, la alimentación en caso de salud: aunque en el estado de salud el principal criterio sea el sabor, ello no impide que se apliquen aquí también unos sistemas de categorías para jerarquizar los alimentos en función de su carácter más o menos sano.

Lo importante de estas categorías es el hecho de que en buena parte de ellas la salud se halla profundamente imbricada con el orden familiar moral. Esto se ve claramente con la concepción de que uno se mantiene sano mientras haga todas las comidas: comer bien es, en primer lugar, hacer todas las comidas, y hacerlas con tranquilidad, sentada toda la familia a la mesa. La salud familiar se asimila al buen orden familiar: una familia que comparte en armonía las comidas –y que a ser posible come la misma comida- cumple con el primer requisito de salud alimentaria, que es un requisito de moral familiar. La dimensión moral también se halla en el centro de las otras categorías implicadas en la alimentación sana: el esquema de natural –que analizamos detenidamente más adelante-, la diferencia entre comidas tradicionales y modernas y entre comidas energéticas y ligeras.

En primer lugar, el esquema de comer natural va íntimamente ligado al valor de la buena madre: comer natural es comer alimentos que la madre elabora en casa –frente a la comida rápida o a los alimentos industriales-. Alimentos sanos son los que hace la buena madre que invierte trabajo en la cocina para ofrendárselo a la familia.

En segundo lugar, los alimentos sanos son alimentos tradicionales, esto es, los alimentos *que siempre hemos comido* frente a las novedades introducidas de fuera. Este esquema –también relacionado con el de *natural*- diferencia los alimentos en función de que se hayan conocido de *toda la vida* o no. Por un lado, están los alimentos *normales*, los que *siempre hemos comido*: pucheros, potajes, ensaladas, guisos. Estos alimentos serían sanos. Por otro, los nuevos alimentos, alimentos industriales, inventos de la industria: sobre éstos, salvo excepciones –como el yogur, que al haber sido vendido anteriormente en farmacias, adquiere la etiqueta de sano- recae la sospecha. Los

alimentos de siempre, además, tienen un valor moral. Por un lado, el valor moral de la legitimación tradicional y de la integración en el grupo: de comer todos lo mismo y lo que siempre hemos comido. Por otro lado, el valor moral de la buena madre que invierte trabajo en el mantenimiento de la familia: estos alimentos tradicionales son en muchos casos elaboraciones que llevan un tiempo: como tales, valorizan a la madre que entrega su tiempo a la familia.

Por último, al conceptualizarse la enfermedad principalmente como debilidad del organismo, una categorización fundamental de los alimentos consistirá en su aporte en *energía*. La salud es energía y una dieta saludable supone alimentos energéticos. Desde este esquema, se pueden distinguir alimentos *con fundamento*, alimentos que *alimentan*, que dan mucha energía –el modelo de este tipo de alimentos es el jamón- y comidas sin fundamento, comidas con las que el cuerpo no se puede sustentar –así, una no puede mantenerse a base de verduras o ensaladas-. La verdadera comida, la que alimenta de verdad, sería una comida energética. Este esquema está relacionado, no sólo con concepciones médicas que han persistido durante mucho tiempo, sino también con lo que han sido las condiciones de vida de las clases trabajadoras: condiciones de escasos recursos materiales, de una disposición limitada de comida, al tiempo que de fuerte gasto energético en trabajos físicos. En estas circunstancias, el papel de la madre cocinera ha sido en primer lugar el de reponer las energías familiares, el de proporcionar los alimentos que dieran la fuerza suficiente para poder afrontar la jornada de trabajo y recuperar los cuerpos cansados.

A partir de aquí, se puede recoger parte del discurso nutricional –o de la propaganda de alimentación que se basa supuestamente en conocimientos nutricionales- que se adecua a este esquema; así, estas participantes pueden sostener que el azúcar es necesaria para el cuerpo, así como defender alimentos que el resto de participantes rechaza por su alto contenido en grasas y azúcares, como el chocolate –es bueno porque da energía-. Dentro de este esquema, asimismo, alimentos que a partir del discurso médico tienen características muy distintas pueden ser intercambiables: así, lo importante es que los hijos coman algo por la mañana, si no es leche, una galleta o una tostada; se trata de alimentos intercambiables porque todos son alimentos que dan energía.

La asimilación de salud y energía nos explica la importancia de comer en cantidad. Comer poco supone debilidad, predisposición a la enfermedad. De ahí que la primera norma de salud alimentaria sea simplemente comer: frente al polo legítimo, donde las ingestas excesivas son un problema, aquí la preocupación fundamental con los hijos es que coman poco. Y como todos los alimentos son energía –aunque luego haya distinciones secundarias de alimentos más o menos sanos-, lo importante es

en primer lugar comer algo, lo que sea. Son las participantes más próximas al polo tradicional quienes ven peor saltarse comidas: es algo que una buena madre no debe permitir. Es también aquí donde antes se cede a los deseos de los hijos: con tal de que coman –primera obligación alimenticia de salud- se deja que coman lo que sea.

La oposición entre la persona con *buena boca* y la *delicada* integra también en parte esta oposición entre el que está sano porque come bien y aquel cuya salud puede ser precaria debido a una alimentación insuficiente. El *delicado* es el que pone remilgos; pero también es aquel de salud *delicada*: el término se utiliza, en el polo tradicional, alternando los dos sentidos. *Delicado* es al mismo tiempo una actitud frente a la comida y un estado proclive a la enfermedad, un estado de debilidad debido a que por los *remilgos* no se ingieren suficientes alimentos.

Alimentos tradicionales, energéticos, que incorporan trabajo materno: ésas son las principales características de los alimentos sanos en este polo discursivo. Guisos de carne, pucheros, potajes y cocidos *con todos sus avíos*: una dieta compuesta preferentemente por estos alimentos es una dieta sana. Frente a estos platos tradicionales y energéticos –*de cuchara* o simplemente *comida*<sup>45</sup>-, verduras y ensaladas constituyen meros complementos –aunque se coman en ocasiones en grandes cantidades-, mientras que los postres –otros complementos que se oponen en el discurso a la *comida*<sup>46</sup>- son *potlatchs* (despilfarros ostentosos) de trabajo materno para halagar el paladar familiar.

## **2.3. POSICIÓN MAYORITARIA ENTRE LAS AMAS DE CASA**

La posición mayoritaria entre las participantes en los grupos puede entenderse como una fusión parcial de esquemas que parten del polo tradicional con esquemas que parten del polo legítimo. En esta fusión, y en la selección e interpretación diferencial que se haga de los conocimientos nutricionales, jugarán varios factores –el capital cultural, que condiciona la receptividad y el conocimiento efectivo del discurso nutricional; los problemas cotidianos de gestión doméstica; la negociación familiar...-, así como esquemas que ya hemos visto –separación entre salud y enfermedad, no mirarse demasiado, saber disfrutar, tener buena boca, la concepción de buena madre...-

---

<sup>45</sup> En multitud de afirmaciones se contraponen la comida a los espaguetis, las pizzas, los dulces, los bollicaos, incluso a la verdura o a la ensalada. Comida, a secas, es la comida tradicional, la que siempre se ha comido, especialmente la comida sustanciosa de cuchara –cocidos, pucheros, etc.-.

<sup>46</sup> Así, la participante tradicional de Linares afirma: “porque si te gusta estar en la cocina pues lo mismo haces comida que haces postres”.

La variación de estos factores y esquemas nos proporciona un abanico amplio de categorías y prácticas que oscilan entre los dos polos.

### **2.3.1. LA FLUCTUANTE FRONTERA ENTRE SALUD Y ENFERMEDAD**

Hemos visto hasta el momento dos polos en la concepción de la relación entre salud y enfermedad: un polo legítimo –la salud es una delgada línea siempre amenazada por la enfermedad- y un polo tradicional –salud y enfermedad como dos estados disjuntos-. La posición mayoritaria supone una fusión peculiar de ambas posiciones. Por un lado, se conoce y asume discursivamente la noción de norma: una alimentación equilibrada, sana, supone un estado de salud, mientras que la mala alimentación puede conducir progresivamente al deterioro físico<sup>47</sup>. Ahora bien, esta concepción del deterioro físico ligado a la mala alimentación es distinta de la que impera en el polo legítimo. En éste, como vimos, la salud es una delgada línea, todo comportamiento nos puede alejar de ella. En la posición mayoritaria, la línea de la salud es mucho más amplia y los comportamientos compatibles con ella, mucho más numerosos. Si lo que aleja de la salud es aquí –a diferencia del polo tradicional- una sucesión de comportamientos, esta sucesión se ve como algo que, para abocar a la enfermedad, debe darse de forma continuada: sólo la persistencia en lo no-sano lleva a la enfermedad. En otras palabras, si la alimentación sana se asocia a salud y la insana a enfermedad, los nexos causales entre alimentación y salud funcionan de manera distinta en ambas relaciones. La alimentación sana conduce a la salud, pero la alimentación no sana no conduce necesariamente a la enfermedad, porque a ésta sólo se llega tras una continuidad, tras un *exceso*, tras un *abuso*.

Ahora bien, ¿qué es *abuso*? ¿cuál es la línea que separa lo poco de lo mucho no-sano? ¿qué se considera como consumo *continuado* o *esporádico*? La respuesta mayoritaria es clara: lo que hacemos *nosotras* es poco no-sano; son *otras* las que dan demasiado no-sano. En otras palabras, como la línea que separa la salud de la enfermedad no está bien definida –ni la salud consiste en una delgada línea, como en el polo legítimo, ni la enfermedad es un estado claramente separado de la salud, como en el tradicional-, el límite se utiliza estratégicamente para incluir, del lado de la salud, los comportamientos que una misma realiza. Esta utilización estratégica, por otra parte, no es nada extraña: en la medida en que una buena madre es la que da de comer sano a los hijos, desplazar el umbral para quedar del lado bueno es una estrategia identitaria con la cual se traza la frontera entre la buena madre –*nosotras*- y

---

<sup>47</sup> Este deterioro progresivo se concibe en muchos casos bajo la forma tradicional del envenenamiento: así, se puede asimilar el azúcar a un veneno “que te va comiendo por dentro”.

la mala madre –*otras*-. Una mala madre que siempre está más allá de lo que hace una misma: así, para las participantes de más edad, son las madres jóvenes las que darían un exceso de alimentos no sanos; para éstas, las jóvenes que no son todavía madres –o que son más jóvenes que ellas-; para las de pueblo, las de ciudad; para las que les dan patatas fritas congeladas a los niños, las que se las dan todos los días, etc.

Esta utilización estratégica del umbral entre lo sano y lo no-sano nos remite así a un punto analizado en el primer capítulo: la tensión, para la mayoría de las amas de casa de clases populares, entre el modelo tradicional de la madre entregada y la nueva legitimidad de tener un tiempo para sí. Por un lado, se valoran los productos y elaboraciones tradicionales que requieren una considerable inversión de trabajo materna; por otra, se pretende ser algo más que *una simple ama de casa* y se valora disponer de tiempo para sí, con lo que se recurre mucho más a productos industriales que, elaborados o semielaborados, sirvan para economizar tiempo. Esta tensión provoca que se afirmen los valores tradicionales al mismo tiempo que las prácticas se apartan cada vez más de ellos. Es ello lo que produce, junto a múltiples acusaciones contra las madres cómodas que dan precocinados a la familia, el reconocimiento –generalmente, forzado por otras participantes- de que se consumen también productos industriales –un reconocimiento que, además, suele ir ligado a minimizar el uso de estos productos-. Situadas todas en una especie de tierra de nadie entre ambas legitimidades, y predominando todavía fuertemente la tradicional sobre la nueva, pueden acusar a *otras -malas madres-* de prácticas que ellas también realizan, multiplicar las acusaciones hacia las malas madres que utilizan pizzas o hamburguesas al tiempo que reconocer que ellas también recurren a ellas –eso sí, *esporádicamente*-. Es por esta tensión por la que se desplaza estratégicamente el umbral de lo sano para incluir como prácticas sanas las que se realizan cotidianamente.

Este desplazamiento estratégico se puede ver claramente en el nuevo lugar ocupado por la cena. En la posición mayoritaria se mantiene la idea, ligada al orden moral familiar, de que una alimentación sana implica hacer todas las comidas. Sin embargo, aquí este esquema sufre una modulación importante: la jerarquía entre las distintas ingestas se utiliza de manera que se pueda justificar la comida preparada o precocinada en las menos importantes. Así, una idea se repite en todos los grupos: la cena es una comida menos importante, la verdaderamente relevante es la comida del mediodía. Ello justifica que en la cena se vaya a lo *cómodo*, a lo *rápido*, a lo *ligero*; al ser una comida *menos importante* no hay tanta necesidad de hacer una *comida de verdad*. La *buena madre* sería la que daría de comer una comida *de verdad* a mediodía; mientras que en la cena podría, al ser una comida menor, recurrir a fritos, precocinados, pizzas, etc. La asimilación de la cena como comida menor permite así conjugar la ganancia de ocio y descanso materno con la legitimidad tradicional de la buena madre:



ésta alimentaría bien a la familia porque le daría un plato caliente, elaborado por ella misma, tradicional –esto es, sano y natural- a mediodía. Alimentarse sano en lo cotidiano consiste así en no abusar de alimentos industriales –con la flexibilidad que supone el término de *abuso*-, en elaborar directamente la mayoría de la comida y en comer comidas *normales*, tradicionales, al menos una vez al día.

*E. Yo no veo comida, a lo mejor estoy confundida pero yo no le veo en el pueblo que digamos nuestra comida de diario, yo que sé, todo el mundo más o menos es lo mismo, y dices las pizzas, ¡uy las pizzas!, y si a las pizzas le echas jamón york, le echas atún, le echas que lo estás viendo, es que lo estás viendo ahí, estás viendo lo que estás echando (Mujeres Dúrcal)*

La flexibilidad de la línea que separa lo no-sano de lo sano se aplica también a las elaboraciones cotidianas. Un alimento puede ser calificado como no-sano o poco sano: si se le añade algo que sea más sano, se transforma en algo sano. Así, como muestra la cita, la pizza –que desde el esquema de natural y desde el de la buena madre sería no-sana- se convierte en sana desde el momento en que es la propia madre quien le echa *lo que está viendo* –jamón york, atún<sup>48</sup>-.

El desplazamiento estratégico de la línea de lo sano y la categorización cotidiana de los alimentos en términos ajenos al discurso médico sobre nutrición –que, por otra parte, se conoce, aunque en grados muy diversos- nos llevan así a unas prácticas cotidianas donde lo que imperan son los gustos y las necesidades prácticas: a prácticas cotidianas que se alejan poco del polo tradicional –aunque subsistan diferencias, que veremos más adelante-. Si se afirma que la alimentación es un factor importante de la salud, en la práctica el deterioro físico que puede producir la alimentación no sana se ve como una amenaza abstracta que sólo afectaría a *otras* –a las que se alejan más de la norma que nosotras-. En la vida cotidiana, mientras uno guarde unos mínimos –muy variables en función de las prácticas efectivas-, uno se mantiene en estado de salud: las desviaciones –comer *chuches*, o alimentos industriales, o carne hormonada- no tienen mayor importancia.

El constante desplazamiento del umbral de lo no sano –de la *mala madre*- vuelve así a las madres de estos grupos poco permeables a las críticas que les puedan realizar las participantes que se sitúan más cerca del polo legítimo.

---

<sup>48</sup> *Asimismo, una sopa de sobre –no sana porque artificial- puede acercarse a ser comida añadiéndole un huevo “para que tenga una mijilla de algo”: “E. ¿Ves tú yo a mis hijos la sopa de sobre (---)? Ahora, no... se las hago muy poquito, porque a ellos le gusta mucho, que date cuenta tú y digo ¿qué lleva eso? (Varías: yo la he comido, a mi me gusta) Pues yo a mi niño le pongo, le hago una sopa de sobre y le echo huevo para que tenga una mijilla de algo, y bueno le pones el plato por donde le pongas y se lo come, ahora hazle una sopa de pollo, el culillo del plato ya es mucho” (Mujeres Dúrcal)*

*I. Hay que ser selectivo, hay que seleccionar lo que sí, lo que no, y... y porque somos cómodos y no nos preocupamos (- No, y por qué...) Porque yo creo que aquí en Dúrcal si se pusiera una tienda de esas ecológicas de verdad tendría un buen tiro*

*M. No creas porque es que es muy caro (I. Hay mucha gente), es muy caro lo ecológico, es carísimo, y aquí van mirando el dinero en... en la mayoría de los productos*

*I. Hay mucha gente que sí se preocupa*

*E. Sí, sí, en ese aspecto también hemos cambiado mucho, también, queremos dinero para una cerveza para un traje, para esto, para lo otro, para salir, patatí, patatá y para todo no da, entonces tú vas a comprar unos tomates, di que, que son ecológicos, estos no, y dices “bueno, pues los lavo” (risas)*

*M. Los aliñas más y ya está. Yo no creo que comamos tan mal (Mujeres Dúrcal)*

*Esta cita ilustra la percepción de los peligros de la mala alimentación como algo lejano. I, desde el polo legítimo, incide en la necesidad constante de seleccionar los alimentos para comer sano -acusando de cómodas a las que no lo hacen-. Frente a él, el grupo reacciona con dos argumentos. En primer lugar, vamos a lo práctico: tu discurso ecológico resulta muy caro si se quiere llevar a la práctica. En segundo lugar, el peligro de que nos hablas no es para tanto: lavas los tomates, los aliñas y ya está. La conciencia de que se comen cosas no sanas no tiene demasiadas repercusiones prácticas: frente a la vigilancia dietética del polo legítimo, aquí el peligro es algo muy difuso cuando uno se halla sano para permitir que transforme las prácticas cotidianas.*

Esta concepción provoca que la preocupación por la alimentación sana sea fundamentalmente un asunto de enfermedades. Aunque esto acerca a la posición mayoritaria al polo tradicional, subsisten a pesar de ello, como veremos, diferencias importantes. Por un lado, problemas como la gordura o un colesterol elevado pueden llevar a un control de la dieta que en el polo tradicional sólo se da con la enfermedad declarada. Además, en las elecciones cotidianas, la composición bioquímica de los alimentos puede jugar un papel –aunque sea menor- a igualdad de consideraciones prácticas y de sabor. Sin embargo, son estas consideraciones las que juegan el papel fundamental en la vida cotidiana: en la mayoría de las conversaciones, la discusión sobre la salud queda en muy segundo plano respecto a los sabores y los problemas de gestión doméstica. La buena madre es a un tiempo la que hace de comer sano y la que hace de comer rico, aquella cuya cocina es alabada por la familia. Pero, como el umbral de lo sano es flexible, el sabor es la razón cotidiana predominante. A ello se le añade el hecho de que se consigue reconocimiento familiar –elemento fundamental para emprender el trabajo de cocinar- por los sabores, no por la adecuación de la dieta a la norma médica.

Así, la práctica de *disfrazar* o *engañar* para dar de comer cosas sanas, tan alabada en el polo legítimo, aquí se utiliza mucho menos: prácticamente se reduce a los niños pequeños. En muchos casos, la oposición familiar –o propia- al sabor de un alimento basta para descartarlo. Sin embargo, sí se puede *engañar* cuando se trata de realizar una elaboración culinaria que la familia aprecia por el sabor pero rechazaría si conociera los componentes<sup>49</sup>.

*M- Pero bueno, de todas formas no... la pregunta es el, el darle más valor... si será más (---) porque los bios porque regenera la... yo no sé, te lo venden de tal forma que es que en bio te da la... te regenera la flora intestinal, la no sé qué, la no sé cuanto (S- Igual que el colacao y todas esas historias, eso es...) (A- Yo sí me lo como alguna vez, no sé...) Yo me lo como y me gusta, por mucho que regenere la flora... por dentro y tanto de la flora, si a mí en el paladar me... entra la (---) me comeré otra cosa que me guste porque esto desde luego no me lo como. A mí la verdad que me gusta pero en mi casa no se suele comprar, los yogures normales, naturales para echarles la azúcar, desnatados, desnatados, light, bajos en calorías y eso... (tono de voz: no se compran)*

*S- En mi casa tampoco se usa, es por...*

*A- Yo sí, nos hemos acostumbrado de tal manera al sabor de la sacarina que yo ya no pruebo el azúcar*

*S- Yo no, yo no, yo natural también, mientras que... estemos bien y que no haya... que cambiar de nada*

*M- Yo pienso que tampoco... Depende también si hay gente que tiene problemas de... (- colesterol) o algo tiene su médico, que tome menos grasa porque es una forma de tener acceso porque hay gente que le gusta mucho*

*S- Pues yo la leche desnatada... la compré para mi madre y cuando vi el vaso de leche, eso es agua, eso es agüita (B- agua) no sé lo que tendrá, tiene calcio, no sé lo que tendrá (Amas de casa El Cerro de Andévalo)*

*La conversación precedente nos muestra la posición mayoritaria y sus modulaciones. Lo fundamental de productos “especiales” como los yogures “bio” –que se suponen sanos- es el sabor, frente a otras consideraciones: sólo se consumen si gustan. El sabor es mucho más importante que cualquier consideración dietética cuando se está*

---

<sup>49</sup> Así, la participante 4 de Linares puede negarse, junto a la participante más tradicional (5), a disfrazar en los guisos un caldo de verduras que a ella y a su familia no les gusta, por muchas vitaminas que lleve. Por el contrario, puede hacer una receta con mermelada y cocacola apreciada por la familia al tiempo que ocultarle sus verdaderos ingredientes. Cuando se trata de cocinar cosas que la familia alabe por el sabor, se pueden emprender los trucos del engaño porque una está convencida de que son cosas de buen sabor y porque va a recibir el reconocimiento familiar –“luego se pegan tortas por la salsa”- mientras la familia desconozca los verdaderos ingredientes –“que no te vean echarle cocacola o mermelada a la carne que te excomulgan”-.

sano. Este esquema puede llevar a rechazar productos porque no gustan –como la leche desnatada, agüita-, pero también a aceptarlos: a igualdad de sabor, ¿por qué no? En otras palabras, frente al polo tradicional, aquí las consideraciones dietéticas pueden introducirse en la alimentación cotidiana –mientras no interfieran con lo fundamental, el sabor-. Sin embargo, también persiste una similitud importante con el polo tradicional: el consumo de estos productos sólo está plenamente justificado en caso de enfermedad –“yo natural también, mientras que... estemos bien”-. En estado de salud, se pueden consumir sin culpa, pero entran dentro de la categoría de caprichos: se supone que son más sanos, pero no hay necesidad verdadera de tomarlos. Es más, desde el principio –que comparten con las participantes más tradicionales- de *no mirarse demasiado* las que los toman en estado de salud pueden ser acusadas de preocuparse demasiado, con lo que en la mayoría de las conversaciones casi todas las participantes ponen el énfasis en que toman productos *normales* mientras no haya problemas de salud.

No obstante, en la relación con estos alimentos “sanos” existen diferencias en la posición mayoritaria. Estas van desde las que sólo los consumen en caso de prescripción médica hasta aquellas que habitualmente los prueban o consumen parte de ellos, pasando por las que, por problemas que no llegan a ser enfermedades –el más habitual es el sobrepeso- los toman como alimentos-remedio. En este punto, como en los demás, nos encontramos con un abanico de prácticas que se corresponden con las diferentes posiciones en la tensión entre el ama de casa tradicional y la nueva legitimidad de mirar por sí misma, entre la categorización tradicional de los alimentos –basada en el orden moral familiar tradicional- y la penetración diferencial de las preocupaciones dietéticas.

### **2.3.2. OPOSICIÓN AL ASCETISMO**

La posición mayoritaria también se asimila a la tradicional en su oposición al ascetismo del polo legítimo. Y lo hace exactamente desde los mismos esquemas: saber disfrutar, no mirarse demasiado y tener buena boca.

*B- ¿Sabéis lo que os digo? Yo estaba suscrita a una revista que se llama Integral y la dejé (risas) la dejo y ya está. Yo era para comprar lo más sano (A- te confunden), pero la dejé porque es que era todo malo y yo digo es que respirar va a ser malo, también entonces esto es como meter la cabeza debajo de... no quiero saber nada, y es que (A- Beni, la información es muy buena, pero es que también es un bombardeo, un bombardeo) Es muy buena pero con exceso tampoco, todo requiere un equilibrio, con exceso tampoco es bueno, digo, esto es que te pone mala, esto tiene esto, lo otro tiene lo otro, yo no... (- Claro que sí; - Sí, es verdad) porque estamos en este mundo, esto*

*es así y esto no tiene vuelta de hoja, esto va para adelante.* (Amas de casa El Cerro de Andévalo)

Esta intervención nos muestra perfectamente el principio de *saber disfrutar*. B –una mujer de 57 años con estudios primarios- estuvo suscrita a la revista *Integral* siguiendo las recomendaciones de su hijo, guarda forestal. Era “*para comprar lo más sano*”, afirmación que nos lleva a una posición cercana a la preocupación por la salud del polo legítimo. Sin embargo, al tiempo se da de baja. El discurso de *Integral* se rechaza por el exceso de peligros, que choca con toda la vida cotidiana: seguir sus recomendaciones exigiría convertir la vida diaria en un control continuo que no está dispuesta a asumir por su exceso de exigencias y preocupaciones. El catastrofismo dietético es contrario a saber vivir, a disfrutar de la vida y de la comida. Se pueden asumir peligros localizados, no un riesgo que envuelva todos los alimentos. Más aún, “*estamos en este mundo, esto es así y esto no tiene vuelta de hoja*”: el discurso *integral*, con su exigencia de vigilancia cotidiana, es otro mundo, es algo fuera de lo que se puede asumir cotidianamente. Frente a este ascetismo extramundano, lo sensato es asumir el peligro difuso como algo normal: vivir en este mundo es adaptarse a esta alimentación industrial. Frente al control que lleva a la salud, la sensatez de ignorar los peligros para poder seguir viviendo con normalidad. Es ello –junto, en la mayoría de los casos, a la percepción de los peligros de salud como algo lejano, abstracto- lo que provoca que se pueda a la vez mantener un discurso fuertemente crítico con la mayoría de los alimentos que se consumen –artificiales, no sanos- y consumir esos productos criticados sin mayor problema: al fin y al cabo, seguir la crítica con coherencia en la práctica llevaría a “*salirse de este mundo*”, a renunciar a todo lo cotidiano con sus placeres. Es por ello por lo que, en las discusiones donde las participantes tradicionales oponen su *saber disfrutar* al ascetismo y al control de las legítimas, la mayoría del grupo se pone siempre del lado de las tradicionales: un alineamiento que también se produce en torno al esquema de la *buena boca*, como se puede ver en la siguiente conversación donde las más legítimas critican la comida –*poco controlada, poco sana*- de los restaurantes.

*I. Y tú sabes que un aceite muy refrito, pues no es bueno, es que en tu casa apenas que ves que fries y que no, lo cambias, lo cambias, entonces pues...*

*M. Bueno, pues te pides una ensalada... (I. Es lo que me suelo pedir (rie)) Y lechuga, tomate y pepino y cebolla, y atún, como mucho, y tampoco, no vaya que la ensalada no te guste.*

*I. No, pero que sí, que es más sano en la casa y las comidas hechas con conciencia y en cualquier sitio se hace rápido, no es lo mismo que comas en tu casa que estéis cuatro o cinco, a un restaurante que vayan 100 personas a comer*

*A. ¿Habría comida más asquerosa que la de las bodas y de las comuniones? Es horroroso*

*en los restaurantes, a mí no me gusta ninguna, pero ninguna, eh*

*P. Pero te las comes*

*M. Y vas*

*A. Hombre, o haces el paripé, es que... no me digáis que eso está bueno, eh*

*E. Pues para mi gusto sí (Mujeres Dúrcal)*

En esta discusión se ve en toda su violencia la oposición entre el polo legítimo (A e I) y el tradicional (P) coaligado con la posición mayoritaria (M, E). Por una parte, la violencia de las participantes situadas en el polo legítimo, que manifestando su *asco*, su *horror* por los productos industriales o los restaurantes ponen de manifiesto su superioridad organoléptica –la superioridad social de su gusto- y su desprecio por los que *no tienen paladar*<sup>50</sup>. Y la violencia del resto de las participantes, que reaccionan a este clasismo dietético con su *buena boca*: a nosotras nos gusta esa comida que despreciáis y vosotras sois unas *delicadas* que no podéis ir a ningún sitio. La selección constante de alimentos y lugares de A e I es vista por las demás, no sólo como una incapacidad de disfrutar de la comida, sino como una verdadera incapacidad social: la de saber estar –que en el caso de la comida es saber comer lo que hay, tener buena boca, poder comer de todo-: *una ensalada como mucho y tampoco, no vaya que la ensalada no te guste*. Frente a la norma de salud dietética, se esgrime la norma social de saber apreciar la comida y a los que la comen.

La discusión precedente nos muestra también la oposición entre dos habitus alimentarios. Desde su habitus alimentario –propio de clases populares-, las otras participantes dudan de la sinceridad de las afirmaciones –de los *ascos*- de las próximas al polo legítimo –“*pero te la comes*” “*y vas*”-. La oposición entre la buena boca y el control alimentario se redobla por la oposición entre los dos habitus y su relación con la norma médica. Mientras que el polo legítimo siempre une salud y sabor –lo sano está bueno-, en la posición mayoritaria, que no ha conformado su habitus de acuerdo con la norma médica, que persiste en el gusto por los alimentos calóricos, nutricionalmente sano y sabroso son dos cosas distintas y en muchos casos opuestas. Aquí, la posición mayoritaria –con variaciones- se aproxima también al polo tradicional: los gustos por los alimentos son difícilmente modificables, suponen una disposición ascética de la que en buena medida se carece; esos gustos, además, se corresponden con alimentos tradicionales, sustanciosos, ricos en calorías -guisos, *pringá*, carnes, grasas, dulces...-, con los alimentos que durante generaciones han conformado lo más valorado de la dieta de las clases trabajadoras y en los que se han formado, desde la infancia, los esquemas de apreciación de estas mujeres.

---

<sup>50</sup> Así, en varias ocasiones del grupo de discusión la participante A, frente a productos industriales o grasos consumidos por las otras participantes, utiliza las expresiones: “*hay que tener estómago*” “*al que le gusta eso es que no tiene paladar*”, etc. En estas expresiones es donde se pone de manifiesto de forma más clara que el rechazo de unos productos, de unos consumos, es el rechazo de los grupos que consumen esos productos.

Por ello, en esta disyunción entre lo que se considera sano y los gustos incorporados, al ser la salud un objetivo que se puede cumplir con unos mínimos y los gustos algo difícilmente modificable por el hecho de estar incorporado y por carecer de disposiciones ascéticas, lo cotidiano es decidirse por el sabor: “1. *Lo que pasa es que es muy duro porque lo que más bueno está es lo que engorda*” (Mujeres Linares).

Por último, la posición mayoritaria también comparte con el polo tradicional el esquema de *no mirarse demasiado*. La buena madre se define en primer lugar por la entrega a la familia; la que está demasiado ocupada de sí misma –de su adecuación a un ideal de salud o de delgadez- puede ser acusada de mirarse demasiado. Sin embargo, este esquema se halla en la posición mayoritaria muy matizado –con notables diferencias entre las participantes- porque compite con una legitimación creciente del cuidado de sí, correlativa con la transformación del papel de ama de casa. Ya vimos en el primer capítulo esta transformación: el valor de la madre sacrificada se halla en tensión con una legitimación creciente de tener espacios propios, de dedicar tiempo a sí. Esta tensión provoca que la definición de la buena madre fluctúe, que sea objeto de una constante utilización estratégica. Una puede ser acusada de no sacrificarse lo suficiente, pero también de sacrificarse demasiado y olvidarse de sí misma. Aquí, como en las discusiones sobre qué es abusar de alimentos no sanos, se produce una constante negociación en torno a los límites<sup>51</sup>.

### **2.3.3. EL DESPLAZAMIENTO DE LA DEFINICIÓN DE ENFERMEDAD**

Como hemos visto, la concepción de la salud y la enfermedad en la posición mayoritaria conduce a unas prácticas muy similares a las del polo tradicional. En estado de salud, la preocupación práctica cotidiana en torno a la alimentación es el sabor; el control de la alimentación se da sobre todo con la enfermedad. El peso de esta dicotomía puede verse en el hecho de que buena parte de los conocimientos dietéticos que se manejan –que son en todo caso superiores a los del polo tradicional- hayan sido adquiridos en relación con médicos y farmacéuticos, esto es, en relación con enfermedades familiares. Diabetes, ácido úrico, anemia, hipertensión...: los conocimientos sobre los tipos de alimentos que se relacionan con las dolencias más comunes están muy extendidos entre estas mujeres. Extensión que se relaciona, no sólo con su concepción de salud y enfermedad, sino también con la persistencia de

---

<sup>51</sup> Así, el deseo de controlar la ingesta de calorías choca con la norma de comer lo mismo toda la familia: la madre que se hiciera una comida distinta se miraría demasiado desde el esquema tradicional. En los grupos, esta limitación al cuidado de sí puede ser vista como algo absoluto por algunas participantes, mientras que otras pueden buscar soluciones de compromiso entre el deseo de cuidarse y el valor tradicional de la buena madre: una de estas soluciones, que triunfa en los grupos, es comer menos de la misma comida –aludiendo a las necesidades distintas de los organismos de los niños frente a las de la mujer adulta-.

la división tradicional de género, que les asigna el papel de vigilantes y cuidadoras de la salud familiar: al ser ellas las encargadas de la salud de toda la familia, son las principales portadoras del conocimiento médico en su seno.

Esta separación entre los estados de salud y enfermedad tiene también repercusiones a la hora de considerar los efectos de los distintos alimentos. Esto se puede ver claramente en los diferentes esquemas que se aplican a la mezcla de los alimentos. En la alimentación cotidiana, la práctica de *disfrazar* o *engañar* un alimento supone cocinarlo de manera distinta –en vez de presentarlo crudo, cocido; en vez de entero, en puré; en vez de cocido, frito...- o añadirle ingredientes para *disfrazarlo* –chorizo a las lentejas, especias, etc.-. Estas diversas modificaciones de los alimentos, que desde el discurso médico tienen efectos muy distintos, se equivalen: en la medida en que se trata de elaboraciones caseras, la idea fundamental que subyace es que la forma de elaboración no altera las propiedades de los alimentos, que consiste en un simple cambio de apariencia que no altera la esencia. Sin embargo, cuando se trata de alimentos-remedio (de alimentos para enfermedades), uno de los esquemas más repetidos es el de *saber combinar* los alimentos. Así, el hierro de las lentejas se absorbe mejor con arroz o comiendo una naranja después, o determinadas combinaciones de alimentos pueden adelgazar o engordar. Mientras que en el marco de la alimentación cotidiana cualquier mezcla es simple cambio de apariencia, en el marco de los alimentos-remedio la mezcla adquiere eficacia terapéutica.

Sin embargo, la separación entre salud y enfermedad no adquiere aquí el carácter radical que tiene en el polo tradicional. Por un lado, porque la creciente penetración del discurso nutricional lleva a darle cierta importancia en la alimentación cotidiana a determinadas prescripciones, como tomar vitaminas o evitar el exceso de grasas, que apenas aparecen en el polo tradicional –aunque el seguimiento de estas prescripciones dependa de su interferencia con los gustos familiares y con consideraciones prácticas-. Por otro lado, y más fundamentalmente, porque el umbral entre salud y enfermedad se ha desplazado.

Este desplazamiento se puede percibir en un índice significativo: muchas de las conversaciones tienen lugar en torno a tasas –como la de azúcar en la sangre, el ácido úrico o, sobre todo, el colesterol- que no suponen, cuando son elevadas, disfunciones físicas perceptibles. Desde una concepción tradicional, valores elevados en estas tasas no constituyen enfermedad: ésta viene asociada siempre a molestias físicas perceptibles, a incapacidades en la realización de tareas cotidianas. Ahora, en la posición mayoritaria, los valores desviados en estas tasas –que, en el discurso médico, señalan predisposición a la enfermedad- se asimilan a enfermedades: tener el colesterol alto o azúcar en la sangre –incluso sin consecuencias aparentes en la vida cotidiana, sin malestar corporal



o incapacidad- implica que ya no se goza de salud y que, por tanto, se tienen que comenzar a tomar las precauciones del enfermo. Este desplazamiento es fundamental: ya no se puede comer despreocupadamente cuando uno tiene el colesterol alto, porque uno ya no está *sano*. Mientras que en la concepción tradicional, la predisposición es como mucho un dato biológico, de *constitución*, que sólo lleva a tomar medidas cuando sus efectos son visibles, ahora la concepción mayoritaria es que estas tasas elevadas, aún sin efectos visibles en la capacidad de realizar tareas ordinarias, suponen que ya no se está en la condición de “sano” y que se ha de comenzar a controlar, entre otras cosas, la alimentación. Más aún, dado que estas tasas suponen constantemente la noción de norma, en muchos casos basta con una desviación menor frente a los valores normales para que se imponga la necesidad de control<sup>52</sup> –especialmente en torno a las tasas más conocidas: azúcar y colesterol<sup>53</sup>-. Así, mientras que en estado de “salud” la relación entre alimentación y salud se ve como algo lejano, en relación con las tasas más habituales se extiende la concepción de norma ligada a la de una relación causal directa entre comportamiento alimentario y enfermedad.

En esta extensión de la concepción de norma juegan un papel fundamental los médicos, como agentes, y la obesidad, como preocupación. Por un lado, es la asistencia a la consulta médica, la medición de los distintos niveles y los consejos médicos –que luego se complementan con lecturas, conversaciones o programas televisivos- los que introducen en el hogar, a través de la mujer –encargada de la salud familiar- esta concepción de la norma y de la relación entre alimentación y tasas correctas. Por otro lado, un peso excesivo actúa, en muchos casos, de manera similar a una tasa elevada en colesterol: supone un estado que ya no es el de la perfecta salud despreocupada, propiciando un inicio de control en la alimentación cotidiana –aunque éste sea en la mayoría de los casos muy imperfecto y se limite a restricciones menores-.

Así, aunque la extensión de esta concepción de norma en torno a las tasas es muy desigual en las distintas participantes –comprendiendo desde posturas de iniciar el control de las ingestas a la menor desviación de las tasas hasta la negativa a modificar la dieta si no es por imperativo médico- , la evolución está clara: la concepción de la norma y del control del comportamiento alimentario en caso de desviación de las tasas normales gana legitimidad entre la mayoría de las madres. Una discusión en Dúrcal ilustra perfectamente este punto.

---

<sup>52</sup> *Mantener el colesterol controlado controlando las ingestas de huevos y grasas y caminando, así como no abusar del azúcar para que no suba el azúcar en la sangre son preocupaciones cotidianas que se pueden tener sin necesidad de haber experimentado directamente unas tasas muy altas –aunque, eso sí, en muchos casos sí hay experiencia de una persona cercana, cosa que tampoco es excepcional-.*

<sup>53</sup> *El colesterol es, con mucho, la tasa que más se conoce y de la que más se habla. En las discusiones, las enfermedades y tasas que más se mencionan relacionadas con la alimentación son, aparte del colesterol y el azúcar: hipertensión, diabetes, anemia, ácido úrico.*

*A. Y ya es que hay cosas por ejemplo eso, a los embutidos, por ejemplo el salchichón casero, ¿no?, que lo hemos hecho este año, buenísimo, pues yo sí, ese sí, ahora que el comprado no porque sé que lleva el de... no sé, el pozo y esas marcas ¿no? (P. Todos son iguales), o el chorizo porque sé que lleva muchísimo tocino aparte de que (M. Lleva mucha grasa) no lo sé, yo es que eso no, y antes también es que tampoco, es que es una cosa a lo que no le...*

*R. Tampoco lleva tanta proporción de tocino, hay algunos que sí pero otros no. El Serafín va a comprarlos y siempre busca los... (E. El que no tenga grasa) los embutidos, el que tenga menos grasa*

*A. El que menos grasa tenga, claro, porque es que*

*P. Es que no es bueno tampoco vivir toda la vida cuidándote de todo, por dios*

*A. ¿No te tienes que privar de nada, de mortadela por ejemplo?*

*P. A mí me gusta la mortadela. ¿O es que no te gusta la mortadela?*

*A. Yo no, para nada*

*P. Ah, pues a mí sí*

*A. ¿Sí? Yo no. Yo, si eso, salchichón si eso, jamón, que es bueno, atún, bonito, por ejemplo, que es con aceite, “oye, esto está buenísimo tía, ¿de qué te vas a privar?”*

*P. Tú, de los embutidos (Mujeres Dúrcal)*

En esta primera parte de la discusión vemos enfrentarse a A – polo legítimo- con P –polo tradicional- en torno a la legitimidad de cuidarse. A está hablando a un tiempo de mantener la figura y del control del colesterol: tiene colesterol “hereditario” y ello le lleva a evitar las grasas. Para P esto es ser demasiado delicada, mirarse demasiado y no saber disfrutar. Normalmente P recibe en estas discusiones –que se repiten varias veces en torno a las mismas oposiciones en el grupo- el apoyo de la mayoría de las participantes. Pero aquí no va a ser así: E, amiga de P y que comparte con ella buena parte de los esquemas y opiniones –entre otras, el rechazo a la vigilancia dietética de A-, se va a poner del lado de A.

*A. No, porque si luego digo, bueno, no, es como ya te digo, las lentejas, le tengo alergia, no sé ni a lo que saben, ¿no?, y es una alergia horrorosa. Yo puedo pensar: “oy, eso está buenísimo, no, yo lo como aunque me ponga malísima”, eh, o sea que no, no me merece la pena*

*E. (hablando a la vez a otra participante sobre P) Ella no puede comerlo y se lo come. Más perjudicada va a salir ella que a la larga... ¿qué?, a la larga se lo cobra*

*P. Por una vez... no es todos los días*

*E. No, Puri. Tú eres un diario*

*P. ¿Un diario...? (tono de negarlo).*

*A. ¿El qué?*

E. La Puri. *Que lo tuyo (a A) es de admirar, sabes que no lo puedes comer y no te lo comes (A. No, no), pero la Puri sabe que no se lo puede comer...*

P. *Y no me lo como todos los días.*

M. *Y se lo come*

E. (Irónicamente) *No, todos los días, no. Un día sí, un día no y el del medio también.*

P. *No, porque yo ahora compro muchos embutidos de pavo. (Mujeres Dúrcal)*

Frente a P, que critica a A de preocuparse demasiado, ahora E pasa a alabar a A: lo suyo es de admirar, se quita de lo que le hace mal; por el contrario, P come lo que no debe y ello le va a perjudicar a la larga. Esto es, E, que comparte con P los esquemas de la *buena boca*, *no mirarse demasiado* y *saber disfrutar*, se diferencia de P en que las tasas ya se consideran algo que tiene que llevar al control y a la restricción alimentaria. Tenemos así tres posiciones enfrentadas: la de A, para quien la restricción alimentaria es legítima casi siempre; la de P, para quien el control es ilegítimo salvo casos de enfermedad declarada u obesidad rampante, y la de E, para quien la restricción es legítima en cuanto hay variación en las tasas. Para E, las tasas elevadas ya equivalen a una enfermedad, y en este caso lo ilegítimo es seguir comiendo lo mismo de siempre. Lo significativo es que al final de la discusión esta definición se impone incluso a la participante más tradicional, a P, que en lugar de insistir en sus esquemas anteriores, pasa a defenderse, arguyendo que es un comportamiento excepcional y, ante el desmentido de E –*lo haces todos los días*– afirmando que compra embutidos de pavo. Esta retirada defensiva de P nos muestra que se ha impuesto como legítimo en todo el grupo el control alimentario a partir del momento en que las tasas se disparan. La desviación de la tasa normal se ha equiparado a una enfermedad y requiere, si no dieta de enfermo, sí al menos un cierto control, ciertas sustituciones. Aquel que persiste en sus prácticas deja de ser una *buena boca* para ser un irresponsable.

El desplazamiento en la definición de enfermedad, por tanto, lleva a una transformación importante de los comportamientos respecto al polo tradicional. En éste, el control de la dieta sólo se impone mientras subsiste la enfermedad; pero, definida ésta como disfunción física perceptible que impide realizar las tareas con normalidad, una vez se acaban los malestares finaliza el control. Además, este control se realizaba buscando el remedio más eficaz a corto plazo –con lo que, si un medicamento lograba el efecto deseado en corto plazo, no había ninguna razón para cambiar la dieta–. En la posición mayoritaria, al incluirse como enfermedad tasas que son predisposición a la enfermedad y que pueden persistir durante largo tiempo, se impone con mayor facilidad la necesidad de controlar la dieta durante largos períodos de tiempo. Ello provoca que en esta posición una diferencia fundamental se establezca entre aquellas mujeres en cuya familia haya o haya habido un *enfermo* –un marido demasiado gordo puesto a dieta por el médico, altas tasas de colesterol o de ácido úrico– y aquellas

mujeres que no han pasado o no estén pasando por esta experiencia. En el primer caso, la vigilancia médica de la dieta termina incorporándose en la rutina familiar, y lleva a un control más estricto de los alimentos, así como a un mayor conocimiento del discurso nutricional –al menos, del relacionado con la enfermedad específica-. Una vez alterada la concepción de la salud y la enfermedad, la aparición de “enfermedades” pone a estas madres en mayor relación con el discurso médico y con su énfasis en la necesidad de llevar un control de la alimentación, actuando así como un motor que desplaza de la concepción tradicional a la del polo legítimo.

#### **2.3.4. APROPIACIÓN SELECTIVA DEL DISCURSO NUTRICIONISTA**

Si, en la concepción de la salud y la enfermedad, la postura mayoritaria se caracteriza por su posición intermedia entre el polo legítimo y el tradicional, lo mismo ocurre en la categorización de los alimentos en relación a la salud: ésta supone una asimilación de preceptos y categorías del discurso nutricional sobre un amplio fondo de categorías procedentes del polo tradicional.

El sistema de categorías con que se abordan los alimentos pone aquí en juego, como en el polo tradicional, los esquemas morales de la buena familia, la buena madre, el orden tradicional. Los alimentos sanos por antonomasia son los alimentos *naturales* y tradicionales que conllevan una fuerte elaboración casera por la madre, esto es, los alimentos que durante décadas han constituido el principal sustento en las familias trabajadoras: pucheros, cocidos, potajes. Estos alimentos –*de cuchara*- reúnen el carácter tradicional, el valor de la buena madre como la que invierte trabajo en cocinar y su carácter energético: son la base del sustento cotidiano. Al reunir todos estos valores a la vez predominan sobre otras elaboraciones también tradicionales –los fritos- que pueden llevar menos trabajo o verse como sustentos menores. Y se oponen por completo a los precocinados, acusados de artificiales, de no incorporar trabajo materno y de ser modernos, no tradicionales.

La importancia de estos alimentos –y de los esquemas que se hallan en la base de su valor- los constituye en verdaderas metonimias de la alimentación sana a partir de las que se juzga el resto: aquí también a estos alimentos se los designa simplemente como *comida*. Estos platos constituyen también la base de las categorías que en un momento pueden ponerse en juego para distinguir los alimentos: la cuchara frente al tenedor, lo caliente frente a lo frío. La cuchara y lo caliente representan la verdadera comida –un niño de cuchara come mejor que un niño de tenedor- y el verdadero valor de la madre: la buena madre presume de poner *caliente* incluso en la cena.

El resto de los alimentos se categorizan en función de su aproximación a lo natural, a lo tradicional, a lo elaborado en casa, al mayor trabajo de la madre. Así, los bocadillos o las tostadas –tradicionales y preparados por la madre- son mejores que los bollicaos. Los guisos son mejores que los fritos –llevan más trabajo-. O las conservas tradicionales –como el atún- son mejores que las conservas modernas.

Ahora bien, el esquema tradicional de alimentación sana se halla en contradicción con una innovación respecto al polo tradicional: la mayor preocupación con la delgadez y la conceptualización de la obesidad como enfermedad. Ello lleva a clasificar como no sanos aquellos alimentos que engordan –especialmente grasas y azúcares-, en contraposición al esquema tradicional que considera a los alimentos energéticos como sanos. La preocupación por la delgadez constituye así un primer motor de asimilación de preceptos del discurso médico sobre nutrición que provoca que la identificación de lo energético con lo sano desaparezca a nivel de enunciados explícitos. Sin embargo, esto plantea una contradicción, pues al mismo tiempo, desde las categorías tradicionales, se identifican las energéticas comidas tradicionales –guisos, pucheros, cocidos- como modelos de comida sana. Mientras que la conjunción de los esquemas natural / artificial y graso / ligero puede servir para arrojar el máximo oprobio sobre los productos *artificiales* grasos (como las hamburguesas o las patatas fritas congeladas) y para ensalzar los productos *naturales* ligeros (como las verduras o las ensaladas), ¿qué ocurre con los productos *naturales* grasos, como los cocidos con su pringá? La solución a este dilema viene nuevamente de la separación entre los estados de salud y enfermedad: la *comida*, el *cuchareo* es sana en estado de salud, pero puede ser no sana cuando se toma en cuenta el peso o el colesterol. La tensión entre los esquemas contrapuestos a aplicar se traduce así en una ambivalencia significativa a la hora de categorizar: el mismo alimento puede ser conceptualizado, en función del marco que se aplique en la ocasión, como sano o como no sano.

Esta ambivalencia entre las categorías tradicionales y el discurso médico se produce también en las formas de apropiación, asimilación e interpretación del discurso médico sobre nutrición.

El discurso médico sobre nutrición se ha convertido en las últimas décadas, merced a la creciente legitimidad del discurso médico entre las clases populares, en un elemento central de la cualificación de la buena madre. Señal de ello: las participantes de los grupos de discusión compiten por mostrar sus conocimientos dietéticos -adquiridos, tanto en contacto directo con profesionales de la salud, como a través de conversaciones, publicaciones, programas de televisión, etc-. Otra señal de la legitimidad del discurso médico: en las discusiones sobre alimentación infantil,

se menciona a médicos y farmacéuticos como autoridades legítimas, nunca a las propias madres de las participantes. Vitaminas, grasas, calcio, fibra, minerales: estos términos aparecen corrientemente en la conversación, junto a los más variados preceptos tomados del discurso médico. Su conocimiento no es tan exhaustivo como el de las participantes del polo legítimo, pero dista mucho del desconocimiento del polo tradicional. Ahora bien, este conocimiento está marcado, tanto por la división tradicional de género, como por la separación entre los estados de salud y enfermedad.

Ambos factores se ven claramente en lo que son los tres dominios principales de conocimiento dietético: la alimentación ligada a enfermedades comunes –destacando la diabetes, gota, anemia, hipertensión, estreñimiento- o a las tasas más habituales<sup>54</sup> –colesterol, azúcar, hierro-; la alimentación de los niños pequeños –que supone constantes visitas al pediatra-; la preocupación por la delgadez. Esto es, los dominios donde el conocimiento nutricional es más exhaustivo son aquellos ligados a la función tradicional de la mujer como cuidadora de la salud familiar y de los niños, y aquellos ligados al mantenimiento de una figura atractiva –que en la división tradicional de género, es preocupación fundamental de la mujer-.

La persistencia de la división tradicional de género, junto a la creciente legitimidad del discurso médico sobre nutrición<sup>55</sup>, provoca que el conocimiento nutricional de las mujeres sea superior al del resto de la familia. En primer lugar, porque esta división tradicional les asigna el papel de enfermeras de la familia: ellas son las que han de cuidar al resto de miembros de la familia cuando están enfermos, las que llevan a los niños al médico, las que están pendientes de la salud del marido y de que vaya al médico, así como de que siga las prescripciones. En segundo lugar, por su función central, cuando no exclusiva, en la alimentación familiar: ellas son las que seleccionan y elaboran la comida que consumirá el resto de la familia y, por tanto, las primeras en estar al tanto de las necesidades alimenticias especiales de los distintos miembros de la misma –tanto en caso de enfermedades como en la vida cotidiana-. La conjunción de estas dos funciones las convierte en el punto neurálgico de la información sobre salud y nutrición de la familia -así, una mujer puede hacer dieta y su marido apenas tener conocimiento de en qué consiste exactamente esa dieta; pero si un marido se ve

---

<sup>54</sup> Así, en los grupos se relaciona constantemente el colesterol con la grasa, con los huevos, con la falta de ejercicio, o se propone lecitina de soja para bajarlo; se repite que la fibra es buena para el estreñimiento –y se mencionan tipos de pan o de vegetales con mucha fibra-; o se critican las dietas de adelgazamiento basadas en la ingesta de carnes por ser perjudiciales para el hígado.

<sup>55</sup> Visible, como hemos señalado, en la sustitución de la madre por el pediatra como principal fuente de información en la alimentación y cuidado de los niños más pequeños. Esta sustitución significa que el discurso de la madre ya no es valorado en términos tradicionales de experiencia: a la legitimación de los conocimientos por la experiencia o por la tradición –siempre lo hemos hecho así- le sustituye la legitimación científica de la medicina.

obligado por el médico a hacer dieta, la mujer ha de conocer exhaustivamente qué tipo de alimentos ha de cocinar y de qué forma<sup>56</sup>.

A su vez, la preocupación por la delgadez, generalizada entre estas mujeres, no sólo por la división tradicional de género, sino fundamentalmente por la tensión entre un modelo corporal (estético y médico) delgado y un habitus alimentario popular –esto es, con gusto por los alimentos energéticos-, se convierte en un ariete para la penetración del discurso nutricional. La constante batalla por adelgazar, por luchar contra el habitus alimentario, lleva a una atención selectiva también constante sobre aquellos conocimientos nutricionales que tengan que ver con la ganancia o pérdida de peso<sup>57</sup>. A partir de aquí, términos como grasas o hidratos de carbono, y la composición diferencial de los alimentos en estos componentes, se vuelven habituales en la categorización de los alimentos.

Las dinámicas descritas provocan una familiarización creciente, entre las mujeres de clases populares, con el discurso médico sobre nutrición, así como la constante búsqueda de nuevos conocimientos en este dominio<sup>58</sup>. Pero a su vez nos explican su carácter fragmentario. Este se debe a dos razones principales.

La primera es su modo de adquisición. Frente a la adquisición escolar de conocimientos, los conocimientos nutricionales se van adquiriendo en ocasiones muy distintas –enfermedades familiares, alimentación de niños pequeños, intentos de dieta- a partir de fuentes muy diversas –especialistas de la salud, conversaciones, medios de comunicación...-. Por un lado, la atención selectiva del receptor de la información se dirige fundamentalmente al problema concreto que se tiene en mente en ese momento. Por otro lado, los diversos emisores de información suelen ofrecer fragmentos de conocimientos ligados a la ocasión concreta: ya sea el médico o el farmacéutico en relación a la consulta que tiene lugar en ese momento, ya sean los medios de comunicación que ofrecen, por la propia lógica mediática, informaciones concretas, descontextualizadas, *fáciles de digerir*.

---

<sup>56</sup> Es el caso, por ejemplo, de la participante R en el grupo de Dúrcal: su marido fue puesto a dieta por el médico por su obesidad extrema. A partir de aquí, aunque tenga poco conocimiento sobre otras partes del discurso dietético, conoce muy bien cómo hacer dietas bajas en calorías, qué tipo de alimentos hay que propiciar o evitar, así como qué tipo de preparaciones son las más adecuadas.

<sup>57</sup> Esta atención selectiva al problema de la delgadez es tan fuerte –y los discursos sobre el problema de la obesidad tan predominantes en el discurso nutricional- que en muchos casos se asimila dietética o conocimiento nutricional a dieta para adelgazar.

<sup>58</sup> La cualificación dietética se integra con la de “saber cocinar” como valor de la buena madre y lleva a una constante búsqueda de conocimientos en este dominio, tanto en conversaciones –con amigos, con especialistas- como en revistas y programas de televisión –entre los que “Saber vivir” es el más mencionado-. Esta integración del conocimiento dietético y de la habilidad culinaria como cualificaciones de la buena madre se ven en el hecho de que en las conversaciones se mezclan los programas de dietética con los de cocina –que, a su vez, suelen mezclar también recetas y consejos dietéticos-.

La segunda es la persistencia de una división fuerte entre los estados de salud y enfermedad. Esta se ve en el hecho de que las ocasiones principales de adquisición de conocimientos sobre nutrición sean las enfermedades familiares. Pero también en el hecho de que subsiste la concepción de alimentos-remedio (a tal problema, tal alimento como medicamento o tal alimento a evitar<sup>59</sup>): esta concepción provoca que la atención selectiva se dirija hacia preceptos sueltos que den soluciones a problemas concretos.

A su vez, estos conocimientos que no forman un conjunto sistemático son apropiados de forma diferencial en función de que engranen o no con esquemas anteriores.

Por una parte, aquellas consignas dietéticas que se corresponden con esquemas anteriores son inmediatamente asimiladas, reforzando los esquemas previos. Así, se recogen inmediatamente las prescripciones dietéticas que subrayan la bondad de los alimentos tradicionales: se acepta sin discusión que son mejores los bocadillos que los bollicaos, se alaban en varios grupos los “desayunos sanos” en el colegio a base de pan con aceite, se alaba al aceite de oliva como alimento sano por excelencia o se insiste en que las legumbres –principal sustento de la cocina tradicional- son muy buenas porque tienen fibra<sup>60</sup>.

Por otro lado, cuando las consignas dietéticas se oponen a esquemas previos, se rechazan o reinterpretan. Ello ocurre cuando un alimento es desplazado del orden habitual en las comidas<sup>61</sup> y, especialmente, cuando pone en cuestión los alimentos tradicionales o el esquema de la alimentación *natural*. Así, los embutidos tradicionales son malos cuando se está gordo o se tiene el colesterol alto, pero, alimentos de toda la vida, no se ve que puedan ser malos en la alimentación cotidiana; o la leche desnatada o semidesnatada es cosa de enfermos: la verdadera leche sería la entera o mejor, la de granja, más natural. Este rechazo de prescripciones concretas del discurso médico puede encontrar un apoyo fundamental para justificarse en la incoherencia del mensaje que se rechaza con otros anteriores o posteriores: antes decían que los huevos eran malos, ahora que no, así que voy a comer lo que quiera. Serían las empresas comerciales las que manejarían los preceptos nutricionales –alabando o denostando determinados productos- en función de sus intereses. Este argumento, que tiene

---

<sup>59</sup> Así, son constantes las alusiones a alimentos o combinaciones que adelgazan o engordan, a alimentos que bajan el colesterol (como la lecitina de soja), buenos para la anemia (el hígado o las lentejas con arroz), malos para la diabetes (el azúcar) o la hipertensión (la sal), etc.

<sup>60</sup> La asimilación fragmentaria de los conocimientos nutricionales, junto a su fusión con esquemas previos, puede llevar a múltiples confusiones. Así, una participante afirma que hay que evitar el aceite de oliva cuando se tiene el colesterol alto. En este caso, la asimilación de colesterol a obesidad y de ésta a grasas lleva a identificar el aceite de oliva como grasa y, por tanto, como malo para el colesterol. Asimismo, se puede asimilar lo que el discurso nutricional diferencia: así, la tostada con mantequilla o con aceite de oliva pueden verse como equivalentes –ambas son tostadas tradicionales frente al bollicao-.

<sup>61</sup> Así, en Dúrcal, ante la afirmación de la participante vegetariana de que es mejor comer la fruta de merienda y no de postre, el grupo reacciona negativamente: la fruta se identifica como postre y nadie entiende por qué ahora no va a ser así.



bastantes elementos reales de apoyo (Levenstein, 2003), presenta aquí una utilidad estratégica: se utiliza para defender, contra los preceptos del discurso nutricionista, los esquemas tradicionales, los gustos propios, las prácticas efectivas. En otras palabras, el argumento sólo se aplica para rechazar aquellas prescripciones que chocan con esquemas previos, con el propio gusto o con consideraciones de orden práctico; nunca se aplica cuando el alimento objeto de prescripciones contradictorias es concebido como sano y sabroso. Así, si antes decían que no había que tomar mucho aceite de oliva y ahora dicen que sí, eso no impugna la prescripción actual –el aceite de oliva es sano, natural y está marcado como signo de identidad nacional-, sino que pone en cuestión a los que cuestionaron a nuestro alimento tradicional.

## **2.4. MUJERES TRABAJADORAS**

Las mujeres que trabajan fuera del hogar comparten muchos de los esquemas de salud y de alimentación sana de la posición mayoritaria. Sin embargo, el hecho de trabajar fuera del hogar introduce tensiones importantes en la gestión doméstica, lastrada por la escasez de tiempo disponible. Estos comportamientos, a su vez, van a incidir en los esquemas de categorización de la alimentación sana: aquí, como en las otras posiciones, para comprender estos esquemas hemos de ponerlos en relación con el valor de la buena madre y con las estrategias por adecuar las categorías de buena alimentación a los comportamientos efectivos, de manera que éstos se vean legitimados.

### **2.4.1. “VAMOS A LO PRÁCTICO”**

El acceso al mercado de trabajo de las mujeres de clases populares no ha venido acompañado de una redefinición correspondiente de la división sexual del trabajo doméstico: aunque los hombres comiencen a asumir algunas tareas –en grado muy variable en las distintas familias-, la mayor parte de la carga doméstica sigue cayendo en las mujeres. La jornada diaria se convierte en una carrera contrarreloj que lleva a adoptar múltiples estrategias para ahorrar tiempo. La “doble jornada” no es posible, así que hay que reducirla por donde se puede, convertirla en “jornada y media” a base de abreviar el tiempo dedicado a las tareas domésticas.

En el ámbito alimentario, la escasez de tiempo lleva a dos tipos de estrategias distintas. Por una parte, estrategias de racionalización de las tareas: se aprovecha el fin de semana para elaborar comidas que se congelan para la semana, la compra

cotidiana en la tienda es sustituida por compras semanales en los hipermercados, el pan se compra para varios días y se congela, se cocina más cantidad de la necesaria inmediatamente para congelar una parte, se recurre a freidoras y microondas... Por otra parte, se externaliza el trabajo de la cocina mediante el recurso a productos elaborados o semielaborados en el mercado –recurso exigido y posibilitado a la vez por el trabajo asalariado: se dispone de menos tiempo y de más dinero-: se compra la verdura congelada –lavada y cortada-, se recurre a todo tipo de alimentos preparados o semipreparados industrialmente –latas, congelados-, en ocasiones, se compra la comida ya hecha –pollo asados, pizzas, pescado frito- para consumirla en casa... La consigna es “*vamos a lo práctico*”. Forzadas por las circunstancias, estaríamos obligadas a comer constantemente productos calificados –desde el esquema que identifica lo sano como lo natural y lo tradicional- como no sanos. Lo sano se opondría así a lo práctico: una oposición donde cotidianamente vencerían los factores prácticos.

*“V- Yo creo que ha cambiado muchísimo, en el aspecto de cómo comíamos cuando éramos pequeñas, lo que nos daban de comer nuestros padres, al ritmo de vida que llevamos ahora, que en verdad comemos más bien estilo americano, yo lo digo por lo menos por mí, que estoy todo el día trabajando en la calle, porque yo vendo productos de cosmética y cosas de esas y estoy todo el día en la calle, y entonces hay días que no me da tiempo comer en casa, donde me pilla, lo mismo comes en macdonald, que comes en un bar, que... y entonces la comida suena más bien mal, porque no se come comida sana, incluso cuando estás a régimen vas a un bar y la mitad de las cosas que tú piensas de que puede haber a la plancha, pues no, y además si pides un filete a la plancha te viene acompañado de patatas aunque le digas que no, pues entonces, no. Yo creo que la comida sana no, yo particularmente, poco. Además lo hacemos más para los niños pero para nosotras no usamos comida sana, porque yo intento que mis hijos coman comida sana pero como yo estoy en la calle, pues yo como lo primero que me pilla” (Mujeres a dieta, Sevilla)*

*“E. Claro, claro que sí. Yo como todos los días el almuerzo caliente, o cocido, o lentejas, o chicharos, o potaje, o carne con papas, o arroz con pollo, como hemos hecho hoy, arroz con pollo*

*V. No, si mis hijas sí lo comen*

*E. Por la noche, un filete*

*V. Mis hijas sí lo comen, la que no lo come soy yo, mis hijas sí porque a mis hijas se lo dejo yo preparado, (-ya, ya) yo me sacrifico en mí, pero en mis hijas sí, aunque no me acueste, lo que pasa es que yo no voy a casa a comer, porque a lo mejor a la hora de estar en casa estoy en Jerez, o estoy en Cádiz o estoy en Huelva, y te paras en un bar si voy con alguien, que si voy sola me puedo llevar un*

*día sin comer, cuando llegas pues te comes a tu marido por los pies si hace falta”  
(Mujeres a dieta, Sevilla)*

Este predominio de lo práctico no implica que se renuncie por completo a acercar el comportamiento cotidiano a lo que se cree sano, tanto en su propia alimentación como, sobre todo, en la de los hijos. Aquí nos encontramos nuevamente con el esquema de la buena madre entregada: el tiempo escaso puede justificar descuidar la alimentación cotidiana, pero este descuido se produce en primer lugar en la propia madre, mientras que con los hijos está mucho menos justificado. El esquema de la entrega funciona así para poner un orden de prioridades dentro de la tónica general de “ir a lo práctico”: se va a lo práctico en primer lugar con la alimentación propia, y sólo en segundo lugar con la de los hijos. La buena madre no podría alimentarse mejor que sus hijos y estaría dispuesta a robarle tiempo al sueño o al fin de semana para hacer las comidas que considera que sus hijos deben de comer. Asimismo, intentaría educar a los hijos para acostumbrarles a comer los productos que se consideran sanos<sup>62</sup>.

*- Pero es que no somos como eran nuestras madres antes, de comer, muchas veces con tal de no escucharlos...*

*3- Eso te iba a decir, es que no te complicas, es que no te quieres complicar; las cosas como son, tenemos la culpa nosotras, es que no te quieres complicar*

*4- Exactamente, por no escucharlos. Que yo recuerdo que una vez a mí mi madre me puso tortilla de patatas y se me metió en las narices que yo no quería tortilla de patata, y cuando yo me había comido tortilla de patatas de toda la vida; dice “¿que no quieres?, ah, muy bien, que no quieres, pues eso es lo que hay”, todo esto cenando; a la mañana siguiente tenía más hambre, me puso..., me va a poner un vaso de leche, corriendo, dice “jeeeh, la tortilla de patatas de anoche!”; ¡y no me la comía rápido para que me diera después el vaso de leche!*

*- Que ha habido madres que dicen “¿no quieres lentejas?, bueno, pues para la merienda, lentejas”, y si no has querido pues para la cena, hasta que te la has comido y si no, no te va a dar otra cosa*

*4- Sí, pero llega un momento, eso, que a lo mejor hace... el mediodía o a la tarde, o a la noche, y tú “¿se va a acostar sin cenar?”, “anda, niño, toma ya, vete un yogur y vete a la cama aunque sea”*

*- La culpa la tenemos nosotras, la culpa la tenemos nosotros, se lo damos todo*

*4- Exactamente; y es por eso, que ni tenemos paciencia ni tenemos ganas porque estamos muy hartas de trabajar, hartas de aguantar...*

*- Son circunstancias de una, claro*

---

<sup>62</sup> Así, todas están de acuerdo en que los lácteos son sanos para los niños, y recurren a todo tipo de ardidés para que los niños los coman, especialmente a la sustitución por otros productos. Se puede obligar a los niños en determinados casos a comerse lo que rechazan cuando se considera que es algo sano, como las lentejas. Se puede evitar comprar cocacolas, para que los niños tomen zumos naturales en casa, o intentar que el hijo se lleve al colegio bocadillos en vez de bollicaos.

- Son circunstancias que llevan a cada cosa

4- Exactamente. Y antes tenían más paciencia, tenían más... yo qué sé...

2- Además que los niños eran diferentes, eh.

- También

4- Antes te miraban y no sabías donde te ibas a meter; ahora los mueles... Primero que no los puedes moler a palos porque te denuncian (se ríe), eso lo primero; y segundo, que pasan de ti olímpicamente (Mujeres trabajadoras, Sevilla)

Sin embargo, estos intentos son mucho más limitados que en el caso de las amas de casa, y el grupo de trabajadoras enseguida está dispuesto a matizar: cuando no se dispone de tiempo ni de paciencia porque una está cansada del trabajo, una no puede estar bregando con los hijos y termina yendo a lo cómodo. El trabajo de educar a los niños a *comer bien* requiere tiempo y paciencia: hay que saber resistirse a sus demandas, realizar trabajo extra para *disfrazar*, acumular paciencia para no ceder ante su oposición... Este trabajo choca con la falta de tiempo y el cansancio que suponen la doble jornada. El resultado es una cesión continuada a los deseos filiales que termina consolidando la posición de los hijos –que irán ganando terreno progresivamente-. Las cesiones puntuales a sus deseos por razones de tiempo y de falta de energía terminan convirtiéndose en derechos de los hijos, que a medida que crecen van consolidando un espacio de resistencia mayor ante el que la madre encuentra cada vez más difícil oponerse. La consecuencia de esta dinámica es un crecimiento, con la edad, de la resistencia filial que hace cada vez más costosos los intentos de imposición de comidas. En esto, todas coinciden: a medida que los hijos crecen son más *difíciles*, más *caprichosos*. Así, con el tiempo, puede llegarse a que los hijos rechacen comer cualquier tipo de verduras, o a que el deseo de que coman frutas tope con los deseos fluctuantes de los hijos. Los gustos familiares se presentan así como otra imposición cotidiana, como una circunstancia objetiva contra la que no se puede luchar.

3- *Sí, ahora, lo que tú dices, pero antes de entrar a clase, por ejemplo el mío, antes de entrar a clase ya va comiéndose el “kinder bueno”, o lo que sea se lo va comiendo; “pues esto tiene leche, mamá”; “pero eso no es la leche”; “Sí, eso tiene leche”. Y ahora en el colegio sí, tengo, cada día tengo... un día bocadillo, otro día tengo yogur... porque en el colegio es así; allí los tengo las monjas y entonces cada día tienen ellas allí un cuadrante, que es lo que tienen que llevar; fruta, un día toman fruta, la que te dé la gana. Pero eso otra cosa, que las monjas son muy jodías, cogen la piel, piel lavada, y se lo manda con la piel, que se lo tiene que comer con la piel, a no ser que sea la naranja, pero naranja de momento no mando yo a mi hijo porque si no se puede poner que no veas...*

- Yo le he echado mandarinas

3- ... pero... no, eso te puede poner de grana y oro. Así que., lo que es la... la esa en el colegio pues sí pero una vez que llega a casa ya... no es lo mismo

- Comen lo que quiera

- Los míos comen poca fruta desde luego porque... si pongo fruta tengo jaleo

- Mis hijos tiran más a los yogures

- Los míos les compro plátanos nada más

3- El mío el yogur el día que toca en el colegio, el día que toca en el colegio, en casa no toca yogur; ni yogur, ni leche, ni nada de nada

- No, en mi casa intento meterle yogur porque los niños la leche no la huelen...

- Yo, mis hijos el colacao por la mañana nada más, luego después ya... el yogur de mediodía y el yogur por la noche; digo "a ver si come plátano, frito o algo..." (Mujeres Trabajadoras, Sevilla)

Esta constante oposición de los hijos, junto al enorme peso de los factores prácticos, lleva a tres tipos de comportamientos: a) disminución de los estándares de lo que se considera sano para poder cumplir con ellos; b) delegación de la labor de alimentar sano a los hijos en otras instancias; c) renunciias cotidianas a intentar alimentar a los hijos de acuerdo a lo que se considera sano. Esto se ve perfectamente en la cita anterior. La participante 3 delega en el colegio la imposición de comer sano: allí sí comen lo que mandan las monjas, en casa se niegan; la delegación al colegio compensa la renuncia en el hogar. Pero además, toma en cuenta siempre los elementos prácticos: naranjas no, que se manchan. Otra participante señala directamente la renuncia ante la oposición de los hijos: fruta no, porque si no, tengo jaleo. Y las otras intervenciones nos señalan el otro tipo de estrategia: bajar los estándares de comida sana; si no comen todo tipo de fruta, al menos un tipo de fruta que acepten; si no comen plátanos crudos, al menos fritos<sup>63</sup>.

La oposición filial lleva así constantemente a un relajamiento de la categorización de lo sano: en vez de comer varias clases de frutas, basta con comer de una clase –aunque sea frito–; en vez de todo tipo de lácteos, cualquier lácteo puede servir para cumplir con la prescripción de que los niños han de tomar lácteos; es más, se puede renunciar a la distinción entre natural y artificial, imponiendo al niño comerse natillas industriales o, para evitar que los hijos consuman refrescos industriales, se les compra -en vez de hacer zumos naturales- zumos de brick. Un relajamiento que se produce también en relación a los espacios de control: así, si comen sano en el colegio, que coman lo que quieran en casa; o: en casa podemos obligarles a comer algo sano,

---

<sup>63</sup> Esta intervención nos muestra también un elemento común con la posición mayoritaria y con la tradicional: la creencia de que las formas de elaboración no alteran las propiedades del alimento.

en la calle nunca, aquí renunciamos por completo a controlar lo que comen<sup>64</sup>.

Si la oposición de los hijos se une a los imperativos prácticos para imponer renuncias cotidianas a acercar el comportamiento filial a lo que se considera sano, cuando se trata de la propia alimentación, la renuncia puede justificarse con mucha mayor legitimidad: la buena madre no mira por sí misma. Y aquí, junto al predominio de lo práctico juega otro factor importante: el habitus alimentario, los sabores que se consideran buenos. A partir de las categorías del discurso médico sobre nutrición<sup>65</sup>, el grupo puede defender que es mejor la comida sin sal que la salada, comer verduras que comer grasa... Esto se ve imposible en la realidad: a nosotras nos gusta la comida sustanciosa, la carne, *la pringá*. Nuestro habitus alimentario –y el de nuestra familia- juega en contra de los intentos de introducir alimentos sanos: así, podemos comprar yogures desnatados para evitar engordar, pero tenemos que echarles azúcar, o podemos intentar llevar una dieta a la plancha, pero terminamos aburridas y la dejamos. Así, la adecuación a la norma dietética se encuentra aquí, como en la posición mayoritaria, con un obstáculo corporal: el habitus alimentario de clases populares. Este habitus, estas condiciones del pasado hechas cuerpos presentes, supone una fuerte resistencia objetiva –por la mediación de los sabores- a seguir dietas basadas en el discurso médico sobre nutrición.

4- *“Llama al telepizza”, “ahí hay pizzas congeladas, vamos a hacer una”, “no, yo quiero la del telepizza”; pero es por lo regalos que le traen, por la chuminada”. Y el telepizza, ¿cuándo hemos comido nosotros pizza? En la vida. Porque la masa esa antes la harían para el pan, digo yo. Y hoy en día es eso, mucha comida rápida...*

1- *El fin de semana prácticamente... pizza, lo que se suele comer en muchas casas*

- *Yo es que los míos no la quieren, los míos se comen la base con tomate sólo...*

- *Yo, mi marido no, mis hijos le gustan pero... yo les compro la masa y digo “vosotros echarse lo que quiera... (hablan varias a la vez)*

- *... acaso vamos a la casa de mi hermana o van a casa de alguien y se comen la pizza...*

---

<sup>64</sup> El rebajamiento de los estándares se puede dar también en relación a los sabores: los sabores industriales pueden ser malos sabores, pero una pequeña componenda basta para acercarlos a los naturales. Lo muestra bien la siguiente intervención en torno a los callos –de lata- con garbanzos –de bote-: *cociendo a fuego lento la mezcla se lograría que cogieran sabor (como veremos más adelante, una de las características de la cocina natural es la cocción lenta)-: “3- Es que llega un momento en el que tú dices “bueno, ¿qué pongo hoy?”, porque a lo mejor tú te has puesto a hacer cosas de comer, como yo he hecho... Prefiero éste, gracias. Que me he puesto a hacer cosas de comer y a lo mejor me he quedado corta “¡Ay! Entonces, ¿qué hago? ¡Ay!, Miguel, ¿qué plato le pon...?”; mi marido que esto... pues mira, la lata, acudo al bote de los garbanzos, los paso por el grijo (risas), porque es verdad, salen espuma, los enjuago bien... (- Parece un bote de mistol) Ahí está; abro lo otro, así, abro la lata, y la echo, la pongo en el fuego lento porque al menos, que sepa a algo” (Mujeres trabajadoras, Sevilla)*

<sup>65</sup> Como ya hemos señalado, las mujeres trabajadoras comparten con la posición mayoritaria de amas de casa la síntesis y alternancia de dos esquemas sobre alimentación sana: el tradicional y el discurso médico sobre nutrición.

- *Yo no, yo la pizza la hago para ellos...*
- *A mí me da igual, pero mi marido ni olerla, vamos, a mi marido no le puedo poner yo pizza (Mujeres trabajadoras Sevilla)*

Las dinámicas descritas provocan que la alimentación cotidiana responda, en estas familias, a dos consideraciones fundamentales: la escasez de tiempo y los gustos familiares. Las consideraciones de salud ceden frente a los problemas de gestión cotidiana: hacer comida, en el tiempo de que se dispone, que no sea rechazada ni por el marido ni por los hijos<sup>66</sup> –lo que supone, en muchos casos, dados los gustos dispares del marido (más tradicional) y los hijos (más propensos a pizzas, pasta<sup>67</sup>...), duplicar el trabajo-. Así, se puede discutir sobre comer pizzas: la discusión no versará sobre sus características dietéticas –en todo caso, se las ve, comidas modernas, como menos sanas que las tradicionales-, sino fundamentalmente sobre los gustos familiares y consideraciones prácticas como el precio: en función de esto, se decidirá comprar o no, dejar que los hijos echen los ingredientes, comprar para los hijos y hacer otra comida al marido... O, si se discute sobre congelados, el principal factor de decisión entre comprar un producto congelado o fresco es el gusto: se suele comprar el congelado porque es más práctico, pero cuando un sabor se aprecia fresco, se evita el congelado.

De esta manera, si por un lado se va a lo práctico, a ahorrar tiempo, por otro, este ahorro de tiempo es mucho mayor cuando están en juego consideraciones de lo que se consideran alimentos sanos. Cuando lo que está en juego es el sabor, se puede invertir una mayor cantidad de trabajo con tal de conseguir comidas que se consideran sabrosas<sup>68</sup>. El sabor triunfa sobre lo práctico sobre todo porque pone en juego varios elementos. En primer lugar, el estatus de la buena madre, que aquí, como en la posición tradicional y en la posición mayoritaria de amas de casa, se basa en hacer comidas que halaguen el paladar de marido e hijos. En segundo lugar, la dificultad de imponer comidas a los hijos, junto a la casi imposibilidad de imponerla al marido, lo que lleva, en muchos casos, a tener que hacer comidas distintas para los distintos miembros de la familia.

---

<sup>66</sup> *Este predominio de los sabores familiares dentro de lo que se considera práctico se ve bien en la reacción del grupo de mujeres trabajadoras a una intervención del investigador -que transcribimos en el siguiente epígrafe-. Tras más de una hora de discusión, el investigador le señala al grupo: sólo habláis de vuestros hijos. Y el grupo responde: es que estás todo el día pensando en lo que les gusta a los niños. El gusto de los hijos es el determinante principal de las comidas, al no ver posibilidad de imponer, al querer evitar conflictos, y al querer agradecerles.*

<sup>67</sup> *Como se verá en el capítulo dedicado a los jóvenes, estos tipos de alimentos se han conformado como alimentos ligados a las clases de edad infancia y juventud. En esto ha desempeñado un importante papel la propia industria alimentaria (Schlosser, 2003).*

<sup>68</sup> *Ello no obsta para que, forzadas por la carencia de tiempo, también renuncien en ocasiones a los sabores preferidos. Así, a pesar de que todas coincidan en que el tomate frito casero es mucho más sabroso que el industrial, pueden recurrir a éste con frecuencia dado el considerable ahorro de tiempo que supone –e incluso quejarse de que los hijos prefieran tomate frito casero-.*

Sin embargo, sería demasiado simplificador concluir que este grupo renuncia a todo intento de hacer alimentación sana en lo cotidiano. Ya habíamos visto antes que también se daban aquí intentos de adecuar la comida a lo que se considera sano – concebido fundamentalmente en términos de natural, elaborado en casa, tradicional-. Podríamos representar las elecciones culinarias cotidianas como un juego de tensiones donde se hallarían implicados: a) los gustos familiares, que a su vez pueden ser coincidentes o divergentes; b) los aspectos prácticos –fundamentalmente, la disposición de tiempo, pero también el cansancio, el precio-; c) los esquemas de alimentación sana. Este triángulo sería muy similar al que decide las elecciones culinarias del polo mayoritario. La diferencia estriba en la menor disposición de tiempo debida al trabajo fuera del hogar y en la mayor resistencia filial. Ello lleva a un peso mucho mayor de los aspectos prácticos y de los gustos filiales, junto al subsiguiente debilitamiento de las razones de salud. Los gustos filiales se convertirían en el determinante principal de muchas de las elecciones culinarias, por encima de consideraciones de salud –muy debilitadas- y en algunos casos de los aspectos prácticos. A igualdad de gustos filiales, se pueden elegir los alimentos que las madres consideran naturales –cuando el trabajo extra no se resiente como excesivo-, pero también, si las razones prácticas cobran peso, los alimentos que las madres consideran menos naturales<sup>69</sup>. Por su parte, la elección de alimentos que se consideran sanos se produce especialmente cuando no se halla en contradicción con los gustos familiares y cuando no supone una carga de trabajo extra que se resienta como excesivamente elevada<sup>70</sup>.

---

<sup>69</sup> Así, aunque se consideran más naturales los fiambres recién cortados, frente a los envasados en plástico –tienen una baba sospechosa de química-, se compran por razones prácticas los envasados.

<sup>70</sup> Podemos ver bien el funcionamiento de este triángulo de elementos que pesan en la gestión cotidiana en la comparación entre dos productos: el tomate frito y las patatas fritas. En el primer caso, se resiente el trabajo de hacer tomate frito casero como pesado y costoso en tiempo. Ello provoca que la elaboración de tomate casero se halle en función de los gustos filiales: cuando les gusta y hay tiempo, se hace tomate casero, que se considera más natural, más sano y con mejor sabor; por el contrario, cuando prefieren el de lata, éste es el que se come –e incluso se puede llegar a imponer el de lata por razones prácticas contra el gusto de los hijos-. En el caso de las patatas fritas, se considera que la diferencia de tiempo de trabajo entre las frescas y las congeladas es mínima, a la vez que se desconfía profundamente de esas patatas congeladas que dejan residuos sospechosos en la sartén. Ello lleva a que se intenten imponer las frescas; las congeladas sólo se utilizan cuando hay una oposición filial fuerte a las caseras.



## 2.4.2. LA DIFÍCIL POSICIÓN DE LA BUENA MADRE TRABAJADORA

Buena madre es la que trabaja por la familia y se entrega a ella poniendo los intereses familiares sobre los suyos propios. Buena madre, en el terreno alimentario, es la que dedica todo el tiempo y esfuerzo necesario para elaborar comidas a la vez sanas y sabrosas. Este esquema de base, como vimos, es central en las madres de clases populares. Sin embargo, en estas madres trabajadoras la escasez de tiempo empuja hacia la *comodidad* en las tareas domésticas y en la cocina, y a renunciar en muchos casos a cocinar las comidas que se cree que se deberían hacer. La situación de la madre trabajadora las coloca en una difícil posición frente al esquema popular de la buena madre. Esta tensión es fundamental para entender sus discursos sobre el trabajo femenino, pero también para entender sus posicionamientos frente a la relación entre alimentación y salud.

*- DE TODAS FORMAS, OS HE PREGUNTADO POR LA ALIMENTACIÓN SANA Y HABÉIS HABLADO TODO EL TIEMPO DE VUESTROS HIJOS*

3- *Además, verdad*

*- Que... porque... no sé el porqué, porque tú no echas cuenta; porque es verdad, yo soy de los que co... yo como lo que mis hijos dejan; como decía ella, yo soy de las que no me siento con tal de recoger la cocina antes de irme; entonces voy, traigo los platos de la mesa y te co... no me paro a sentarme yo tranquilamente a comer, pues no*

*- O comes en la cocina, con el plato así (gesto: sobre las piernas). Sí, sí, es así, es verdad; o mientras estás haciendo la comida estás comiendo, cuando te has dado cuenta ya no tienes ganas de comer, ya lo único que te lías a terminar de la cocina y...*

*- Yo en mi casa, en mi casa ¿sabes qué pasa? En mi casa cuando más se come, más tranquilo se come, es de noche; yo, mucha gente "es que yo esta noche me he tomado un filetito..."; no, en mi casa no, porque en mi casa mi marido no viene a comer, a mediodía; los niños comen viendo los dibujitos y yo como en la cocina, entonces cuando nos sentamos tranquilamente es de noche; que muchas veces dices "¡ojú, que hartón de comer me he dado!". Y es que... yo es que al mediodía como de pie y corriendo; para... seguir la marcha tuya otra vez*

*- Claro*

2- *Aparte que es eso, que... estamos pensando en la comida pero... pensando en lo que... en los niños; en lo que quie..., en lo que le gusta a los niños, en lo de...*

*-No, que si por ti fuera la mitad de los días ni comías, te haces un bocadillo... (se ríe) (- El bocadillo...) ¡Oh, si yo fuera por mí, yo no guisaba!*

*- No comías*

2- *... si fuera para ti. Es como, mira, yo por ejemplo, las albóndigas, las que vienen hechas ya, que no hay nada más que freírlas; si fuera por mí, yo no liaba ni una bola, ¡ni una! (Mujeres trabajadoras Sevilla)*

El esquema de la buena madre como madre sacrificada persiste en este grupo. Como muestra la cita anterior, estas madres tienen siempre en el pensamiento a sus hijos: todas sus elecciones culinarias, todo su trabajo en la cocina, están en función de ellos: de lo que comen y de lo que rechazan. Y esta dependencia de los gustos filiales se presenta como una entrega: si fuera por ellas, comerían todo precocinado, industrial; la buena madre no mira por sí misma, sólo por sus hijos. Todo el trabajo que realizan en la cocina es un trabajo entregado, un don a la familia.

Pero, por otra parte, el esfuerzo desplegado es en muchos casos menor al de las amas de casa o al de sus propias madres. El cansancio y la falta de tiempo provocan que se vaya a la comodidad, que no se pueda tener la olla como *antiguamente*. Frente a las madres *antiguas*, ellas van a lo rápido. Las madres de antes eran las que cocinaban de verdad, las que hacían de comer natural. Frente a ellas, ahora no se comería natural ni sano.

*4- Pero eso es la falta de tiempo, es la incorporación de la mujer al trabajo. En sí es muchas cosas; que antes no; tu madre... quien dice tu madre vamos a decir tu abuela...*

*- ¡Claro!*

*4- ... Ya no eso, tu abuela o tu madre, que tenían eso, que ellas vivían para estar en la casa, para ser simplemente amas de casa. Mucho trabajo, muchas historias, todo... el trabajo muy duro...*

*1- Pero es que si no se trabaja ahora los dos pues... no da el sueldo*

*- Nada*

*4- Pero es que ahora mismo es distinto, que la vida de ahora no tiene nada que ver*

*1- Que es más caro todo*

*- No hay más remedio que trabajar los dos en la familia*

*1- Si se necesita un sueldo para pagar facturas... (- ¡Hombreee!) Un sueldo nada más que para pagar facturas. Y ahora el otro sueldo para... ver...*

*- ¡Claro!, no tienes más remedio que...*

*6- Para tirar, digamos*

*- Bueno, para vivir*

*6- ... para que te llegue a... comprar y a...*

*- ... más o menos a final de mes ( Mujeres trabajadoras, Sevilla)*

Además de subrayar que el sacrificio –en tiempo, en esfuerzo para cocinarse hace por los hijos, no por una misma, un segundo argumento central sirve para presentarse a sí mismas como buenas madres: el sacrificio que supone el trabajo fuera del hogar. Nosotras no somos como nuestras madres, no porque nos sacrifiquemos menos, sino porque nos sacrificamos con nuestro trabajo fuera del hogar. Un trabajo

que, para mantener la lógica del sacrificio, de la entrega, no puede presentarse como una libre elección, como algo que se realiza para elevar el estatus familiar o el nivel de consumo –y, ni mucho menos, para escapar a la reclusión en el hogar-, sino como una obligación familiar<sup>71</sup> –no hay más remedio, para tirar-. El trabajo fuera del hogar introduce una nueva legitimidad que se opone a la del ama de casa tradicional desplazando el esquema del sacrificio: nos sacrificamos, y de sobra, con nuestra doble jornada; por ello no podemos cocinar como las que son simplemente amas de casa.

- *Y eso cuando tienes tú tiempo de poner tú la olla, que si no, lo compras de lata y se ha acabado*

- *No, yo de lata hasta hoy no lo he comprado nunca (- De lata, de bote...) a mí no lo he usado nunca, ni para las espinacas, ¡eh!; yo el otro día hice...*

- *Yo, no, nunca, nunca*

3- *Eso se enjuaga, eso se enjuaga, niña. Hay que ir, hay que ir todo práctico, que estamos en la calle (se rien). Eso se va, se enjuaga, se mete debajo del grifo, con un escurridor se enjuaga (barullo) Ahí está; la lata, la lata de... ¡cállate!, pues yo le hago eso; lo enjuago y la lata de... ¿de cómo es?, de callos... de ternera, venga, hace miga todo, venga ya está, el plato de comida en la mesa, ya está, venga, a comer. A ver, ¿qué vas a hacer? (Mujeres trabajadoras, Sevilla)*

- *Pero bueno, volvemos otra vez a lo mismo, las espinacas las compras ya congeladas, con los tacos; ¿tú te vas a entretener a coger hoja por hoja...?*

- *Y lavarlas y prepararlas; yo cuando mi padre me las manda, que me las manda algunas veces, me pongo mala.*

- *Ah, yo no, yo no me pongo mala porque yo lo que hago es que me las trae ella directamente lavadas y cocidas; así que tú tienes que decir que te las mande lavadas y cociditas, lavadas y cocidas*

- *Mujer, pero mi padre no me las va a mandar lavadas y cocidas ¡qué coño!; por no decirle que no... A mí me saca de mis casillas (Mujeres trabajadoras, Sevilla)*

---

<sup>71</sup> En la discusión precedente se ve bien cómo se va formando el consenso en torno a conceptualizar el trabajo fuera del hogar como una obligación: las intervenciones donde se avanza en el argumento de “no hay más remedio” se intercalan con otras donde se puede ver que el trabajo femenino supone una elevación del nivel de consumo familiar –la vida de ahora no tiene nada que ver, para vivir, el otro sueldo para...-. Las situaciones prácticas pueden ser muy distintas y en la decisión de comenzar a trabajar fuera puede jugar un papel la huida de la reclusión en el hogar, el no ser simplemente amas de casa –de hecho, como veremos enseguida, el trabajo femenino también se ve como un progreso, concepción contraria a la que se subraya aquí de una nueva obligación-. Así, conceptualizar el trabajo fuera del hogar como obligación es una de las opciones posibles de presentación de sí: en este caso, es la que se avanza para poder sostener el esquema de la buena madre entregada a la familia. Por otro lado, en la conceptualización del trabajo como obligación también juegan las propias dinámicas de consumo: una elevación del consumo familiar puede vivirse, en un primer momento, como superación, como medio de acceder a opciones de consumo que estaban excluidas. Una vez que la nueva dinámica de consumo se ha implantado, lo que antes podían ser deseos opcionales se convierten en consumos habituales, normales, en cierta medida obligatorios para una familia normal.

A partir de la legitimidad del trabajo obligatorio, las constricciones cotidianas de tiempo debidas a éste legitiman ir a lo *práctico*, a lo *rápido*: si recurrimos a estos alimentos preparados o industriales es porque nos lo imponen las circunstancias. Si no podemos alimentar a la familia de forma sana es porque estamos obligadas, porque no tenemos más remedio. El peso de las circunstancias, de la escasez de tiempo, se impone como argumento para intercambiar, en la discusión, múltiples anécdotas donde se afirma que se escogen determinados tipos de alimentos por su comodidad, porque son más prácticos, donde una se puede quejar de que su padre le trae espinacas del campo –mucho más costosas en trabajo que las congeladas- o de que los hijos prefieren el tomate frito casero (quejas que, entre las que no trabajan fuera del hogar, nunca aparecen: podrían en cuestión su condición de buena madre).

A partir de aquí, la mala madre es otra: aquella que, sin trabajar, cocina igual que ellas; el ama de casa que, abandonándose al ocio improductivo, se dedica a sí misma y se olvida de la familia. Nuevamente, como en las otras posiciones, tenemos una mala madre que se halla más allá de las prácticas del propio grupo y que legitima la propia posición: nosotras no hacemos de comer sano porque trabajamos fuera, pero están las amas de casa que, sin trabajar, tampoco hacen sano. Al igual que se desplaza el espacio donde la madre se sacrifica por la familia, se desplaza el esquema de la mala madre. Si entre las amas de casa, la mala madre era la que hacía de comer no sano frente a nosotras, las buenas madres, que cocinábamos sano; entre las trabajadoras ni la buena ni la mala madre cocinan sano: la diferencia está en que la buena está justificada por su trabajo fuera del hogar.

*3- Sí, pero si todo estuviera como antes, las cosas como son, no podríamos estar la mitad trabajando...*

*- Hombre, exactamente. Ha ido prosperando en todo, en general ( Mujeres trabajadoras Sevilla)*

Pero el trabajo fuera del hogar no es sólo más sacrificio. También es un progreso. La legitimidad de la mujer trabajadora no se basa aquí sólo en el antiguo esquema del sacrificio; también se defiende como prosperar frente a la que es simplemente ama de casa. Por ello, el pasado idílico donde la madre entregada ponía la olla a fuego lento es también un tiempo negativo al que no se quiere volver. La pérdida de lo natural es la contrapartida de la ganancia en el nuevo papel de la mujer que ya no está limitada a ser ama de casa.

*- Además esos sí que van a... hacer la pastillita de los astronautas, ¡ojalá, la hagan y no haya que hacer de comer! (ríe) porque nosotros ya, nuestra generación y... ya estamos comiendo porquerías, imagínate lo que venga detrás. Como no sea que haya un cambio*

*brusco de vida y ojalá no lo haya... por ese tema, no creo yo que se vuelva... a eso ya de antiguo, no; eso ya se ha perdido y está perdido ( Mujeres trabajadoras, Sevilla)*

Esta intervención, que viene en el grupo tras una larga recreación del pasado idílico, natural, perdido, muestra bien la nueva legitimidad del trabajo femenino. Por un lado, hemos perdido la naturaleza y esa pérdida es irreparable: “*eso ya se ha perdido y está perdido*”. Por otro lado, no queremos ese regreso al pasado –“*ojalá no lo haya*”- porque hemos ganado otras cosas a las que no queremos renunciar. La pastilla del astronauta condensa aquí las dos evoluciones. Por un lado, marcha hacia un universo cada vez más artificial, menos natural; por otro, frente al pasado idílico perdido, la imagen de un futuro idílico a ganar, el de la liberación final de la mujer de la cocina: “*ojalá la hagan y no haya que hacer de comer*”.

Esta nueva legitimidad provoca que, a diferencia de los otros grupos, aquí se pueda reconocer sin culpa que una va a lo rápido, que se niega a cocinar determinadas comidas por la cantidad de trabajo que suponen o que quiere evitar la cocina porque está cansada. La legitimidad del ama de casa ya no se funda principalmente en la cocina; la entrega a la familia se produce fuera del hogar; en el hogar la madre, como el padre, está cansada: por ello, en vez de insistir a los hijos en que coman bien, puede ceder y dejarles que coman lo que sea *aunque estuviere conteniendo un veneno*.

3- *Así que... yo qué sé, si es todo; yo no sé, yo no sé; yo también, no sé, ya te digo, es que ya no tienes ni paciencia para aguantar niños, porque yo tampoco me veo tan vieja; y yo no tengo ni paciencia ya, así que el niño dice que quiere eso, pues toma eso, aunque estuviere conteniendo un veneno, pero bueno “cómelo y déjame tranquila ya y con tal de que te quedes callada”; porque es así porque vienes harta de todo y lo que quieres ya es... relax; y ya tampoco ni lo escuchas mucho*

- *A mí mi mayor me dice “es que este niño, tan chico...”, porque se llevan como el perro y el gato...*

- *Como todos*

- *Eso es normal, eso es normal*

- *... con los cuatro años; “tú es que eres, ¿por qué le das eso?”, digo “mira, con tal de no escucharlo, deja al niño y tú coge otro si te da la gana y déjame en paz”. Y eso es todo*

2- *Y este, y este, hoy por ejemplo, “cómete eso”, “pues mi hermano lo ha dejado”, “venga, pues déjalo, tú te lo pierdes” (risas), “¿no queréis comer?, pues no comáis ninguno, a tomar por saco” (Silencio) ( Mujeres trabajadoras Sevilla)*

Esta cita muestra el clímax de la nueva legitimidad y su límite. Si hace falta, que el niño se envenene, afirma una participante; que se coma lo que sea o que no coma y

me deje en paz, dice otra. Estos enunciados son impensables desde las otras posiciones. Significan la impugnación total del esquema tradicional de la buena madre. Pero, al mismo tiempo, han llegado demasiado lejos, incluso en este grupo: a ellos les sigue un silencio y un cambio de tema: no se quiere seguir por este camino. Este silencio es un índice de la tensión presente en esta posición: sí, por un lado, se defiende con decisión una legitimidad de madre trabajadora contrapuesta a la ama de casa sacrificada; por otro, el esquema de la madre entregada para conseguir una alimentación sana y sabrosa tampoco puede ser impugnado hasta estos extremos, porque también pesa sobre estas madres. Es esta tensión la que provoca que, junto a despreocupadas afirmaciones de ir a lo práctico o de dejar que los niños coman lo que quieran porque se está cansada, coexistan autoacusaciones de ir a lo cómodo, de no ser madres como las de antes –aunque estos golpes de pecho siempre se maticen: son las circunstancias las que nos obligan-.

### **2.4.3. ES IMPOSIBLE COMER SANO**

Como hemos señalado, las mujeres trabajadoras comparten con la posición mayoritaria entre las amas de casa la mayoría de los esquemas básicos de alimentación sana. Aquí también se conceptualiza a partir de la síntesis y alternancia entre las categorías tradicionales y el discurso médico sobre nutrición. Aquí también la concepción de enfermedad se ha desplazado para incluir en ella las tasas médicas –de colesterol, ácido úrico, etc.- con valores médicamente definidos como peligrosos para la salud. Es más, aquí también las constricciones prácticas pueden llevar a rebajar estándares en la definición de lo sano –como vimos anteriormente, el “comer fruta” puede satisfacerse con una sola clase de fruta, etc.-. Sin embargo, a diferencia de la posición mayoritaria, este relajamiento de las normas de alimentación sana para adecuarlas a los comportamientos no lleva aquí a afirmar que, a pesar de todo, se come sano. Por el contrario, las mujeres trabajadoras afirman constantemente que “*no comemos sano*” y “*no podemos comer sano*”. En esto se oponen radicalmente a la convicción de comer sano que presentaban las otras posiciones.

Podríamos pensar que esta convicción se debe al uso generalizado de productos industriales en la dieta, forzado por la doble jornada. Sin embargo, las cosas no son tan sencillas. Por una parte, esta convicción va acompañada de una definición de la alimentación sana muy restrictiva. Por otra, como veremos, esta definición restrictiva sólo se puede comprender desde la tensión en el esquema de la buena madre.

## **Una definición restrictiva de la alimentación sana**

Este grupo, como la posición mayoritaria, conceptualiza la alimentación sana a partir de dos esquemas: el tradicional y el discurso médico sobre nutrición. En ambos casos, va a diferir en un punto: definir la alimentación sana de una manera tan restrictiva que se llegue a la conclusión de que es algo imposible de conseguir en la vida cotidiana.

En primer lugar, los alimentos sanos se conciben en términos de los esquemas tradicionales: la alimentación sana es la alimentación *natural*, tradicional, elaborada en casa con inversión de tiempo y trabajo a partir de alimentos frescos procedentes de la agricultura y ganadería tradicionales. Los alimentos más sanos serían aquí también los guisos, pucheros, cocidos: las comidas tradicionales que requieren una elaboración que valoriza a la madre. A partir de este esquema, cuanto más se alejen los alimentos de él, menos sanos se los considera: así, las hamburguesas de las cadenas americanas, que reúnen a un tiempo las características de no ser tradicionales y de estar elaboradas fuera del hogar de forma rápida, condensan simbólicamente la alimentación malsana. Todo alimento nuevo, como la mostaza o el ketchup, puede ser acusado de no-sano.

Este esquema, similar en principio al de la posición mayoritaria entre amas de casa, presenta una diferencia importante. Entre las amas de casa, mientras que una consume habitualmente productos frescos –aunque también consume industriales- y los elabore directamente en comidas tradicionales, no hay ningún problema: se come sano. En la posición de las trabajadoras se recurre constantemente a precocinados y productos industriales, a productos que se califican de no sanos, al tiempo que se califica cualquier alejamiento de la elaboración casera como malsano. Más aún. Estas participantes afirman que ni siquiera consumiendo productos frescos se tendría una alimentación sana: todos los productos, industriales y frescos, llevan química, son producidos industrialmente, con lo que es prácticamente imposible encontrar en el mercado productos sanos. Toda la alimentación contemporánea sería una alimentación degradada. El grupo se detiene complaciente en enumerar todas las degradaciones que sufre la producción contemporánea de alimentos: la carne es hormonada, los pollos se crían en tres semanas, las verduras llevan química y se crían en invernaderos, las conservas llevan todo tipo de aditivos químicos... Estas degradaciones, en principio, llevarían a oponer los alimentos comprados a una situación ideal en la que uno se aprovisionaría directamente de productos cultivados por uno mismo. Pero esta situación ideal es irreal: sólo los ancianos de los pueblos comerían sano, pero para nosotras eso está perdido para siempre. El discurso opone así una situación ideal de comida sana, natural, inalcanzable porque se halla situada en el pasado, a una situación actual, donde resulta imposible consumir productos naturales. Una imposibilidad que no afectaría sólo a las mujeres trabajadoras, sino a todas.

*1. Es muy difícil, porque tú nada más que sales a la calle te estás tomando un café; el café..., te puedes tomar un vaso de leche, ¿no?, ¿en tu casa?; no, tú te vas al bar, porque antes de entrar a trabajar, yo por lo menos me tengo que tomar un café; luego, hoy en día, yo creo que... sano, sano, que no creo que nadie coma sano, a no ser que en verdad padezcas de un tipo de enfermedad como es a lo mejor, yo qué sé...*

*- Que tenga una obesidad, una diabetes, una cosa así*

*1. Ahí está, que te saquen azúcar o que tengan la tensión alta y tenga que estar comiendo cosas así más ligeras; que a lo mejor le prohíban, yo qué sé, lo que es la pringá de un cocido y se coman lo que es las verduritas del cocido o... cualquier cosa de esa. Pero comer sano hoy en día a no ser por problema de salud y yo creo que... ni por problemas de salud se come hoy en día sano (Mujeres Trabajadoras, Sevilla)*

En segundo lugar, la alimentación sana se conceptualiza a partir del discurso médico sobre nutrición. Pero aquí, comer sano también se define de una manera muy restrictiva: supondría una vigilancia estricta de la dieta, excluir la sal, renunciar a los alimentos grasos o calóricos, controlar todas las ingestas. Ahora bien, este régimen minuciosamente regulado sería algo extraordinario, imposible en la vida cotidiana. Por ello, sólo se emprendería en caso de enfermedad: comer sano sería un objetivo reservado a los enfermos. La dieta sana se opondría a la dieta cotidiana.

Así, en esta posición la concepción de norma de salud es apropiada e interpretada de una manera opuesta a la posición mayoritaria. Mientras que en ésta el abanico de comportamientos compatibles con la norma se ampliaba –respecto a la concepción de delgada línea de la posición legítima-, aquí la banda de comportamientos compatibles con la norma médica se contrae extraordinariamente. Una contracción de la línea de salud que lleva a plantear la diferencia, ya no en términos de grados, de mayor o menor aproximación a una norma ideal, sino de manera dicotómica. Se come sano o no se come sano; no se discute si se come más o menos sano. A partir de esta categorización dicotómica, toda la alimentación cotidiana se califica como malsana.

## **El fin de la jerarquía entre buenas y malas madres**

La posición de las madres trabajadoras presenta una característica paradójica. ¿Cómo podemos entender que las madres que presentan los comportamientos más alejados de lo que todas consideran alimentación sana sean precisamente las que definen ésta de manera más restrictiva? Precisamente teniendo en cuenta también aquí el carácter estratégico de esta categorización en relación con la condición de buena madre. Para ello, basta con comparar con las otras posiciones: en éstas, afirmar que se da de comer sano a la familia supone, al mismo tiempo, afirmar que se es una



buena madre. Esta afirmación se puede sostener manteniendo una separación entre el comportamiento sano y el no sano donde las prácticas efectivas caigan del lado de lo sano. Así, en el polo legítimo, la línea de lo sano es mucho más delgada –es la idea de norma-, y sólo las situadas en este polo se ven a sí mismas como buenas madres, arrojando a la mayoría del otro lado de la frontera. En el polo tradicional, la buena madre es la que invierte mucho tiempo en la cocina: las que se hallan en este polo se sitúan a sí mismas de este lado, desterrando del otro a aquellas que no invierten suficiente tiempo. En la posición mayoritaria, la línea es más flexible e incluye un mayor número de comportamientos en la definición de alimentación sana: en función de los comportamientos efectivos, se arroja fuera a “otras” malas madres, que no llegan a nuestro nivel –así, si damos pizzas a los niños de vez en cuando, las malas serían las que las dan todos los días-.

Juzgadas desde los baremos de las otras madres, las trabajadoras caerían siempre del lado de las malas madres, estarían siempre *acusadas*. En este juego de fronteras entre buenas y malas, la falta de tiempo, así como de ganas y paciencia –por el cansancio-, las lleva a prácticas –uso continuado de productos industriales, cesión constante a los gustos de los hijos- que las hacen caer del lado malo de la frontera. Es esta posición la que nos explica el giro que se le da a la definición de lo sano. En vez de desplazar un poco más abajo la frontera de la buena madre y de lo sano –estrategia precaria que dejaría la frontera demasiado cerca de sus comportamientos efectivos-, se sitúa el listón de la alimentación sana muy alto, más alto incluso que las mujeres situadas en posiciones cercanas al polo legítimo: los comportamientos cotidianos caen así irremediamente en el ámbito de lo malsano. Comer sano resulta tan extraordinario, que es en la práctica imposible. De esta manera, se abole la jerarquía entre las buenas y las malas madres. Ninguna madre, ni la más ascética, ni la más vigilante de la salud familiar, puede quedar en el lado bueno de la frontera. Ya desde el mismo momento de la compra, no tenemos más remedio que adquirir productos malsanos. Ahora todas estamos en el lado malo, todas somos iguales y nadie nos puede acusar de lo que todo el mundo hace y de lo que nadie puede decidir.

En este punto, podemos considerar que la posición de las madres trabajadoras representa una de las posibilidades extremas de los comportamientos y los discursos de la posición mayoritaria en la relación entre alimentación y salud. Habíamos visto cómo en esta posición, a un tiempo que se asumía discursivamente la relación entre comportamiento alimentario y salud futura, se actuaba en la práctica cotidiana como si tal relación no existiese. Aquí esta lógica llega a su extremo: a un tiempo que se afirma con rotundidad que la práctica cotidiana es no sana, no se establece ninguna relación con ninguna enfermedad futura. Podemos comer no sano, pero no vamos a pensar que ello nos lleva a una enfermedad. Es más, no pensemos en ello:

los peligros son tantos, tan variados, tan abstractos, que si piensas en ellos no vives. La despreocupación cotidiana se legitima por la imposibilidad práctica de asumir unos peligros omnipresentes: unos peligros que, además, se ven deslegitimados, aquí también, por la cacofonía dietética, por la sustitución constante de unos mensajes por otros o incluso por la coexistencia de mensajes contradictorios.

*3- De sano hoy en día, yo no sé, pero me parece que no, total que no. Aparte es que también como investigan tanto, ¿no?, pues ahora resulta: el hígado no se puede comer porque tiene no sé qué, la carne porque tiene las vacas locas, el pescado tiene yo no sé qué, las gambas se ponen las cabezas negras de lo que le echan para yo no sé qué; ¡coño, si nos ponemos así no podemos comer de nada! Yo es que tengo una amiga que le pasa eso “no, pescada ahora no porque yo no sé qué...”, “no, el hígado no se puede comer porque han dicho...”, digo “¡coño, si nos ponemos así es que no podemos comer de nada!” (Mujeres trabajadoras Sevilla)*

La categorización dicotómica entre lo sano y lo no sano es así, a un tiempo, legitimación de las propias prácticas desde el esquema de la buena madre, y consecuencia de la negación de la relación entre comportamiento actual y salud futura. Como lo sano es imposible, no tenemos más remedio que olvidar toda relación entre lo que hacemos y la salud. Como se impone lo práctico, olvidemos el resto de las razones. La concepción dicotómica de la frontera entre salud y enfermedad sirve así como muralla frente a todo discurso que intente imponer comportamientos puntuales saludables. Como no podemos, no lo intentemos.



### **3. LAS CATEGORÍAS DE ALIMENTACIÓN SANA Y LA APROPIACIÓN E INTERPRETACIÓN DEL DISCURSO NUTRICIONISTA**

---

Tal como hemos visto, las categorías que ponen en juego las distintas posiciones en torno a lo que se considera alimentación sana funden, en grado variable, dos registros. Por un lado, un registro más antiguo relacionado con la concepción moral de la buena madre: aquí, la alimentación sana estaría ligada, por una parte, con hacer todas las comidas, con tener buena boca y comer de todo ingiriendo buena cantidad de energía, con las comidas tradicionales que incorporan una gran cantidad de trabajo materno y con la comida natural. Por otro lado, un registro tomado del discurso médico sobre nutrición, conocido a través del contacto con los servicios de salud, pero también a través de medios de comunicación y relaciones con amigos, familiares y conocidos.

El conocimiento nutricional va desplazando paulatinamente, entre las mujeres de medios populares, a las categorías tradicionales de alimentación. Ello se debe, en parte, a la conjunción de dos dinámicas aparentemente de sentido opuesto. Por una parte, la persistencia de la división tradicional de género en las familias de clases populares, que provoca que la mujer siga siendo la encargada casi exclusiva de la salud y alimentación familiar, con lo que todos los conocimientos referidos a estos dominios forman parte de la cualificación de la buena madre. Por otra, el progresivo aumento de la escolarización entre la población general, y entre las mujeres de clases populares en particular, que tiene como consecuencia una mayor predisposición hacia la cultura legítima –entre ella, el conocimiento médico-, así como una mayor disposición de habilidades de lecto-escritura, fundamentales para la asimilación y manejo de esta cultura. La conjunción de estas dinámicas –por un lado, una de persistencia de la división tradicional de género, por otra, una muy relacionada con el progresivo debilitamiento de esta división- provoca que el conocimiento nutricional sea cada vez más un elemento central de la cualificación de la buena madre en los medios populares.

Otro elemento central en la difusión del conocimiento nutricional es el mayor acceso a los servicios médicos. Hemos visto cómo un factor central en el mayor control de la dieta fuera del polo legítimo es la presencia de enfermedades familiares; asimismo, los conocimientos se hallan mucho más difundidos en torno a las enfermedades más comunes, a las que han estado presentes en el medio familiar. Así, las discusiones sobre el colesterol abundan en los grupos, y la información sobre los alimentos más o menos ricos en grasas y colesterol parece muy extendida –aunque en algunos casos con distorsiones–; al mismo tiempo, aquellas mujeres que tienen en su familia miembros con enfermedades crónicas –o con tasas elevadas de colesterol, ácido úrico, etc. durante largo tiempo– introducen un control de la dieta en sus familias mucho más próximo al preconizado por el discurso médico. En este sentido, el acceso creciente a los servicios médicos funciona como un mecanismo de retroalimentación. Podemos ver esto en el creciente desplazamiento de la concepción de salud y enfermedad como dos estados disjuntos a una concepción más próxima a la de la norma, que es la del discurso médico. El recurso a los médicos, en caso de enfermedad, supone una progresiva asimilación de las categorías del discurso médico, entre ellas, particularmente, la identificación de determinadas sustancias que indican predisposición a la enfermedad –como el colesterol– como enfermedades, como desviaciones del estado de salud. Esta nueva concepción, al tiempo que empuja hacia un mayor control de la dieta en estos casos –y, por tanto, hacia la introducción de las categorías dietéticas, de la descomposición de los alimentos en sus elementos bioquímicos, en la vida cotidiana–, lleva a un recurso creciente a los médicos –en consonancia con el desplazamiento de la definición de salud y enfermedad–, lo que a su vez expone cada vez más a las categorías del discurso médico.

Sin embargo, la creciente penetración del discurso nutricional entre las mujeres de medios populares no puede identificarse como mera acumulación de este conocimiento. Y ello porque se hallan implicadas varias dinámicas relacionadas.

En primer lugar, la reinterpretación de las categorías del discurso nutricional a partir de las categorías anteriores de alimentación sana. Las categorías del discurso nutricional no son simplemente “aprendidas”, sino que se asimilan a partir de un conjunto de categorías previas. En la medida en que ambas coincidan, se asumirán más rápidamente las categorías del discurso nutricional, ahora bien, reinterpretándose a partir de las categorías previas –produciendo, en muchos casos, más el refuerzo de éstas que su modificación en consonancia con el discurso nutricional–. A su vez, cuando ambos conjuntos de categorías se hallen en oposición, las categorías del discurso nutricional serán rechazadas, o asimiladas con fuertes distorsiones.

En segundo lugar, en muchos casos coexisten las categorías previas con una dispersión de elementos y preceptos tomados del discurso nutricional. Ello se debe, en buena parte, a la propia dinámica de contacto con el discurso nutricionista: éste se asimila de forma discontinua, dispersa, en relación con médicos, en programas de televisión o revistas, en conversaciones con familiares, amigos y conocidos... Este carácter discontinuo y disperso de la apropiación de conocimientos nutricionales lleva a la incorporación de categorías dispersas –muchas veces bajo la lógica de los alimentos-remedio- que coexisten con las categorías antiguas, en muchos casos sin entrar en contradicción<sup>72</sup>.

Por último, la apropiación de categorías del discurso nutricional no pone en juego únicamente una dimensión cognitiva, sino también una dimensión valorativa, moral. Hemos visto esto profusamente en relación con la categoría de la *buena madre*. Existe una apropiación estratégica de las categorías de alimentación sana porque éstas siempre ponen en juego el propio valor de la madre que alimenta a su familia. Esta dimensión valorativa, moral, lleva a una selección estratégica del tipo de conocimientos y preceptos que se está dispuesta a asumir, así como a una modulación, a una reinterpretación, de estos conocimientos y preceptos.

Estas dinámicas de selección y apropiación estratégica en función de los esquemas previos y de las estrategias identitarias –por estar del lado de la *buena madre*- se ven potenciadas por una característica central del discurso nutricional: su heterogeneidad y constante transformación. La población no se halla enfrentada a un cuerpo compacto y coherente de conocimientos y preceptos nutricionales, sino, dentro de un reducido corpus común –un conjunto de categorías (calorías, proteínas, etc.) y un conjunto reducido de conocimientos y relaciones causales ampliamente aceptados por la comunidad científica-, a un enorme conjunto disperso de preceptos heterogéneos, cambiantes y muchas veces contradictorios –ya sea simultánea o sucesivamente-. Esta heterogeneidad se debe en parte a la propia evolución de la ciencia nutricional –que va descubriendo nuevas relaciones y rectificando *verdades* anteriores-, pero también a la enorme y rápida difusión en los medios de comunicación de todo nuevo *descubrimiento* –aunque esté poco fundamentado empíricamente, aunque no haya recibido la aprobación de la comunidad científica, lo cual produce una sucesión

---

<sup>72</sup> *Este es un rasgo fundamental de la lógica práctica, frente a la lógica científica. En la vida cotidiana, uno puede poner en juego categorías contradictorias en distintos momentos y situaciones: frente a la situación del científico, que provisto del tiempo y de las herramientas intelectuales para dedicarse a su tarea de organizar discursos coherentes y completos, puede y debe cuidar en todo momento la ausencia de contradicciones, la situación de la vida cotidiana, situación de paso por diversas situaciones donde se requiere la adecuación a cada situación particular –y no el análisis distanciado de la relación entre esa situación y las otras que vive el individuo-, no permite, en la urgencia de la actuación práctica, ese análisis distanciado, científico, de las diversas contradicciones de las prácticas y discursos entre las distintas situaciones (cf. Bourdieu, 1980; Goffman, 1974).*

de *descubrimientos* que posteriormente son impugnados u olvidados-, a la propia debilidad de la ciencia nutricional en el campo epidemiológico<sup>73</sup> y a la diversidad de intereses económicos –fundamentalmente de la industria alimentaria, pero también de la farmacéutica- implicados, lo que les lleva a financiar y difundir rápidamente todo nuevo *conocimiento* que eleve las ventas de sus propios productos en detrimento de los de la competencia<sup>74</sup>. Esta heterogeneidad y constante transformación de los discursos y preceptos nutricionistas deja un amplio campo de elecciones a las estrategias simbólicas de los actores: dada una diversidad de preceptos, y una constante impugnación de preceptos que anteriormente se daban por buenos, las posibilidades de adaptar los preceptos más adecuados –o de impugnar los más opuestos- a las categorías previas o a las estrategias identitarias de los actores se amplían enormemente.

A continuación vamos a ver estas dinámicas de interpretación, apropiación y manejo estratégico en relación con dos categorías muy extendidas, tanto en el campo de los discursos nutricionales, como en los esquemas tradicionales de alimentación sana. Estas son las categorías de *alimentación natural* y de *comer de todo*.

### **3.1. LA ALIMENTACIÓN NATURAL**

Todas las participantes de los grupos analizados coinciden en un punto: la alimentación sana es la alimentación *natural*. Los alimentos naturales, a un tiempo sanos y sabrosos, conciliarían los imperativos de salud y los de gusto. En esto, las clases populares no parecen diferir del resto de las clases sociales: no sólo porque se utilice en todas las posiciones sociales, sino además porque es una categoría presente tanto en diferentes variantes del discurso médico –que insiste constantemente en la necesidad de comer productos frescos frente a los industriales o que alerta sobre los peligros de distintas formas de transformación de los alimentos-, como en la propia publicidad de la industria alimentaria –que tiene en la categoría de natural, desde los años sesenta, uno de sus principales filones (Levenstein, 2003).

Ahora bien, ¿a qué se llama *natural*? Todos los productos que llegan a la mesa han sufrido algún proceso de transformación; asimismo, todo tipo de especie animal o vegetal que entra en la cadena de la alimentación humana es el resultado de un proceso

---

<sup>73</sup> Sería muy largo entrar en este tema. Brevemente podemos señalar lo siguiente: la relación entre un tipo de ingesta a largo plazo y un tipo de predisposición a la enfermedad es muy difícil de establecer con certeza debido a que las poblaciones sometidas a observación a largo plazo –esto es, en su medio “natural”, fuera del laboratorio- pueden diferir entre sí en muchas más variables de la que se pretende medir, con lo que cualquier correlación estadística puede ser impugnada posteriormente por no haber tenido en cuenta determinadas variables intermedias.

<sup>74</sup> Se pueden encontrar múltiples ejemplos de esto en Levenstein (2003).

histórico de selección y modificación. Hablando con rigor, no habría alimentación natural<sup>75</sup>. Sin embargo, la palabra aparece con insistencia en todos los discursos en torno a la alimentación, en todas las posiciones. Se impone así analizar con detalle en qué consiste esta *alimentación natural*, las modulaciones que sufre, y la medida en que los esquemas a partir de los cuales se categoriza a los alimentos como naturales o artificiales interfiere con –o deriva de– el discurso médico sobre nutrición.

En principio, todos los discursos sobre la alimentación natural tendrían una matriz común: natural es aquello que ha sufrido menos manipulación. A partir de aquí, se opondrían los alimentos industriales a los frescos. A su vez, los frescos también se categorizarían por el grado de manipulación a que han sido sometidos. Así, en el proceso de producción de la materia prima, se opondrían dos tipos: uno tradicional y uno industrial. En el primero, plantas y animales crecerían de forma *natural*, siguiendo los ritmos de la naturaleza: el resultado sería un producto sano y sabroso. En la segunda, todo crecería *rápido*: productos artificiales, saturados de aditivos químicos, carecerían de sabor –o tendrían un sabor artificial– y no serían sanos. Sin embargo, la categoría de natural es mucho más compleja que la oposición entre fresco e industrial, entre agricultura tradicional e industrial. En la categoría de lo natural se funden registros muy distintos, registros que tienen poco que ver, en la mayoría de los casos, con el discurso médico sobre nutrición y que ponen en juego categorías morales –la oposición entre pueblo y ciudad, entre buena y mala madre, entre la tradición y la innovación– que superan ampliamente el ámbito de la alimentación.

### **3.1.1. ORIGEN CONOCIDO**

Una crítica se repite en todos los grupos a los alimentos industriales: no se sabe qué llevan. El hecho de que el proceso de elaboración de los alimentos se desconozca introduce la sospecha: pueden contener componentes peligrosos –los más repetidos son conservantes y colorantes– y las materias primas mismas son de calidad desconocida. Frente a estos alimentos industriales, tendríamos los alimentos cuyo proceso de cultivo, crianza o elaboración se conoce. Ahora bien, esto sólo es posible, en cierta medida, con aquellos alimentos que nosotros mismos cultivamos, con aquellos animales que nosotros criamos. Es lo que señalan algunas participantes rurales: yo me alimento natural porque crío mis animales, tengo mi huerto. Aquí la producción directa del alimento supone el extremo ideal de lo natural: aquellas que se hallan en esta situación no tardan mucho tiempo en hacerlo saber, oponiendo estos productos a los que hay que comprar y sobre los que hacen recaer la sospecha del origen desconocido.

---

<sup>75</sup> Se puede encontrar una crítica al mito de la alimentación natural desde una perspectiva médica en Grande Covián (1996).



A partir de esta situación ideal de autoproducción, la discusión sobre el origen conocido o desconocido de los alimentos versa sobre la medida en que el proceso de producción y elaboración de los alimentos se aproxima a este esquema ideal. Sin embargo, al no hallarse presente la consumidora en este proceso, esta discusión también pone en juego esquemas de confianza: ¿confío en que realmente es natural aquello que se me vende?, esto es, ¿confío en quien produce o me suministra el producto? La discusión versa así sobre la confianza que se deposita en quien produce y manipula el alimento. Esta cuestión tiene que ver con la categorización que uno realice del espacio social.

## **Grupos rurales**

Entre las madres rurales, el esquema fundamental que se pone en juego es la diferencia entre los productos del pueblo y los de fuera del pueblo. Los primeros serían naturales, los segundos, de origen desconocido, serían sospechosos de elementos extraños, de *química*.

*M- Yo pienso que de todas formas hay... gente... por lo menos los jóvenes y los niños ummm... les hacen más apetecibles lo sintético, lo de plástico (risa) yo digo lo plástico yo cuando es un chorizo que viene de las tiendas envasados y no se sabe ni con qué carne, yo le digo chorizos de plástico, porque como nosotros tenemos de los nuestros que sabemos lo que tienen, a los demás les llamas de plástico o el lomo de cerdo que viene... que tampoco se sabe de dónde viene, um... normalmente que se dice "el de verdad" yo le digo el de verdad y el de plástico. (Amas de casa, El Cerro de Andévalo)*

Esta intervención muestra bien este esquema: los alimentos producidos en el pueblo son realmente naturales; sanos y sabrosos, son los *de verdad*; los de fuera, de origen desconocido, son de mentira, apariencias sin esencia, *plástico*. El hecho de que el producto se elabore en el pueblo bastaría para confiar en su naturalidad. En realidad, el proceso de elaboración de un embutido puede escapar a la vista tanto si se realiza en el propio pueblo como si se realiza en otro; sin embargo, la oposición categórica entre lo *de aquí* y lo *de afuera* basta para descartar toda duda sobre lo que es de aquí y sospechar sobre lo que viene de afuera. Frente a los alimentos que vienen del exterior, productos manipulados, de bella apariencia y falsa esencia, los productos *de aquí* tendrían más sabor, más esencia -aunque tuvieran peor apariencia-, serían más sanos, estarían menos manipulados, tendrían menos *química*.

Así, en los grupos rurales, la categorización de los alimentos a partir de su

origen conocido o desconocido establece una jerarquía entre los productos: los más sanos serían los elaborados en casa o por la familia; luego vendrían los productos del pueblo; en el polo artificial, estarían los productos de afuera, asimilados a industria alimentaria, a química, a aditivos sospechosos.

*AP- Sí, yo creo, que como dice Mari que aquí en los pueblos comemos más sano porque como ella, hay cantidad de gente que tiene su eso, su huertecito, tiene las patatas, sus huevos, y en fin que casi todo el año por lo menos patatas y huevos y cosas así, las lechugas que son... que no nos podemos abastecer todo el año pero que dentro de lo malo en los pueblos eso estamos mejor... en esas cosas que hay más productos de aquí, de nosotros. (Amas de casa, El Cerro de Andévalo)*

Si este esquema tiene tanta fuerza es porque pone en juego esquemas de valor que sobrepasan ampliamente el ámbito de la alimentación. Es el orgullo de lo local lo que se pone en juego y, a través de él, el propio valor del ama de casa rural. En el pueblo comemos más sano y las madres de aquí alimentamos mejor a nuestras familias que las madres de ciudad<sup>76</sup>. Valorización de lo local y de las madres de aquí frente a lo forastero: este esquema es tan fuerte que incluso, ante la evidencia de que en los pueblos también se utiliza química, no se debilita. Se puede conceder que aquí también se sulfata y seguir manteniendo, poco después, que las frutas y hortalizas del pueblo son más naturales<sup>77</sup>.

Este esquema que opone el aquí al afuera, lo conocido a lo desconocido se aplica también a los intermediarios: comprar el producto directamente al productor local es un certificado de garantía de naturalidad. Lo natural pasa aquí tanto por la calidad *natural* del productor como por el tipo de relación que se mantenga con quien te suministra el producto. Alguien del pueblo, un conocido o, en el caso extremo ideal, un familiar garantizarían por sí mismos la naturalidad del producto. La calidad de la relación entre productor y consumidor se transfiere al propio producto. Este es más natural y más sano cuanto mayor cercanía entre ambos. A su vez, la calidad de la relación incide en la calidad, el valor, del ama de casa: ésta es mejor madre, alimenta mejor a su familia, cuantos más productos pueda hacer llegar al hogar por estos canales: se preocupa por dar a su familia productos buenos, sanos, sabrosos.

---

<sup>76</sup> El grupo de El Cerro de Andévalo comenzó con una alabanza del pueblo frente a la ciudad, de la buena alimentación de aquí frente a la comida rápida de la ciudad. Situado el grupo de mujeres frente a dos personas que procedían de Sevilla –el preceptor y la observadora–, su primera presentación frente a los forasteros pone en juego el valor de nosotras, de nuestro pueblo, frente a lo malo de la gran ciudad.

<sup>77</sup> De hecho, es lo que ocurre en los grupos rurales: en momentos de la discusión, alguna participante puede impugnar la supuesta naturalidad de los productos del pueblo, basándose en la evidencia –conocida por todas– de la utilización de química en los cultivos. Aunque esto sea aceptado por la mayoría, ello no obsta para que una y otra vez se sigan oponiendo los productos del pueblo a los de afuera.

Este esquema se puede transferir también a la relación entre comerciante y consumidor. El comerciante conocido de toda la vida garantiza la naturalidad del producto, frente al hipermercado –lugar anónimo donde el consumidor se enfrenta a una burocracia, a vendedores desconocidos-.

*A. Yo alguna gente ha dicho eso, qué suerte, lo tenéis todo tan a la mano, ¿no?, o sea que tampoco, yo que sé, tampoco he vivido fuera, pero que sí, esos comentarios sí me los han hecho, eh, de que tenemos mucho, ¿no? Claro, que en un pueblo que hay de todo, ¿no?*

*I. Lo valoran quienes no están en eso*

*A. Claro, quien tiene que ir pues yo que sé, a un hipermercado de esos a comprar, pues todo, la carne que te vendan ahí, tan puestecica, ¿no?, (risas) es mejor ver a la Susana que te está partiendo el filete, ¿no?, y le dices mira éste no, que no me va (Mujeres Dúrcal)*

En esta cita se ven perfectamente la oposición entre pueblo y ciudad –en el pueblo podemos comer mejor que en la ciudad, porque tenemos una relación directa con los productos naturales-, así como la relación con el intermediario garantizando la naturalidad del producto: frente al hipermercado, lugar de las falsas apariencias<sup>78</sup>, la tienda local asegura la naturalidad del producto por la relación entre vendedora y compradora. Frente al vendedor anónimo del hipermercado, está “Susana”, con quien se mantiene una relación continuada que garantiza el origen del producto –y con quien, en la relación de confianza mantenida en el tiempo, se puede negociar tranquilamente-.

La importancia de la relación de confianza con quien te vende el producto se considera así fundamental en el caso de los productos frescos. Frente a los productos industriales, estandarizados, cuya calidad está certificada por el fabricante, en el caso de los frescos no hay “denominación de origen” que certifique el origen: hay que fiarse de que están en buenas condiciones o no. La relación continuada con el mismo tendero establece aquí una relación de confianza que es también un pacto de confianza: yo te sigo comprando mientras no me des gato por liebre. A su vez, este pacto transfiere al producto el atributo de la relación –el producto es de confianza porque quien lo suministra es de confianza, la relación continuada con el comerciante permite alejar sospechas sobre el producto- a la vez que valoriza al ama de casa por la posesión de una cualificación, la de saber comprar productos de confianza<sup>79</sup>.

---

<sup>78</sup> En un informe inédito del sociólogo Luis Enrique Alonso sobre las compras de amas de casa en Madrid se pone de relieve la misma oposición entre el hipermercado y la pequeña tienda de barrio: el hipermercado puede verse como aceptable para las compras de productos empaquetados, pero no para las de los frescos. Aquí se vería como algo impersonal, artificial, frente a la naturalidad de la relación directa con el pequeño comerciante.

<sup>79</sup> Aunque esto es un rasgo compartido por las amas de casa rurales y urbanas, son aquéllas las que más insisten en él, pues con esta relación valorizan al pueblo, lugar de relaciones personales, frente a la ciudad, lugar del anonimato. Se incide más en la valorización del comerciante local porque de esta manera se está afirmando la superioridad del espacio rural –y con ella, del ama de casa rural-.

Este esquema que opone lo local frente a lo forastero también puede extrapolarse –tanto en los grupos rurales como en los urbanos- más allá del espacio inmediato para localizarse en un ámbito regional o nacional. Así, el aceite de oliva sería el alimento más sano: en esta afirmación coinciden todos los grupos, todas las posiciones. En esta convicción han influido los discursos de los nutricionistas. Pero, a su vez, estos discursos han podido tener una repercusión tan fuerte porque engranan con este esquema: el aceite de oliva es lo nuestro, es de aquí, y es de toda la vida<sup>80</sup>.

## **Grupos urbanos**

*3-... Por eso te digo, a mí, a lo mejor, cuando un vecino me trae los tomates del huerto que los tiene... ¡qué diferencia hay! Ese tomate que me trae a mí ese hombre (ríe) que se lo alabo, las cosas como son*

*- Que yo compro, a lo mejor, un conejo en la tienda y el otro día trajo mi padre un conejo recién matado...*

*3- Qué va... que es muy diferente, hija... que es muy diferente (Mujeres trabajadoras, Sevilla)*

*4- No, aquí somos el número uno en aceite, como este ninguno, porque es que tenemos lo mejorcito; pero estamos otra vez hablando de lo mismo, los que son en los que son en grandes cantidades, todo está fumigado, todo está preparado, todos tienen, porque hay que hacerlo, porque hay que hacerlo; porque yo me traigo una garrafa al año de... mi suegro, y yo sí tomo aceite puro y duro (ríe); y aunque aquí vayas a comprarlo que te cueste un dineral una garrafa, que la compres como muy, muy, muy buena, de una muy buena marca, no tiene nada que ver; porque yo el aceite que me traigo allí es que, que de aquí para adentro no te pasa, porque es ese amargor de la aceituna...*

*- Claro, porque lo traen directamente del molino (Mujeres trabajadoras, Sevilla)*

En los grupos urbanos, el esquema que diferencia entre origen conocido y desconocido no puede superponerse al de aquí / afuera: en la ciudad todos los alimentos vienen de fuera. Lo natural no sería lo de aquí, donde no se cultiva, sino lo que procede del campo. Ahora bien, hay un campo industrial –el de los invernaderos- y un campo

---

<sup>80</sup> *A partir de aquí, las prescripciones que en el pasado podían advertir contra el aceite de oliva, en vez de hacer dudar sobre el alimento –como ocurre en otros casos, donde la cacofonía de los discursos legítima para hacer caso omiso de las prescripciones dietéticas-, hacen dudar sobre los emisores que criticaban a nuestro aceite: eran estrategias de los americanos: “1. Cuando a ti te prohibieron el aceite de oliva, era porque los americanos les interesaba meternos el aceite de todas clases de ellos que tomaban, quiero decir de girasol, de maíz y no lo hicieron por tu interés, porque está más que demostrado que el aceite de oliva es lo mejor que hay” (Mujeres, Linares)*

natural -el del productor tradicional-. El origen conocido supondría la compra directa al productor tradicional: algo que, cuando se consigue, lleva rápidamente a alardear de ello. Sin embargo, se trata de algo que ocurre raras veces. Por ello, a falta de la diferencia entre el aquí natural y el afuera artificial, lo que pasa a primer plano en las madres urbanas es la relación con el intermediario. Un producto es tanto más natural cuantas menos mediaciones existan entre productor y consumidor y cuanto más natural se califique al productor –cuanto más cercano se lo vea a la imagen del campo tradicional-. Nuevamente es la relación social implicada en el aprovisionamiento lo que le da a la mercancía su valor. El producto más natural es aquel que se consigue directamente del *hortelano*. A su vez, el producto es tanto más valorado cuanto más directa sea la relación entre consumidor y proveedor: un producto es más natural si lo trae directamente un vecino o, mejor, un familiar directo. La calidad de la relación se transfiere al producto: la ausencia de relación comercial en el aprovisionamiento es mejor que la obtención de una mercancía; con la primera, el producto vendría directamente de un campo no adulterado por lo artificial –así, en una de las intervenciones anteriores, el aceite del suegro vendría directamente del molino y supuestamente de olivos no fumigados-.

Este esquema supone también, como la diferencia entre aquí y afuera en los grupos rurales, una valorización de la madre que consigue estos productos por medio de estas relaciones. Aquí hemos de tener en cuenta que la mayoría de la población urbana es de origen rural y mantiene aún familiares en el campo: la ostentación de este hecho supone una ligazón directa con la naturalidad de los productos. Por mediación del esquema de lo natural, el origen rural se convierte en emblema genealógico, en signo de distinción. A falta de este emblema de nobleza natural, lo que se ostenta es la relación comercial directa con el productor *natural* o, incluso, la ruptura en la cadena de intermediarios: así, en el grupo de Linares se llega a alardear de comprar judías procedentes de un camión que había volcado en la carretera: la cadena de intermediación se ha roto y el producto llega de forma más directa al consumidor<sup>81</sup>.

### **3.1.2. ELABORACIÓN CASERA**

*1. Y a mí me encanta cuando viene el hortelano y me frío dos cajas de tomate para envasarlo (-5. Claro) Y todo el año que no le doy a mi familia tomate envasado, trabajado tú imagínate en el mes de septiembre todo el santo día en la cocina friendo tomate, para morirse pero (risa) me encanta hacerlo y me gusta hacer mermelada y me gusta hacer lo más, mmmm las cosas lo más natural posible (Mujeres Linares)*

---

<sup>81</sup> Este esquema tiene múltiples aplicaciones: así, cuando te traen la leche a casa –“directamente de la granja”- es más natural que cuando se compra en el supermercado.

Si un elemento central para ver un alimento como natural es el conocimiento de su proceso de elaboración, un alimento es tanto más natural cuanto mayor elaboración se realice directamente en el hogar. Lo que se elabora en la propia cocina se controla y, por tanto, es más *natural* que lo que se compra ya preparado. Lo fundamental no es el tipo de comida implicada, sino el hecho mismo de la elaboración. Así, una pizza hecha en casa sería sana al ser natural, frente a la pizza comprada ya cocinada o precocinada; en la primera “*estás viendo lo que estás echando*”. Una verdura adquirida fresca y congelada en casa sería una verdura natural, frente a la que se compra congelada. Una conserva casera sería una conserva natural, frente a la conserva industrial. En todos los casos, la elaboración casera supone control del proceso, ausencia de intermediarios; en todos los casos, lo fundamental no son las cualidades bioquímicas de los alimentos, sino el agente que los ha elaborado<sup>82</sup>.

*B- Pero hoy, sobre todo la juventud, perdonad que vosotras sois jóvenes, pues lo tiene que hacer porque um... porque están trabajando (- Yo soy joven) sí, tú eres joven pero tú... ya sabes, tienes cochinitos, las gallinillas y las cosas, pero los que estén en la ciudad no pueden, están trabajando (A- ¿Dónde van a meter el cochinito y las gallinas?) (risas) (S- En la azotea) ¿Pueden hacer las croquetas como nosotros? que tenemos que cocer el pescado, después desmenuzarlo y después hacer la bechamel, después el huevecito, enrollarlas, después congelarlas y de ahí ya a la sartén, pero están exquisitas, la gente joven no tiene ese tiempo (Amas de casa, El Cerro de Andévalo)*

Como vemos en esta intervención, lo fundamental para que la comida sea sana es la elaboración directa. Frente a los congelados industriales, congelar el alimento es un paso más de la elaboración casera que no desnaturaliza el producto: lo importante no es que esté congelado, sino quién y dónde se congela. A su vez, el énfasis en la elaboración casera pone en juego otro esquema central: el de la buena madre. La buena madre es aquella que se toma su tiempo en elaborar los alimentos para la familia; la mala, aquella que va a lo *rápido*, que compra pizzas, hamburguesas, precocinados. Nuevamente es una jerarquía moral lo que se halla en la base de la categorización de los alimentos naturales y sanos. Esta jerarquía puede oponer, como en la intervención anterior, a las madres mayores frente a las jóvenes –es lo que defienden las participantes de más edad-; pero también, en los grupos rurales, a las amas de casa de pueblo frente a las de ciudad -contribuyendo así, junto al acceso más directo a los productos *naturales*, a la valorización de la madre rural frente a la madre urbana-. Y, más allá

---

<sup>82</sup> Así, frente a los dulces comprados en el comercio, los elaborados en casa son naturales: “T- Le dedicamos más tiempo a la cocina... porque como somos amas de casa que no trabajamos fuera (- Claro) entonces le dedicamos más tiempo, yo por ejemplo, si hago dulces pues no los compro, los hago en casa, que hago un bizcocho, lo hago en casa, hago una tarta, la hago en casa de queso, la hago natural, todo lo que pueda, natural” (Amas de casa, El Cerro de Andévalo)

de la diferencia entre pueblo y ciudad, el esquema se aplica en todos los grupos para diferenciar a la madre buena, la que trabaja por su familia, de la mala. La naturalidad del producto elaborado en casa es función del trabajo invertido por la madre en su elaboración: de ahí que comidas, como las conservas caseras, que alejan al producto de lo fresco puedan ostentarse como símbolos de la naturalidad de la comida hogareña: incorporan un suplemento de trabajo extraordinario que valoriza a la madre.

*I. Siempre hemos estado hablando de eso, de las conservas. Pero ¿qué es lo que pasa? Que sí, que se pierde, es más cómodo, comes mal y hacerlo todo rápido y además*

*R. Y que es más cómodo, coger del super el tomate frito, el pisto, (I. Ya hecho), ya hecho.*

*I. Pero que... nada que ver con el sabor y con nada, aparte, la cantidad de conservantes, de vete a saber qué lleva, no tiene nada que ver como lo que hace una*

*A. O la sopa esa de sobre, las porquerías, mayor porquería... yo no soy capaz de probarla*

*R. a mi suegra le da risa porque mi suegra es como las antiguas, lo mismo, me ve que estoy metiendo en el congelador, que si las acelgas, que si las habichuelas las preparo, dice como las antiguas, siempre*

*I. Claro, pero tenemos mucho trabajo*

*R. Eso tiene mucho trabajo*

*I. Hacer... de pisto el trabajo que tienen (-Eso tiene mucho trabajo), para hacer cuatro o cinco botes de pisto, el trabajo que tiene (M. Pero, ¿y lo bueno que está?)*

*Ahí está, y luego, es que es todo (M. Claro que tiene trabajo), es todo, todo tiene su tiempo, hijo, y nos falta tiempo (Mujeres Dúrcal)*

En esta discusión se ve bien este aspecto: la cantidad de trabajo invertido opone a la buena madre de la cómoda. La alimentación natural es la alimentación de la madre que, *como las antiguas*, invierte trabajo en alimentar a la familia. A partir de aquí, cuanto más tiempo requiera una elaboración, más natural el resultado.

*A. Sí trabajamos, salimos al mercado, el trabajo, el hogar y entonces... porque no tenemos acceso... porque emmm... muy precario aquí el empleo (- Claro, claro) pero nos da tiempo a elaborar la comida (-Claro) y aparte que te da tiempo yo creo que... también um.... se sigue todavía equilibrando, por lo menos la mayoría de las madres que veo por aquí en sus casas siguen comiendo comida de cucharita, (- Claro) elaboradas por ellas, eso es muy importante porque por... donde la mayoría de los sitios donde el tiempo es tan escaso, ¿qué se comen? bocadillo, hamburguesas y... (- Precocinados) y precocinados*

*AP. No, eso no, eso sí aquí, aquí sí se come bien. Aquí se hace, porque si se preparan una buenas lentejas se hace... bien, y con mucho refrito con mucho... que no se come ahí a la ligera porque por eso, porque tenemos tiempo. (Amas de casa, El Cerro de Andévalo)*

*I. Lo que pasa es que yo, por ejemplo, te he dicho que he visto a amas de casa que no se dedican nada más que a eso y es una pena que estemos perdiendo porque las he visto comprar y dices “madre mía”, y venga congelado y venga frito, “sí, porque es lo que les gusta”, pero claro es que la primera que no te gusta estar en la cocina es a ti (Mujeres Linares)*

Por mediación de la cantidad de trabajo invertido, se oponen los alimentos lentos a los rápidos. Lo lento es garantía de naturalidad, de salud, de sabor: lo lento es el alimento cocinado con tiempo, con trabajo, por la madre. La cocina rápida es señal de la falta de trabajo y preocupación maternos.

*I. Pero comida rápida es la que sacas de la despensa, le quitas la tapa, la calientas y ya está*

*E. Es que le llamas tú comida rápida a eso, a la que sacamos del congelador y la metemos en el microondas (I. Esa es la que no...) O las salchichas que la abres, tal, las hierves un poquillo y te las comes*

*I. La comida, la que ya está hecha*

*P. Normal, eso es lo que le llamamos comida basura, ¿no? (Mujeres Dúrcal)*

Congelados, fritos, precocinados, bollos industriales...: estos alimentos no arrojan únicamente la sospecha sobre el origen desconocido de los ingredientes; también inculpan a la madre *cómoda* que no se preocupa por la familia: la comida basura es la comida de la madre cómoda. Frente a ellos, las conservas caseras, las croquetas caseras, los guisos, los dulces caseros: alimentos naturales porque incorporan el trabajo materno, y tanto más naturales cuanto más trabajo incorporado, cuanto más lento su proceso de elaboración<sup>83</sup>. Nuevamente, la calidad de la relación se transfiere al producto: el producto natural es el producto de la buena madre. Nuevamente, lo que importa es la relación social implicada en el aprovisionamiento y elaboración, y no los contenidos en nutrientes del alimento.

---

<sup>83</sup> En el grupo de Linares todas las participantes llegan a afirmar, en una especie de competencia grupal por demostrar que se es tan buena madre como las demás, que utilizan la olla exprés destapada, dejando cocinar lentamente como las antiguas.



### **3.1.3. LA NUEVA LEGITIMIDAD DE LO RÁPIDO SANO**

A pesar de la identificación de lo sano con lo lento, en todos los grupos se señala la posibilidad de comidas a la vez rápidas y sanas: revueltos, tortillas, ensaladas... Estas comidas rápidas y sanas, celebradas brevemente en todas las discusiones, presentan una primera característica: se trata de elaboraciones caseras a partir de ingredientes *naturales*. La cocina rápida y sana no podría ser una cocina a partir de precocinados, de elaboraciones industriales: sobre éstas recae el estigma de la química, del origen desconocido, de la madre cómoda. Frente a ella, la buena madre –que entrega su tiempo y su trabajo en la alimentación familiar- podría hacer comidas rápidas y sanas a condición de que las hiciera con productos frescos, *naturales*.

*I. Pero hay comidas que lo que estamos diciendo de, que son rápidas y son sanas, porque una ensalada, más rápido que eso*

*R. Pero una ensalada tampoco la puedes poner de comida (Mujeres Dúrcal)*

Una segunda característica para aceptar –fuera del polo legítimo- comidas rápidas y sanas es que entren en el esquema de lo que es una verdadera comida. En la cita precedente vemos este punto: I, que se halla en el polo legítimo, propone una ensalada como comida rápida; habiendo asimilado fuertemente el discurso nutricionista y utilizándolo como bien de distinción, la ensalada es para ella –que además es vegetariana- el modelo de comida sana. Para R, que continuamente alardea de dedicarle mucho tiempo a la cocina y de hacer multitud de conservas caseras, que se halla muy cercana al modelo tradicional de buena madre, la ensalada no puede ser *comida*, puesto que la verdadera comida ha de ser una comida tradicional, energética y caliente: pucheros, cocidos, guisos de carne... La ensalada podría aceptarse como alimento rápido y sano siempre que acompañara a algún plato que se acercara más al modelo de *comida de verdad* –como mínimo, una tortilla-.

Así, lo rápido sano se acepta puntualmente por los grupos siempre que se acerque a la *comida de verdad* y que no sea una comida preparada industrialmente –ésta es la comida basura de la madre basura-. Podríamos ver en esta introducción de un esquema parcialmente opuesto al esquema central de la buena madre una consecuencia de la creciente penetración del discurso nutricionista. De hecho, son las participantes más cercanas al polo legítimo las que más inciden en la posibilidad de alimentarse de una manera a la vez sana y rápida. Pero otro factor es fundamental para entender la progresiva aceptación de lo sano rápido: la tensión, que hemos visto en repetidas ocasiones, entre el modelo tradicional de la buena madre y la creciente legitimidad de tener un tiempo para sí. Si desde el modelo tradicional una madre se valoriza por el tiempo entregado a la familia, desde la nueva legitimidad esta entrega compite con la

---

legitimidad de poder tener un tiempo propio para dedicarse a ocupaciones distintas de las tradicionales. La existencia de comidas a la vez rápidas y sanas se celebra por los grupos porque permite cumplir con el requisito de la buena madre –alimentar sano a la familia- al tiempo que liberar tiempo de la gestión doméstica para dedicarlo a otras actividades.

Es esta tensión entre los dos modelos de ama de casa, y la mayor o menor distancia de las distintas participantes a cada modelo, la que nos explica los discursos sobre la posibilidad de la cocina rápida y sana. Es en el polo legítimo donde más se incide en esta posibilidad: aquí se reúnen la mayor centralidad del discurso nutricionista junto a la mayor legitimidad del tiempo para sí; la comida sana y rápida permite racionalizar las tareas domésticas y liberar tiempo para otras actividades a la vez que se mantiene la legitimidad de la buena madre que alimenta sano a la familia. En el resto de posiciones, la cocina rápida y sana se celebra brevemente como una solución de compromiso entre la definición tradicional de buena madre y la vacilante legitimidad del tiempo para sí. Es esta tensión la que provoca que se incida mucho menos en esta posibilidad: la cocina rápida y sana, en la medida en que se aleja del modelo tradicional de buena madre y de lo que se considera *comida de verdad*, sólo podría ser una solución en determinadas ocasiones o momentos del día –como la cena-. Una madre que siempre diera a su familia comidas rápidas, incluso con ingredientes frescos, podría ser acusada de mala madre. Esta tensión provoca que se pueda mantener el esquema central –lo sano es lento- a la vez que celebrar esporádicamente la posibilidad de comidas sanas y rápidas: la tensión entre las dos posiciones es la traducción discursiva de la tensión en que se hallan estas madres entre los dos modelos de ama de casa. Pero, a su vez, podemos predecir que la comida sana y rápida tendrá cada vez más aceptación entre estas madres. En la medida en que gane legitimidad entre ellas el nuevo modelo de ama de casa, la legitimidad del discurso nutricionista –con su énfasis en la pérdida de nutrientes debido a la cocción prolongada- será una baza importante para poder justificar, con el aval de la ciencia, la menor dedicación temporal a la cocina: ésta podría coexistir con el mantenimiento simbólico de su posición como buenas madres.

### **3.1.4. LO TRADICIONAL ES NATURAL**

*- Pero, pero por eso estamos en lo mismo porque cuando han ido al macdonals se le ha dado un congelado; si eso es lo que qui..., eso es lo bueno; no es lo mismo para el que... no es lo mismo que las que nosotros freímos; y más sano las que nosotros freímos que están normal partidas de momento a las que están congeladas. Y sin sal ni nada, eh, porque es que no trae sal, eh... (hablan a la vez)*

- (...) *coge el salero y dale que te pego y el ketchup y... y todas las cosas esas...*
- ...claro, le gustan a ellos, todo lo que ven en macdonals, los telepizza
- ¡Ea!, eso, si estamos hablando de lo mismo, del ketchup, la mostaza; todo eso ¿cuándo tú lo has probado antes? (*Mujeres trabajadoras, Sevilla*)

La oposición entre alimentos lentos y rápidos se solapa parcialmente con otra oposición central para categorizar los alimentos como naturales: la que se establece entre alimentos tradicionales y nuevos. Los primeros, alimentos *de toda la vida*, alimentos de la infancia y de nuestra madre, están incorporados como la verdadera alimentación, la natural. Frente a ellos, están los alimentos que se han integrado en las últimas décadas –hamburguesas, pizzas...-, calificados de *inventos*. En la intervención precedente se ve bien esta oposición: los alimentos mencionados, no sólo ponen en juego lo elaborado en casa frente a lo industrial, también lo nuevo frente a lo tradicional: “*todo eso, ¿cuándo tú lo has probado antes?*”. Las comidas nuevas no se han asentado en los hábitos, en los *habitus*, de la misma manera que aquellas que se conocen desde la infancia. Las comidas naturales son las que siempre se han comido, las que hacían nuestras madres: las “*costumbres que nos enseñaron de antes*”. Tenemos aquí un ejemplo magnífico y literal de “naturalización” de lo social: aquellas preparaciones culinarias que vienen de antiguo, en las que uno se ha criado, cuyos sabores están incrustados en lo más profundo del cuerpo, no se ven como una comida entre otras, sino como la *verdadera comida*, la *comida natural*. Por ello los grupos pueden recrearse recordando las comidas de la infancia o alardeando de cocinar los platos *de toda la vida*. *Comida*, a secas, es la que se comió en la infancia. Por ello los modelos de “comida sana y natural” nos llevan constantemente a pucheros, potajes, guisos, cazuelas: las comidas que durante décadas han constituido el componente principal de la alimentación de las clases populares –que suman la legitimidad de lo tradicional, de los gustos incorporados, así como de la cantidad de trabajo invertido en su elaboración, coincidencia nada casual: son los platos de las amas de casa tradicionales-. A partir de aquí, los alimentos se juzgan en base a la antigüedad de su implantación, de su conocimiento. Se acepta que un bocadillo es mejor que un bollo industrial: el bocadillo se conoce de siempre. Pero también es mejor el bollo de la panadería –el que ellas comieron de niñas- que el bollo industrial. Los embutidos tradicionales, si además son caseros, son buenos, naturales. Y a la hora de hacer una pizza, ésta puede ser sana si se le echan componentes *naturales*: atún, jamón york, conservas que no despiertan la sospecha que se cierne sobre el conjunto de las conservas industriales porque se conocen de antiguo. Así, la oposición entre tradicional y nuevo puede recubrir y anular la oposición entre alimentos frescos e industriales: un alimento industrial *de toda la vida* puede juzgarse como *natural* por el hecho de ser conocido de antiguo.

Desde este esquema, los alimentos tradicionales y sus cualidades sensibles se convierten en el baremo a partir del cual se juzga la mayor artificialidad o naturalidad de los alimentos que llegan a la cocina. Cualquier alteración sensible respecto a las propiedades sensibles de los alimentos *de toda la vida* deviene signo de artificialidad. Y a la inversa: cualquier alimento categorizado como *artificial* puede ser acusado de presentar unas propiedades sensibles muy distintas de las del producto *natural*<sup>84</sup>. *Estas alteraciones afectarían en primer lugar al sabor: los productos naturales son los que tienen sabor; los artificiales, carecen de sabor o presentan un sabor degradado o falso, a base de aditivos. Así, todo distinguiría el sabor de las frutas y verduras de verdad –las de huerta- de las de invernadero –acusadas de insípidas o de saber a medicina-, o el de la carne natural de la de granja industrial. En segundo lugar, los productos artificiales se distinguirían de los naturales en las alteraciones que sufren en la cocción: así, los filetes artificiales se encogen en la sartén o montan una espumadera; las espinacas congeladas no dejan el agua coloreada como las naturales; las patatas fritas congeladas dejan un residuo sospechoso en la sartén; los garbanzos en bote sueltan una espumilla sospechosa; la leche industrial no deja nata al cocerla... Por último, otra alteración sensible que se destaca en todos los grupos es que los alimentos de ahora, artificiales, se pudrirían antes. Esta corrupción prematura afectaría tanto a las carnes –jamones que se picarían porque la carne ahora es industrial; fiambres envasados, como el jamón york, el chopped o la mortadela, que se pudrirían con celeridad aparte de presentar una babilla sospechosa-, como a las verduras –que se enmohecerían en el frigorífico a los dos días- como a la misma leche.*

*P. Por eso mismo, que luego nos hemos criado, pues sí, sanamente, porque nuestros padres han sembrado, todo, todo entero, hemos vivido del campo, y luego los animales no los hemos comprado porque ni pollos, ni huevos, porque hasta hace un par de años no hemos comido huevos de, a mí me da mucho asco un huevo, yo apenas como huevo, me da asco, desde que mi madre no me da huevos, y me da mucho asco, y yo iba con mi madre y cogía el huevo directamente de la gallina, ¿cómo va a ser lo mismo? Ahora pues hasta el aceite, nunca ha tenido fecha de caducidad, se ponía rancio, pero fecha de caducidad de un año ¿cuándo ha tenido el aceite fecha de caducidad? (- es verdad), que cogíamos la aceituna, el molino la espachurraba y te traías tu aceite*

- Un bidón de esos de lata, con un grifo abajo y aquello

- Mi madre metía el cucharón

---

<sup>84</sup> Con esto no queremos decir que no existan efectivamente diferencias entre los distintos tipos de alimentos. Sin embargo, las propiedades que distinguen unos de otros son muy variadas, y sólo algunas se convierten en discriminantes. A su vez, la percepción de los sabores no se produce a partir de la nada, sino que se halla estructurada de acuerdo a categorías y expectativas previas. La categorización previa de un alimento como artificial o natural supone así una selección perceptiva que predispone a hallar en el mismo las propiedades que la categoría previa supone.

*P. Y ahora compra una botella de aceite, y si no, mira la fecha de caducidad, al año cumple. Nunca ha cumplido el aceite.* (Mujeres Dúrcal)

Este esquema es tan potente que incluso puede aplicarse a innovaciones que, desde otro ángulo, podrían considerarse signos de mayor control o calidad. Cualquier alteración respecto al pasado, a lo conocido de siempre, es signo de artificialidad: así, que le echen vitaminas a las gallinas o que los huevos o el aceite tengan fecha de caducidad. Aquí, los controles alimentarios consiguen un efecto opuesto al deseado: en vez de inspirar confianza, alimentan la desconfianza.

### **3.1.5. LO NATURAL Y EL DISCURSO MÉDICO SOBRE NUTRICIÓN**

El precepto de la alimentación natural tiene tanta importancia en las clases populares porque en su seno se unen varios registros. Por un lado, la categoría de natural va unida a un orden familiar y moral tradicional: como hemos visto, las dimensiones implicadas en la categoría tienen que ver con dimensiones tales como el valor de la buena madre que invierte trabajo en la familia, la oposición entre lo de aquí y lo de afuera o la valorización de los alimentos de toda la vida. Este discurso, además, se ve reforzado por el discurso médico –que insiste en la necesidad de comer productos frescos frente a los envasados- y por la propia publicidad de la industria alimentaria. Es más, la categoría de natural, aplicada a la alimentación, no es exclusiva de las clases populares: todas las clases la utilizan profusamente aunque le den contenidos distintos. Es esta multiacentualidad la que convierte a la categoría en algo central.

El discurso médico, así, ha contribuido a reforzar la centralidad de la categoría en la conceptualización de los alimentos. Pero, a su vez, los esquemas anteriores juegan un papel fundamental sobre qué tipo de consejos dietéticos se pueden asimilar y cómo se pueden interpretar.

Así, los consejos dietéticos que valoran productos tradicionales, conocidos de toda la vida, son rápidamente asimilados: es lo que ocurre con el aceite de oliva, que reúne las características de ser de aquí –valorización de lo regional- y de ser de toda la vida. Es también lo que ocurre con la valorización de las frutas y verduras: al menos con aquellas que son *de toda la vida*. También los consejos que valoran evitar los precocinados y en general la comida *industrial* pueden ser bien recibidos, así como la exhortación a dar a los niños bocadillos frente a la bollería industrial: engranan, no sólo con el esquema de la alimentación natural, sino también con el valor de la buena madre. A su vez, todas aquellas prescripciones dietéticas que valoricen a las preparaciones tradicionales, son rápidamente asimiladas. Es lo que ocurre con las

legumbres: en los grupos se repite que las lentejas tienen mucho hierro –conocimiento rápidamente asimilado no sólo por valorizar una comida *de toda la vida*, sino también porque es un conocimiento antiguo y porque las legumbres son comidas *fuertes*, que dan energía, con lo que es *natural* que el *hierro*, algo fuerte, pesado, se halle contenido en ellas-, o que las legumbres tienen mucha fibra. Asimismo, en casi todos los grupos se celebran los *desayunos sanos* organizados en los colegios con ocasión del día de Andalucía: estos desayunos a base de pan con aceite –desayunos *de aquí y de toda la vida*, frente a los artificiales *bollicaos*- son inmediatamente aceptados por estas madres, que encuentran el refuerzo de la legitimidad escolar a sus categorías de base. Esta fuerte receptividad hacia los alimentos tradicionales, *naturales*, también posibilita que se asimilen preceptos sueltos que no se limiten a valorizar lo tradicional, sino que hablen de tipos de combinaciones “sanas” que incorporan alimentos tradicionales. Así, se acepta rápidamente que el hierro de las lentejas se absorba mejor con arroz o con una naranja.

Pero otros consejos pueden hallarse en oposición –y ser sometidos a fuertes reinterpretaciones o incluso ser ignorados- a estos esquemas de lo natural. Es lo que ocurre con la leche: no se aceptan las justificaciones sanitarias de los nuevos controles sobre la venta de leche, la más natural sería la comprada directamente en la granja. O también con la bollería: frente a la industrial, la bollería de la panadería, *tradicional*, sería más sana.

Así, una característica general del esquema de lo natural choca frontalmente con el discurso médico sobre nutrición. Como hemos visto, en muchos casos, el juicio sobre el alimento es un juicio sobre la relación social implicada en su obtención y elaboración –no sobre sus componentes nutricionales-: un producto es más natural cuanto mayor relación de confianza, cuanto mayor cercanía social, entre quien lo suministra y quien lo consume. De esta manera, embutidos, bollos de panadería, huevos del pueblo<sup>85</sup>, tocinos de los cerdos pueden considerarse alimentos naturales y sanos al reunir las características de ser tradicionales y *de aquí* –frente, por ejemplo, a los embutidos que vienen de fuera-. Con estos alimentos, la restricción sólo se impondría en caso de enfermedad. Lo mismo ocurre con los guisos tradicionales: preparaciones que incorporan fuertes dosis de grasas animales pueden ser considerados como naturales y sanos porque se han comido de toda la vida; el pan con azúcar –conocido de antiguo- es más natural que el bollo industrial; las conservas tradicionales –atún o mejillones- son naturales porque se conocen de siempre....

---

<sup>85</sup> Así, en el grupo de Dúrcal, la participante situada en el polo legítimo llega a afirmar que los huevos del pueblo son más sanos, que contienen menos colesterol.

Otra característica general de este esquema también puede hallarse en tensión con el discurso médico de nutrición: la oposición entre lo lento y lo rápido. Por una parte, este esquema coincide con el discurso médico –y se refuerza por él– en el énfasis en prescindir de precocinados, de alimentos industriales. Por otra parte, desde este esquema lo importante no son los contenidos en nutrientes de los alimentos, sino el hecho de que su elaboración incorpore trabajo materno, valorizando el tiempo empleado en cocinar: a mayor tiempo de cocción, más natural el producto elaborado. Así, la olla exprés puede verse como un recurso de las madres cómodas, frente a la cocina natural, que consiste en dejar hervir la olla durante horas. Este esquema se enfrenta así a todo mensaje que hable de pérdida de nutrientes debido a la prolongada cocción –de hecho, estos mensajes dietéticos sólo son esgrimidos por las participantes más cercanas al polo legítimo, que se quedan solas frente al grupo que ignora estos mensajes–. Aunque, como hemos visto, este esquema se aplica con flexibilidad –en correspondencia con la tensión que se está produciendo en el esquema de la buena madre sacrificada–, lo que puede dar lugar a que se acepten puntualmente consejos de comida sana que se realice con rapidez.

### **3.1.6. DIETA MEDITERRÁNEA**

*M- Yo pienso que por aquí, por la zona del pueblo lo de la dieta mediterránea esta tan sana y tan (---) aquí sigue ( Varias- No se ha perdido) por tanto no hay que recuperarla, porque aquí se utiliza mucho la verdura, porque la tenemos a la mano ( Varias- sí, sí) se utilizan (- Las legumbres) las legumbres porque... Además otra cosa, yo hablo de mi casa, mi madre dice “si por la noche hay que cenar otra vez, si comes con tenedor al medio día por la noche no vas a comer con tenedor otra vez” (A- Al mediodía con cuchara y por la noche con tenedor) o al mediodía con tenedor y por la noche una sopa, porque toca. Hay que comer con cuchara y tenedor, (- Sí, sí, sí) además, que es una mujer con ochenta y tres años ya, que tiene una experiencia, tiene una salud de hierro, por lo tanto pues... es lo normal, o sea que ellos practican la dieta mediterránea (Amas de casa El Cerro de Andévalo)*

Entre las reinterpretaciones que sufre el discurso nutricionista desde el esquema de natural, una es especialmente relevante: la apropiación que se hace del precepto de llevar una *dieta mediterránea*. Todas las participantes están de acuerdo en que la dieta mediterránea es muy sana, y la identifican fundamentalmente con verduras y legumbres. Ahora bien, ¿en qué consiste exactamente la dieta mediterránea? En la cita anterior, se asimila a verdura y legumbres, pero también a alternar *cuchara y tenedor*, así como a la comida que siempre se ha comido, mientras que en las siguientes se mantiene

la identificación con lo que siempre hemos comido, al tiempo que se introducen el pescado o las conservas caseras, o se identifica con el *cuchareo* frente a lo frito.

*M: Yo creo que la alimentación de hoy en día, y más en este pueblo, seguimos la dieta mediterránea, porque gracias a dios, tenemos ahí un pescado fresco todos los días, que no nos tenemos que preocupar, por ejemplo, si viviéramos en Sevilla o en Madrid que el pescado te viene ya con dos o tres días... Y ya está. También cada casa es un mundo, yo por ejemplo, en la mía, antes de los mensajes que ahora se le está dando mucho bombo a la dieta mediterránea, digo “pero si es la que yo sigo desde que me casé”, o sea, desde hace catorce años y la que he vivido en mi casa y la que estoy manteniendo, y yo creo que eso es una tradición (Mujeres Conil)*

*- Sobre el precio yo pienso que una comida en condiciones, una comida sana, una dieta mediterránea, a la larga te sale mucho más económico que salirte de tapeo, de hamburguesa, de pizza o de pescaíto frito (Mujeres a dieta, Sevilla)*

*- Que eso no quita que en el congelador tengas paquetes de esos por un imprevisto, por un momento, que tengas que ir un médico, que vengas tarde, eso no quita que tengas un paquetito de croquetitas, o de lo que sea, pero como tengas tu comida de tu dieta mediterránea, hecha todos los días, tu *cuchareo* (no es lo mismo), no es lo mismo (Mujeres a dieta, Sevilla)*

*1. ... y hasta hoy, ya no he tenido más olla exprés, y me gusta hacer las cosas lo más natural posible, porque ya te digo, a mí la cocina me encanta (2. A mí también) Y hacer conserva; si yo tuviera un cortijo o tuviera huerta (- Yo la tengo) sería la mujer más feliz del mundo porque a mí hacer conserva me vuelve loca (risa)*

*2. Entonces tú eres mediterránea, eh (Mujeres Linares)*

La dieta mediterránea puede consistir en verduras y legumbres o en elaborar conservas caseras, puede basarse en el aceite de oliva o en comer pescado, pero también puede oponerse a comer pescado frito. ¿Qué punto tienen en común las diversas utilidades de la expresión *dieta mediterránea*? Fundamentalmente, el hecho de que la *dieta mediterránea* es la que comemos *nosotras*, porque es la comida *tradicional, natural*. Así, la dieta mediterránea puede asimilarse en un pueblo costero a comer pescado, mientras que en el interior puede identificarse con *cuchareo* o con alternar *cuchara y tenedor*. Lo que encontramos en los diversos usos de la expresión *dieta mediterránea* son precisamente los esquemas de la alimentación *natural*: la dieta mediterránea opone lo de aquí –legumbres o pescado- a lo de afuera –pizza, hamburguesas-, lo tradicional



–el *cuchareo*, esto es, los potajes, los cocidos- a lo moderno, la buena madre –que hace conservas o que elabora directamente la comida, que logra economizar- a la madre cómoda –que recurre a congelados-. La dieta mediterránea se identifica con la buena madre que elabora directamente los productos y que da a su familia comidas tradicionales.

Nos encontramos así con un caso ejemplar de reinterpretación de las categorías del discurso nutricional a partir del esquema de natural. Esta reinterpretación tiene una condición de posibilidad en la propia imprecisión de la expresión: ¿consiste sólo en comer verduras o legumbres o en comer todo lo que se come en el área mediterránea? ¿consiste en comer *lo nuestro, lo que siempre hemos comido*? Esta imprecisión convierte a la expresión en un campo abonado para todo tipo de interpretaciones, especialmente para aquellas que se hacen desde el esquema de lo sano-tradicional –al fin y al cabo, se trata de comer lo que siempre hemos comido- y desde la asimilación de lo natural a *lo de aquí –somos mediterráneas* (hasta en el pueblo atlántico de Conil)-. Es más, la expresión *dieta mediterránea* es especialmente apropiada para las estrategias, que hemos señalado repetidamente, por ponerse del lado de la *buena madre*, por conceptualizar las propias prácticas como *alimentación sana*. Ello se ve en el uso que se hace del término: nunca se utiliza para decir “*deberíamos comer dieta mediterránea*”; por el contrario, la dieta mediterránea es siempre algo que ya se hace y conforta en la idea de que se está comiendo sano<sup>86</sup>. La imprecisión de la expresión lleva así a una reapropiación estratégica para afirmarse en la convicción de que se come como se debe comer, tradicional y natural, de que se es una buena madre. Por ello, las exhortaciones a la dieta mediterránea son rápidamente recogidas por estas madres sin cambiar en absoluto sus prácticas. La imprecisión y las connotaciones localistas y tradicionalistas de la expresión son las condiciones de su popularización, de su éxito discursivo a la vez que de su fracaso a la hora de modificar las prácticas efectivas.

### **3.2. “COMER DE TODO”**

Al igual que el esquema de natural, el esquema de *comer de todo*, central entre las clases populares, le debe su fuerza al hecho de que une una serie de esquemas de categorización y valorización previos con la legitimidad del discurso médico –que fomenta una *dieta variada y equilibrada*-. Una y otra vez, en todas las posiciones, en todos los grupos, se repite que hay que *comer de todo*. Ahora bien, ¿qué significa *comer de todo*? Bajo el aparente consenso, bajo la aparente aceptación del discurso nutricional, subyacen esquemas que nada tienen que ver con éste.

---

<sup>86</sup> De hecho, el grupo en que no aparece en ningún momento la expresión es el de trabajadoras de Sevilla, precisamente el que defiende el discurso de “no comemos y no podemos comer sano”.

### 3.2.1. POLO LEGÍTIMO: COMER DE TODO COMO DIETA VARIADA Y EQUILIBRADA

Las participantes más próximas al polo legítimo han incorporado, como veíamos, el discurso nutricional como elemento central de la cualificación del ama de casa. No es extraño, por tanto, que asuman el discurso médico sobre la *dieta variada y equilibrada*. Comer de todo sería un imperativo de alimentación sana, un imperativo que se entendería a partir del discurso nutricional. Así, este comer de todo se entiende, en primer lugar, como tener una dieta equilibrada de los distintos grupos de alimentos –carnes, pescados, frutas, legumbres...- y, más allá, en ciertos casos, de los distintos subgrupos específicos –pescados blancos y azules, etc.-. Sin llegar a descomponer los alimentos en sus elementos nutricionales -pero sin renunciar en ocasiones al discurso que habla de hidratos de carbono, vitaminas, minerales...-, aquí la exigencia de comer de todo se caracteriza por esta minuciosa parcelación de los tipos de alimentos a ingerir y por el hecho de que no baste con comer un alimento de cada grupo –así, la dieta variada exige, no sólo comer frutas, sino una amplia variedad de frutas-

Ahora bien, aquí *comer de todo* no implica no excluir alimentos. Todo lo contrario. En la medida en que se basa principalmente en el discurso nutricional, el imperativo de comer de todo coexiste con la proscripción de aquellos alimentos que se consideran desde este discurso como no sanos: alimentos enlatados, grasas animales, salchichas, chucherías, embutidos industriales... El precepto de comer de todo se aplica a aquellos alimentos que el discurso nutricional considera sanos: legumbres, frutas y verduras, en primer lugar, pero también pescados, carnes, cereales...

Este imperativo nutricional no admite paliativos. Una buena madre, desde esta posición, tiene como primer deber nutricional con los hijos acostumbrarles a comer todos los tipos de alimentos sanos. Frente a las otras participantes, que pueden ceder mucho más a los gustos filiales, aquí la cesión es considerada falta grave. Si una madre se queja de que sus hijos rechazan alimentos, se le contesta: “*no te preocupas por educarlos*”.

*I. Pero es que es un problema eso de dar opciones*

*P. Es un problema, pero con tal de que coman algo, a mí no me importa hacerlo, no me importa hacer tres comidas o cuatro*

*I. Yo es que mi cría, mi cría se lo come todo, y yo a mi sobrino lo engaño*

*P. Pero cuando es uno sólo pues... no es delicado, pero cuando... yo tengo tres (varias a la vez)*

*I. Yo antes, lentejas porque lleva verdura no quiere, ahora se las paso y se las come, de chico...*

*P. Yo los míos de chicos no han sido delicados, ahora de grandes son mucho, pero de chicos... yo no he hecho varias comidas*

*I. Yo de chico no le daba opción, si le daba opciones, si a mí me dan a elegir entre una cosa y otra, elijo la que más me gusta, la otra la vas dejando, vas dejando, hasta que llega el punto en que, que nada, se cierra, "no quiero, no quiero"*

*A. Si los dejas acaban comiendo patatas fritas y... poco más*

*I. Cuando le das opción a probarlo todo, llega a... a valorar los sabores y a gustarle las cosas (Mujeres Dúrcal)*

En esta cita y en la anterior vemos cómo I y A –participantes situadas en el polo legítimo- semantizan esta imposición: se trata de abrir el paladar del hijo, de darle la oportunidad de tener un gusto abierto a múltiples alimentos. Frente a la mala madre, que deja que sus hijos se opongan a tipos de alimentos –permitiendo que se cierre su horizonte gustativo-, la buena madre no les da opción a elegir en el presente: es la forma de darles opción en el futuro a elegir, a valorar todo tipo de alimentos. La imposición se ve aquí como productora de libertades y placeres futuros. Y en esta imposición lo prioritario son los componentes nutritivos a ingerir; el tipo de preparación culinaria es secundario, por ello, en un principio, se pueden utilizar todas las técnicas del *engaño*, del *disfraz*. Lo fundamental de comer de todo es la variedad de alimentos, no la variedad de preparaciones.

### 3.2.2. COMER DE TODO COMO NO SER DELICADO

Habíamos visto anteriormente cómo, en las discusiones entre el polo legítimo y el resto de las participantes, éstas esgrimían su *buena boca* frente al estricto control alimentario de las más convertidas al discurso nutricional. Desde las posiciones tradicional y mayoritaria, se opondrían dos tipos de sujetos: el que tiene *buena boca*, que disfruta de comer todo tipo de alimentos y preparaciones, y el *deliciao*, el que pone *remilgos*, el que rechaza múltiples alimentos y preparaciones, el que no puede ir a cualquier sitio y disfrutar de cualquier comida. A partir de esta oposición, *comer de todo* es un valor moral: es el valor de quien puede ir a todas partes y comer lo mismo que comen los demás.

*E. Yo tampoco lo veo sano, yo no, yo prefiero una comida y que de esa misma comida que coman todos, que coman más o menos, vale, pero después a lo mejor le acompaña con lo que sea, si tienes más... porque se han quedao con hambre o lo que sea, pero ¿una comida para cada uno? No. Pero también estoy de que es por... porque no los hemos enseñao desde pequeños (P-No) No, porque no los has enseñado, Puri*

*P. No, porque los míos desde chicos han comido de todo. Ahora, de grandes tienen que*

*tener más luces, que no les gusta pues ni los pucheros de hinojos, ni las coles y ellos han comido de todo, igual que hemos comido los grandes*

*E. Bueno, porque los mismos grandes le vamos consintiendo más y por ejemplo, yo hoy he hecho arroz, ¿no? por ejemplo, bueno, que alguna vez te da hasta qué sé, van comiendo, que si el tomate, que si el pimiento, por muy chiquitito que lo piques tú, pim, pim, pim, pim, y cuando ya al final, digo “madre mía, niño, ¿qué estás comiendo?, tiras la comida entera” (Mujeres Dúrcal)*

En esta discusión se ven bien las diferencias que separan este *comer de todo* del discurso nutricional. Lo importante no es ingerir las cantidades adecuadas de los distintos componentes nutricionales, sino no apartarse del grupo, de la comida común, por gustos particulares. Por ello, E puede dejar que coman lo que quieran si antes han probado la comida común: no importan tanto las cantidades ingeridas de cada alimento, como el hecho de que no se rechace ninguna preparación culinaria, que uno se acostumbre a comerse lo que le pongan en el plato, lo que los demás comen –y lo que la madre cocina-. Por ello, P se queja de que los hijos ahora no comen pucheros de hinojos o coles: no se trata tanto de tener una dieta variada de verduras –de hecho, el puchero de hinojos es un plato rebosante de grasa de cerdo-, como de no rechazar los platos normales en el pueblo, en su grupo social. Por ello, E se queja de que los hijos picoteen en el arroz: no se trata tanto de que no coman tomate –que se comen en la ensalada-, como de que no sean *mijitas*, que no vayan apartando cosas del plato: el niño que come bien se come todo lo que le ponen y no muestra ascos; lo importante no es el rechazo de un alimento en particular, sino de una preparación culinaria. El pecado es rechazar la comida *normal*.

*Comer de todo* implica así, en primer lugar, comer lo que todos comen: la comida *normal*. Por ello el precepto no se aplica de la misma manera a todos los tipos de alimentos o preparaciones: el que sabe *comer de todo* es el que disfruta de las comidas que siempre se han comido, las comidas tradicionales. Por ello, las quejas sobre los niños que se niegan a comer de todo son quejas sobre su rechazo a los potajes, a los cocidos, a los pucheros, a las coles, a los guisos tradicionales. Por ello, se puede decir que el niño ahora come de todo, no porque coma de todos los tipos de alimentos, sino porque come con gusto cocidos y potajes<sup>87</sup>. La prescripción *comer de todo* puede coexistir perfectamente con la exclusión de multitud de alimentos que no entran en la

---

<sup>87</sup> En la siguiente cita se ve perfectamente cómo comer de todo se refiere a alimentos tradicionales, mientras que comer pasta es no querer nada, cositas. También se ve cómo se puede mantener que los hijos, que rechazan las verduras, son buenos comiendo por el hecho de que les gusten los cocidos: “J: No, no, por eso no... Yo a mis hijos de cuando eran chicos, comían de todo, de todo, de todo; ahora, que son mayores, no quieren nada: espaguetis, macarrones, cositas de esas; y mis hijos son buenos comiendo ¿eh? Mis hijos te comen un cocido de lentejas, te comen un cocido de lo que sea; ahora ¿verdura?, no entra la verdura; el chico, el chico sí se come algo, se come aunque sea un poquito; ahora, el mayor, no come nada de verdura; además que se pone de mal humor...” (Mujeres Conil)

dieta tradicional. Aquí, como en el esquema de natural, la prescripción es comer la *comida de verdad*, esto es, los platos que han integrado lo fundamental de la dieta en la infancia de los padres<sup>88</sup>.

*4. Pero los niños es eso, es la novedad de lo que ven, de lo... pero ahora llega, pon que tu hijo se vaya a un campamento, como... yo me acuerdo el mío fue hace dos años con el hospital por la alergia y me llama un día "Mami, que no he comido", "¿por qué?", "porque había verdura", digo "¿has visto tú lo que pasa por no querer comer verdura en casa?"; porque ahí es eso lo que hay, porque ahí para cuarenta niños, cincuenta niños, no van a hacer una comidita y ahí procuran siempre más o menos mantenerlo... que vayan una eso equilibrada, digamos; si comen pescado a la noche, al otro día verdura; venga hijo, "mami, no he comido"; y ahí tampoco tiene dinero para comprarse un bollicao ni porquerías; digo "pues jódete ahora, que eso es lo que hay", que aprenda a comer. (Mujeres trabajadoras, Sevilla)*

*Comer de todo* no supone únicamente un valor de integración en el grupo. También tiene un valor de supervivencia. El que come de todo puede comer en cualquier sitio; el que no, puede quedarse sin comer. Comer de todo supone así la modulación, en el ámbito alimentario de un principio que, como hemos visto, es fundamental en los esquemas de percepción y apreciación de las clases populares: el principio de escasez. Este principio supone que el sujeto fuerte, el que sabe resistir, el que tiene valor de supervivencia, es el que sabe adaptarse a la escasez reinante: el que no tiene *caprichos*, necesidades inútiles. Este principio es fundamental en grupos sociales acostumbrados a situaciones de escasez de recursos: aprender a ser sujeto, a valerse por sí mismo, es aprender a vivir en la escasez. *Comer de todo* constituye así la aplicación del principio de escasez a la alimentación: el sujeto que puede comer de todo es el sujeto que puede adaptarse a cualquier situación y a cualquier comida.

Este principio, a su vez, se halla integrado –especialmente en el polo tradicional– con la identificación de la salud con la incorporación de energía. Como hemos visto al analizar el polo tradicional, la primera norma de salud es comer, incorporar energía; el qué se coma es secundario<sup>89</sup>. Por ello el *delicado* de boca también puede ser el *delicado* de salud: aquel que, por sus *caprichos*, rechaza comidas se expone a caer en un estado de *debilidad*.

---

<sup>88</sup> En la mayoría de los casos, las comidas que constantemente se mencionan como ejemplo de saber comer de todo son los garbanzos y las lentejas.

<sup>89</sup> Como hemos señalado al analizar el esquema de la buena boca, íntimamente relacionado con el de comer de todo, esta asimilación de la salud con la incorporación de energía también puede relacionarse con las condiciones de vida que durante mucho tiempo han imperado en las clases populares, en las que coexistían un fuerte gasto de energía en duros trabajos físicos con una escasez crónica o periódica de alimentos: la preocupación cotidiana y prioritaria de salud era introducir suficiente energía en el organismo.

5. *Aprendió a comer en Granada, porque él el cocido había que echarle los garbanzos contados sin que le cayera nada y cuando yo lo vi un día dice “no mamá, si a mí me gusta esto”, y yo, con su zanahoria, su habichuelilla, su carne picada, su todo, todo le gusta, que le pongo unos cuencos que de verdad el tío está* (Mujeres Linares)

5. *Los pimientos morrones no había qué, en mi casa yo los guisaba para mi marido y para mí, bueno, pues ahora no llevas pimientos morrones que es antes de que lo pongas en la mesa han desaparecido. ( Varias: Claro) Todos. Han aprendido a comer* (Mujeres Linares)

Comer de todo implica así comer en cantidad: el niño que aprende a comer come con gusto grandes cantidades de todos los alimentos. Se funden el valor de salud y el de integración en el grupo: el niño que come de todo puede ir a comidas comunes, a banquetes, disfrutando de lo que los demás disfrutan y exhibiendo su buena boca. Frente a él, el niño delicado o el que come poco pone en evidencia a su madre, que no le ha enseñado estos valores<sup>90</sup>.

1. *Yo creo que con los niños es que somos muy permisivos, eh, porque yo oigo a madres y dicen es que tú, y digo no, yo no soy mejor madre que nadie, simplemente que en mi casa se pone un plato y eso es lo que hay, quiero decirte, yo no me voy a levantar a hacerte a ti un huevo (5. No, no, eso tampoco) Porque eso lo tienen muy claro desde siempre, quiero decir, a mí la cocina me encanta, pero comidicas no, quiero decir, se hace una comida y eso es* (Mujeres Linares)

Comer de todo tiene otro valor: el respeto del orden familiar y doméstico. En primer lugar, porque se come lo mismo que los demás, no se exige una comida especial: comer en familia es, en primer lugar, comer conjuntamente la misma comida. En segundo lugar, porque no le causa molestias innecesarias a la madre: el hijo que no come de todo, que tiene *caprichos*, que exige *comidicas*, en vez de apreciar la cocina materna y respetar a su madre, se convierte en un tirano que *esclaviza* a la madre.

Integración en el grupo, aprendizaje del principio de escasez, salud en la incorporación de energía, respeto del orden doméstico y familiar: estos son los principios implicados en la expresión *comer de todo*. La similitud con la *dieta variada y equilibrada* del discurso médico sobre nutrición –y su corriente divulgación como *comer de todo*– provoca que estas madres refuercen sus esquemas previos con la legitimidad del discurso médico. Pero los comportamientos que ambos esquemas promueven pueden ser muy distintos. En primer lugar, porque frente a la categorización de alimentos en

<sup>90</sup> “A. ...cuando vayan a comer o de cortijo que dices “es que mi niño no come”, porque a mí me pasa eso con el mío pequeño que come poquillo, (- el mío es malísimo), “que es que mi niño no come”, te deja en ridículo (risas)” (Mujeres Dúrcal)

componentes bioquímicos del discurso médico -que lleva a buscar un equilibrio entre los nutrientes fundamentales y a descartar determinados alimentos *desequilibrados* en grasas, azúcares, etc.-, aquí comer de todo incluye todos los tipos de alimentos: tanto las verduras como los embutidos, las frutas como las grasas, el pescado como los sesos. En segundo lugar, porque aquí comer de todo implica comer con gusto grandes cantidades, frente al control calórico que supone el discurso nutricional. En tercer lugar, porque aquí *comer de todo* se refiere tanto a tipos de alimentos como a preparaciones culinarias. Lo importante es que no se rechacen comidas: tipos de elaboraciones, “platos”. Desde el discurso nutricional, se puede engañar para que el hijo ingiera los componentes nutricionales que necesita: lo importante no es la forma de elaboración, sino el hecho de ingerir los distintos tipos de alimento que necesita. En el esquema de la buena boca la concepción es distinta: el rechazo de un tipo de elaboración es tan malo o incluso peor que el rechazo de un tipo de alimento. Así, las madres pueden quejarse de que los hijos no quieren arroz con carne –aunque coman ambos por separado-, de que rehúsen el pollo con hueso –aunque lo coman deshuesado-, de que aparten la zanahoria cocida del guiso –aunque la coman cruda- o incluso de que se nieguen a comerse la pasta con tomate frito de lata: lo que se censura como comportamiento *deliciao* es el mismo rechazo a comer lo que se pone, independientemente de su valor nutricional desde el discurso médico.

*E. Y ahora tú compras un jamón compras un jamón, uno, y cuando se te ha terminado a lo mejor, ya como vamos tan delicados hay que esperar un tiempo para que descansan del jamón (risas, comentarios) hay que esperar un poquito que se les pase el empacho del jamón para comprar otro, y antes, por los clavos de Cristo (Mujeres Dúrcal).*

La cuarta razón por la que este discurso de la *buena boca* difiere del nutricional tiene que ver con su valor de integración en torno a los alimentos tradicionales. Comer de todo es comer comidas *normales*: las que siempre se han comido. Por ello, el precepto se aplica con más fuerza –se permiten menos los *caprichos*- cuando se trata de comidas valoradas tradicionalmente, y que la madre conoce desde niña -pucheros, cocidos, guisos<sup>91</sup>, embutidos tradicionales: comidas *de toda la vida* que verdaderamente *alimentan*-, pero puede debilitarse cuando se trata de productos nuevos, de productos que, como el yogur, no entran en el menú tradicional. El niño que come de todo, come, en primer lugar, lo que siempre hemos comido<sup>92</sup>.

---

<sup>91</sup> De hecho, algunas de estas madres relatan con orgullo que sus hijos son de cuchara: sus hijos comen bien porque comen los platos emblemáticos de la comida tradicional, que son en su mayoría platos de cuchara –cocidos, pucheros...-.

<sup>92</sup> En el grupo de mujeres a dieta hay discusiones sobre si la comida de régimen supone comer de todo: lo hace cuando incluye los alimentos que se comen normalmente -chacina, cerdo, pescado frito...-: “P- Mis comidas que me ha mandado ella, que me ha dado un papel así, yo como perfectamente, como más que antes y yo he perdido 30 kilos (E-Y comes de todo, ¿no?) Y como de todo, como una vez a la semana chacina, y como una vez a la semana cerdo y como todo, pescado frito una vez a la semana” (Mujeres a dieta, Sevilla).

### 3.2.3. SÍNTESIS ESTRATÉGICAS

Estos dos marcos de significados de *comer de todo* –el discurso médico y el de tener buena boca- coexisten en realidad en todas las participantes. Por un lado, las más próximas al polo legítimo han sido socializadas en los valores de la buena boca, y los siguen manteniendo junto al discurso médico sobre nutrición. Por otro lado, las madres más próximas al polo tradicional también conocen esta máxima ampliamente divulgada del discurso nutricionista y sus ramificaciones más comunes –hay que comer verduras, frutas, cereales, pescado, carne-.

En las posiciones más próximas al polo legítimo, a un tiempo que se habla de dieta variada y equilibrada, se insiste una y otra vez en que constituye falta grave dejar que el niño tenga caprichos. Estas madres manifiestan una especial severidad con las fobias filiales: sólo en casos excepcionales se permiten. Y la imposición va mucho más allá de conseguir un equilibrio dietético: cualquier signo de *delicadeza* equivale a mala educación del hijo, que tendría que comer de todos los tipos de alimentos, pero también acostumbrarse a todos los tipos de preparaciones. Cualquier exigencia de comidas especiales se resiente como un intento ilegítimo de esclavizar a la madre. Fundiendo a la vez los preceptos del discurso nutricionista y del principio moral de comer de todo, pueden llegar a obligar a comer todo tipo de verduras, sin ninguna excepción. En esta síntesis de ambos principios, la diferencia que presentan con el resto de participantes es su rechazo de aquellos alimentos que, como los embutidos grasos, se consideran poco adecuados para la salud desde el discurso nutricional: enseñar a comer supone también enseñar a rechazar determinados tipos de alimentos.

En el resto de las participantes, la exigencia moral de comer de todo se enuncia comúnmente como exigencia de comer de los distintos grupos de alimentos. Comer de todo es a un tiempo no ser *mijitas* e incluir en la dieta verduras o pescados. Incluso se pueden dar razones dietéticas para las comidas que más se valoran: las legumbres han de comerse, no sólo porque son la comida verdadera, sino también porque tienen hierro o fibra. El discurso nutricional refuerza los esquemas previos al tiempo que introduce modulaciones en ellos: especialmente en la fuerte valorización, muy compartida por todas las participantes, de alimentos como las frutas y verduras en la dieta cotidiana. Pero, al mismo tiempo, el discurso nutricional puede ser modulado en base a categorías previas. Así, tal como hemos visto en el caso de la dieta mediterránea, el equilibrio dietético puede interpretarse a partir de categorías tradicionales, como la diferencia entre cuchara –sopas, cocidos, pucheros- y tenedor –carnes, pescados-: una comida equilibrada es comer cuchara y tenedor.



5. *En mi casa con las carnes no hay problema, el problema es el pescado, el pescado, una vez a la semana pongo pescado y ese día hay música, y procuro un pescado que sé que se lo van a comer. (- Yo, las cabezas) A uno le gusta los calamares, a ese no le puedo poner otra cosa porque sé que no va a comer nada, por ejemplo, si pones pez espada pues compras un poco de calamares para él y pez, filete de pez espada para los demás, si compra merluza lo mismo, siempre a él le tienes que comprar, para que coma algo de pescado, calamares (Mujeres Linares)*

A su vez, aquí como en el caso de la alimentación natural, el precepto de la alimentación variada se modula estratégicamente en función de las prácticas efectivas. Hay que comer de todos los grupos de alimentos: en esto todas están de acuerdo. Ahora bien, ¿cuántos alimentos de cada grupo son suficientes para cumplir con el precepto? Aquí las posiciones varían, en función fundamentalmente del control que se haya logrado sobre los hijos. Cuando la madre logra una imposición fuerte, el precepto de la dieta variada puede abarcar muchos alimentos de cada grupo y muchos tipos de preparaciones. A medida que la imposición que se logra es más débil, a medida que topa con mayor resistencia filial, el criterio se va relajando: comer un tipo de pescado basta para decir que se come pescado –o incluso, puede bastar con que se coman gambas-, un yogur de frutas sirve para cumplir con el precepto de incluir fruta en la dieta, unas natillas industriales pueden suplir la ingestión de otros lácteos. La mayor o menor exhaustividad de las categorías se modula así en función de los gustos propios y familiares. Asimismo, desde la asimilación de *comer de todo* a comer las *comidas normales*, el precepto también puede modularse en función de la oposición filial y llegar a cumplirse simplemente con que se coma una pequeña cantidad –aunque sean tres cucharadas- de la *comida normal*, o cuando se realiza esta ingesta en la comida principal –mientras que se pueden comer pizzas o precocinados en la cena-. Como de lo que se trata es de no rechazar la comida, una pequeña ingesta permite “hacer como” que se cumple el precepto: no se ha rechazado la preparación culinaria. Nos encontramos así con una aplicación particular de una dinámica general señalada anteriormente: la buena madre alimenta bien a su familia, y el criterio de alimentar bien se hace variar en función de las prácticas efectivas para que una se halle incluida dentro del grupo de las buenas madres. En el caso de comer de todo o de tener una dieta variada, todas las participantes coinciden –en nuestra casa comemos de todo, tenemos una dieta variada-, aunque las prácticas efectivas sean enormemente variables. El precepto de la dieta variada es perfectamente asumido por todas en la convicción de que todas lo cumplen.

En conclusión. Debido a los esquemas implicados, y a la enorme flexibilidad del esquema –se puede expandir o contraer estratégicamente en grupos de alimentos en función de las circunstancias prácticas y los gustos familiares-, los preceptos médicos de *dieta variada* pueden sufrir una enorme distorsión. Por ello, como en el caso de la dieta mediterránea, estos preceptos generales tienen muchas posibilidades de ser recogidos por estas madres, al tiempo que pocas posibilidades de alterar los comportamientos efectivos.



## **4. DEL NIHILISMO AL MATIZ. ITINERARIOS DE MADURACIÓN EN LA RELACIÓN DE LOS JÓVENES DE CLASES POPULARES CON LOS ALIMENTOS**

---

En las páginas que siguen, analizaremos dos grupos de discusión realizados, uno con chicas estudiantes de secundaria y otro con estudiantes universitarios -tanto hombres como mujeres-. El texto se concentrará primero en la que denominamos “posición joven” en la alimentación, fundamentalmente a partir del discurso del primero de los grupos. Posteriormente, y utilizando sobre todo el material proporcionado por el segundo de los grupos, construiremos los procesos de maduración alimentaria que caracterizan la salida de la condición joven. Debido a que los discursos de los grupos no son internamente homogéneos –es decir, las temporalidades biográficas, en lo que concierne a la alimentación, no se expresan en cada grupo de una sola manera-, intercalaremos, en ciertas ocasiones, interpretaciones de material surgido en ambos grupos. La referencia al material de ambos grupos permitirá, además, mostrar en qué puntos los participantes comparten una cierta cultura somática común, resultado de su pertenencia a un espacio social determinado.

### **4.1. INFANCIA Y ADOLESCENCIA ALIMENTARIA**

La relación del individuo con la alimentación comienza con un proceso de inmersión en la cultura alimentaria del grupo familiar. Durante su infancia, los individuos incorporan los gustos alimentarios de la familia y con ello una relación práctica con los alimentos en tres dimensiones fundamentales. En primer lugar, el individuo adquiere una definición práctica de qué se come y qué no se come. En segundo lugar, un conjunto de normas acerca de cómo se debe comer. En tercer lugar, un proceso de identificación de la comida con un conjunto de actividades familiares: hablar, ver la televisión, etc. Una suerte de habitus alimentario se configura de este

modo. En él se encuentran presentes respuestas prácticas a las cuestiones acerca de qué se debe comer –y en cuanta cantidad-, cómo debe comportarse uno ante los alimentos –cómo ingerirlos, cómo presentarse uno ante el resto de los comensales...- y qué cosas deben de hacerse mientras se come. Tales respuestas prácticas remiten a culturas de clase social, a modos de definición de la diferencia sexual, a culturas de clases de edad y a siempre específicas configuraciones familiares. Detrás de los gustos, cabe descubrir figuras sociológicamente relevantes respecto de cada una de tales dimensiones de la vida social e individual. El gusto naturaliza la aceptación de un orden familiar; el disgusto, por contra, su impugnación más o menos racionalizada y explícita. Los alimentos reciben así la transferencia del valor asociado al vínculo afectivo establecido con la persona que los suministra. Esto explica cómo, en ciertos casos y en lo que a los alimentos familiares respecta, el individuo explicita una fe que supone la suspensión de todo juicio racional:

*-Los alimentos de antes pues serían mejor, pero no tenemos en cuenta si los alimentos de hoy son mejores que los de antes y los tomamos. Como nos alimentan bien nuestras madres, pues nos los comemos.*

*-Todo lo que nos pongan.*

*-Todo lo que nos pongan (Torredelcampo, chicas jóvenes)<sup>93</sup>.*

Durante la etapa de la vida definida como infancia, el individuo, en las sociedades occidentales, queda excluido de las prácticas de elaboración de alimentos. Las prácticas alimentarias se incorporan mediante juegos en los que cobra lugar una nascente diferenciación sexual del trabajo. La elaboración efectiva de los alimentos se aprende por observación sin participación. De este modo, la definición dominante de la infancia en las sociedades occidentales sitúa al niño, en lo que a la alimentación se refiere, como consumidor de alimentos y representaciones y como agente de recreaciones lúdicas de las prácticas alimentarias (Garabau-Moussaoui, 2002: 96).

La adolescencia y la juventud colocan al individuo en escenarios sociales que trascienden, en lo que a la alimentación toca, la cultura familiar. A la vez, dentro de la familia, los jóvenes empiezan a ocupar una posición cada vez más activa. Comienza una participación progresiva en la elaboración de los alimentos. De este modo, se adquieren ciertas competencias en lo que se refiere a la elaboración de los alimentos. Estas competencias están particularmente marcadas por la división sexual del trabajo. La transmisión de saberes y prácticas alimentarias se produce, fundamentalmente, de la madre a la hija. Con tales competencias comienza la preparación de platos periféricos

---

<sup>93</sup> En las citas de los grupos, se señala con un guión cuando no se puede identificar la voz y con una letra cuando ha sido posible.

(aliños, postres, ensaladas, etc.) así como la participación en la organización de la mesa (poner los cubiertos, el mantel, etc.). Como se ha escrito, “los niños se convierten en adolescentes cuando son considerados por sus padres capaces de asegurar las tareas domésticas” (Garabuau-Moussaoui, 2002: 103). Evidentemente, el grado de madurez o infantilización varía enormemente según las prácticas de división sexual del trabajo y según las definiciones dominantes de la infancia presentes en los distintos grupos sociales y configuraciones familiares.

## **4.2. POSICIONES DE DISCURSO, CENSURA Y DESPOSESIÓN DE SABERES. LIMITACIONES DEL GRUPO DE DISCUSIÓN EN EL ESTUDIO DE LA ALIMENTACIÓN DE JÓVENES DE CLASES POPULARES**

*-Un problema como la alimentación ha sido duro de afrontar en primer momento, no suele ser tema de discusión cuando los jóvenes nos juntamos, pero se ha alcanzado un nivel suficiente de profundidad en el tema, exentos de superficialidad (Granada, jóvenes universitarios).*

*(Preceptor): Sí, es que es sobre eso sobre lo que queremos hablar [de la alimentación].*

*-Claro.*

*-De las juergas hablabais todas.*

*-De eso no me callaba yo.*

*-La verdad es que eso es lo mejor. La juventud y los fines de semana. Los botellones ¿no? [Risas]. Eso mejor (Torredelcampo, chicas).*

La relativa desposesión de saberes y el acceso muy limitado a las prácticas de preparación de alimentos vuelve difícil la conversación respecto a la alimentación. Sólo el acceso a la condición de estudiante que vive fuera del domicilio familiar exigirá una incorporación práctica a la adquisición y elaboración de los alimentos<sup>94</sup>.

---

<sup>94</sup> *-Si yo saliera a estudiar estaría todo el día a base de congelados y de cosas de esas.*

*-Influye bastante quién salga por ahí fuera. Pues entonces sí se plantea lo que es estar en su casa, al estar fuera y que se lo tiene que hacer todo; entonces yo creo que ahí es cuando te das tú cuenta de lo que verdaderamente es tu casa y te lo hacen todo.*

*-Y además que es mucha gente. ¡Hombre!, nos ponemos a hablar, pero que es mucha gente que no prefieren irse por ahí por tal porque se creen que no van a ser capaces de estudiar, por tal de hacerse tantas cosas y de estar solos y... Por ejemplo, soy una que no me quiero ir por ahí, prefiero [estudiar] en Jaén (Torredelcampo, chicas).*

La ausencia de dinámica de discusión en uno de los grupos y la asimilación de éste –por momentos- a una entrevista colectiva se encuentra sin duda en relación con la ausencia de competencias sobre el tema que resienten los participantes. Por lo demás, este grupo (formado por chicas estudiantes de secundaria de entre 17 y 19 años, Torredelcampo) muestra una constante relación escolar con el preceptor. El preceptor –identificado como profesor universitario o como investigador del gobierno andaluz- es un individuo que juzga los comportamientos alimentarios y respecto del cual cabe o un comportamiento de sumisión a la norma que supuestamente representa<sup>95</sup>, o un contraataque irónico –por ejemplo, haciéndole ver que como representante de la norma su comportamiento no es coherente-<sup>96</sup>. En ocasiones ambas actitudes (sumisión escolar y distancia irónica del grupo de iguales respecto del mundo “adulto” e “institucional”) penetran un mismo discurso y la celebración de la norma se convierte rápidamente en cortocircuito cínico de la representación discursiva<sup>97</sup>.

### **4.3. TRANSMISIONES DE ROLES EN LAS CLASES POPULARES Y DIVISIÓN SEXUAL DEL TRABAJO**

Las competencias alimentarias en clases populares suponían una rígida división sexual del trabajo. La madre era la responsable de la alimentación de los niños y la transmisión se desarrollaba en dirección a las hijas. La participación de los padres en la cocina quedaba –y queda- restringida a actividades extraordinarias –ligadas a una profesión con prestigio, la de cocinero, o a intervenciones puntuales y breves

---

<sup>95</sup> Especialmente visible en los momentos en que el grupo califica sus elecciones como “tontería”, es decir, renuncia a establecer un discurso racional de defensa de sus costumbres:

*-De eso sabemos lo que es sano y lo que no, pero nos da igual.*

*-Te da igual porque somos tontos.*

*Preceptor: ¿Sois qué?*

*-Tontos [Risas].*

*- Ignorantes.*

*-Bueno, un poco (Torredelcampo, chicas).*

<sup>96</sup> *El preceptor está fumando y una de las participantes, mientras se discute sobre por qué los jóvenes no comen sano le inquiere: ¿Quién no fuma? Pues la gente ésta que... como los deportistas, porque saben que es malo para su físico, pero los demás... Por ejemplo, ustedes están fumando (Torredelcampo, chicas).*

<sup>97</sup> *-Entonces los productos cada vez pues van, irán saliendo con menos vitaminas y menos... Como antiguamente todo salía de la huerta pues así...*

*- [Risas].*

*- Si se comía bien. Los abuelos, pues...*

*-[Risas].*

*-Cantaban.*

*-Y los animales también, como los criaban en sus casas... (Torredelcampo, chicas).*

(los padres tienen una comida que siempre hacen en momentos especiales)-<sup>98</sup>. La responsabilización en las tareas alimentarias confirmaba así la orientación centrípeta de las hijas –en dirección al hogar y al cuidado del grupo familiar- y permitía la orientación centrífuga de los hijos –vinculados al mundo del espacio público y de la exterioridad respecto al hogar-. El mundo de lo masculino y lo femenino se oponían como el afuera y el adentro. Esta transmisión continúa siendo dominante aunque se percibe en retroceso:

*-Poquísimos [los hombres que colaboran en el hogar].*

*-Eso va en la madre, eso va en las madres ya. Si la madre lo tiene acostumbrado de pequeño a hacérselo ella todo, pues el chiquillo ya cuando es grande pues le dicen: “¡Que me lo hagan todo!”*

*-Mis hermanos no hacen nada, ni las camas.*

*-Por eso.*

*-A lo que los acostumbres.*

*-Eso es a lo que los acostumbren los padres.*

*-Y mira que ya parece que se están acostumbrando más. Las madres ya se preocupan más por enseñar también a los hijos a hacer las tareas de la casa. Pero es que parece que como eres chiquilla ya todo en la casa...*

*-Eso es...*

*-A fregar, y el chiquillo, si su padre es del campo...*

*-Campo.*

*-El campo, por el padre; y si no, a trabajar con su padre. Y cuando venga a su casa que tenga la comida ya hecha.*

*-Hoy en día eso ya es menos habitual, pero todavía se ven cosas de esas (Torredelcampo, chicas).*

La adquisición de competencias domésticas formaba parte de los atributos con los que cotizaban las mujeres en el mercado matrimonial. La relación de intimidad

---

<sup>98</sup> D: En nuestra cocina, aunque mi madre trabaja fuera, pero la que hace de comer era ella. Hombre, aunque algún tiempo se tiró mi padre haciendo de comer. ¡Y es buen cocinero! ¿Eh? La verdad que los hombre son... [Risas].

C: A mi padre no lo vas a ver tú haciendo de comer.

D: Es que mejores cocineros son los hombres, y es verdad.

C: ¿El mejor cocinero es un hombre?

D: Pues mira el Carlos Arguiñano. Todos los importantes son hombres.

C: Pues tú dile a mi padre que te haga una paella que verás a ver lo que te saca.

D: Es verdad, los hombres destacan más en la cocina, no sé.

A: Destacan en todo más.

C: Pero es más extraño ver a un hombre, y entonces le damos más fama.

A: No, no, vamos a ver, te estoy diciendo, sabes lo que te digo, han destacado en todo más por lo que han destacado en todo más. Porque ha sido un mundo machista, y el hombre tiene que estar por encima de la mujer. Pero yo conozco hombres que cocinan muy bien, conozco mujeres que no creo que... porque llevan cocinando desde lo ocho años. Ya nada más que por eso... (Granada, jóvenes universitarios). Véase sobre esta cuestión J-P. Poulain (2002: 49).



entre las madres y las hijas se solidificaba alrededor del aprendizaje alimentario; esa intimidad proporcionaba recursos a las hijas para el futuro dominio del espacio doméstico. Una de las funciones básicas de una buena madre era la producción, en su hija, de una futura buena madre. La reproducción de los roles sexuales encontraba así una vía regia de circulación.

#### 4.4. PÉRDIDA DE VALOR DE LAS COMPETENCIAS DOMÉSTICAS

La entrada en el mundo escolar y en el mercado de trabajo modifica la percepción del valor de cambio de las competencias domésticas en el mercado matrimonial. El acceso al mercado de trabajo impone nuevas formas de valorización de las mujeres ante los hombres que trascienden las competencias domésticas. Saber organizar una casa deja de ser condición inexcusable del acceso al mundo de la pareja y del matrimonio. De hecho, las competencias domésticas no han arrancado aún a las chicas participantes en el grupo (de entre 17 y 19 años) de la condición juvenil respecto a la alimentación. Su nivel de implicación en la cocina sigue estando restringido a prácticas periféricas<sup>99</sup>.

---

<sup>99</sup> -Yo poquitas veces [ayudo a cocinar].

-Yo sí, pero cosas fáciles. Potajes ni nada de eso, de eso no.

-Y las pastas.

-Pero sí, cosas fáciles sí.

-Yo poquitas veces.

-Yo no soy una cocinera de alta alcurnia.

-Yo si preparo alguna comida es para mí, no para la familia.

-Hombre, claro.

-Cosas fáciles.

Preceptor: Para la familia, ¿no preparáis ninguna?

-No.

-No.

-A veces sí.

Preceptor: ¿A veces?

-Pero cosas fáciles, ya te digo, que no hago comidas de estas... Pero a veces sí.

-Hombre, la que sabe pues puede preparar...

-Hombre, eso también si te gusta, pues... Muchas les gusta estar al lado de las madres para...

-En la cocina, claro.

-Para aprender, pero si no te llama la atención que te diga hacer unas comidas...

Preceptor: Y lo de estar al lado de las madres en la cocina, y tal, eso, ¿lo soléis hacer? ¿no?

-Yo no.

-Yo poco, tampoco no...

-Pero ¿para aprender a cocinar?

Preceptor: [Asentimiento].

-Si me gusta sí. Las comidas que me gustan sí, las he aprendido a hacer con mi madre, pero las que no me gustan ni las miro.

-[Risas].

-Pero las que me gustan, sí. Me pongo y le digo: "¡Qué leches! Que haces esto, que haces lo otro y ya aprendo a hacerlo y la hago yo, pero lo que no me gusta no" (Torredelcampo, chicas).

Ello no quiere decir que no se perciban las competencias domésticas como algo importante para una futura mujer. Continúan siéndolo en dos planos. El primer plano es la capacidad de autonomía que proporciona la alimentación. El segundo plano es la calidad del vínculo emocional capaz de suscitar la alimentación y el poder que en la recreación del mismo proporciona la adquisición de cualidades domésticas. Si la primera de tales dimensiones sigue teniendo un valor más allá de cualquier coyuntura relacional, la segunda dimensión puede ser percibida como un asunto dependiente de la sensibilidad al respecto de la futura pareja:

*-Antes, siempre y cuando la... tu madre por ejemplo, mi madre, su madre, estaba haciendo la comida siempre estaba pendiente para el día que se casara, pero ya ahora da igual.*

*-Yo, mi novio si comiera a lo mejor más comidas y eso, pues si me preocuparía aprender más comidas, pero si lo único que come es tortillas...¿Para qué voy a aprender a hacer potajes ni nada? Si aprendo es por mí, pero, vamos, por él y por la familia y eso no me preocuparé; aunque me gustaría saber cocinar de todo.*

*-Eso influye también... influye a la hora de... Hoy en día, porque como ya no se tiene en cuenta las comidas, por ejemplo, tradicionales de la madre, pues ya es lo que comen y ya se consumen más congelados, porque no sabemos también hacer comidas buenas, sanas, que es la que hacían nuestras madres.*

*-Yo creo que eso influye bastante. Ya cada vez la persona que se casa sabe menos cocinar. Hombre hay gente que sabe cocinar porque le gusta, pero... y cada vez menos, creo yo. A no ser que los tiempos cambien. Entonces, al no saber cocinar, pues echan mano de productos congelados y cosas de esas (Torredelcampo, chicas).*

*B: Yo creo que, que cuando venimos a estudiar, yo creo, que, las mujeres, llevan un bagaje de su casa, que los hombres no tenemos.*

*C: Que los hombres no llevan, claro.*

*B: No llevan.*

*C: Pero luego eso cambia mucho, porque hoy por hoy...*

*B: No, eso cambia totalmente, es que el hombre se tiene que poner las pilas y de hecho se las pone, vamos.*

*B: Yo creo que hombre o mujer, cuando sale de su casa, independientemente del sexo que tenga, cuando te das cuenta que no comes bien... te tienes que poner las pilas.*

*C: Pues eso es lo que estaba diciendo.*

*B: Pero que yo creo que la mayoría de las mujeres... yo creo que la mujer, la mujer lleva un bagaje, cierto bagaje llevan.*

*A: La mayoría de las mujeres de ahora, no saben cocinar, ni saben barrer, ni... igual que tú. Yo creo que no. Yo con la pareja que vivo, ella no sabía ni cocinar, ni barrer, ni, ni fregar.*

*C: Pero eso depende también mucho de la enseñanza que tú tengas.*

*E: En las casas en las que vivimos todas las madres son amas de casa y lo hacen todo.*

*A: Efectivamente.*

*E: Hacen la comida, y te ponen el plato de comida, seas hombre o seas mujer, y seas niño, seas hermano o hermana.*

*A: Efectivamente.*

*E: Y no sabemos cocinar, por lo menos en mi caso y en lo que yo he visto, en mis amigos y alrededor. No sabemos cocinar ni los hombres ni las mujeres.*

*A: A las niñas puede que las pongan a limpiar, ¿sabes?, que le pueden enseñar en algunos casos, más eso, a los niños desde luego no. Eso está claro, que no les enseñan*

*C: A los niños por supuesto que no (Granada, jóvenes universitarios)<sup>100</sup>.*

Esta conmovión en el proceso de transmisión de roles no se produce únicamente del lado de las hijas sino también de las madres. La transmisión de competencias domésticas puede imponerse u olvidarse según la posición de la madre en el mercado de trabajo. Aquellas madres de familias populares que se encuentran restringidas al espacio doméstico, encuentran en la gestión de la transmisión de sus funciones un elemento básico para su propia cualificación. Por un lado, deben defenderse las propias funciones: la transmisión de las mismas ha de realizarse sin eliminar su papel privilegiado en el espacio doméstico. Una transmisión demasiado acelerada y completa de sus competencias arriesgaría con convertirlas en un elemento superfluo dentro del escenario familiar (Garabau-Moussaoui, 2002). Por otro lado, la transmisión debe ser coherente con su propio lugar en la configuración familiar. Una transmisión ajena a las labores efectivamente realizadas por la madre podría descalificar en la práctica el estatuto de la madre en el espacio doméstico. Así, las madres que trabajan deben controlar la transmisión de competencias alimentarias sin cuestionar su posición como garantes de la alimentación doméstica<sup>101</sup>:

*-Y más si trabajan fuera, porque mi madre cuando trabaja fuera no nos va a poner un potaje.*

---

<sup>100</sup> La interpretación que proponemos de estos enunciados –una transformación en el proceso de socialización femenina– está abierta a discusión. Saber o no cocinar es algo relativo a los parámetros de comparación que las personas se impongan. Así, el enunciado “no sabíamos cocinar” se encuentra también en los grupos compuestos por personas que trabajan como amas de casa. De este modo, evalúan las competencias domésticas que tenían al llegar al matrimonio.

<sup>101</sup> Uno de los miembros del grupo de estudiantes universitarios dice comer mejor en su piso de estudiantes que en su casa familiar. Al trabajar la madre de dependienta, la alimentación familiar quedaba bastante descuidada: Yo creo que en mi caso como mejor ahora que cuando estaba en mi casa. Porque mi madre no... cocinar no, no le gusta demasiado, por lo menos no es muy aficionada, y depende más de nosotros, yo allí, comíamos más porquerías porque somos tres niños, y nos juntábamos. Ahora cuando llegué a Granada, y he empezado a aprender un poco a cocinar, pues sí... No como muchos potajes, aunque sí nos juntamos de vez en cuando... Con la gente, amigos y eso, y haces unas lentejas... (Granada, jóvenes universitarios).

-Nos pone comida rápida.

-Claro.

-Es que...

-También es que como las mujeres salen más afuera a trabajar, pues cuando llegan no se van a poner...

-Claro (Torredelcampo, chicas).

## **4.5. EL SIGNIFICADO DE LO SANO**

Los discursos, excepto cuando están controlados teóricamente, no son internamente coherentes. Producidos como formas de gestión de la presentación de sí en diferentes contextos, los discursos funcionan a través de oposiciones que no conocen la incompatibilidad lógica. Los individuos pueden sostener posiciones divergentes y contradictorias según el lugar en el que su discurso –y la presentación de sí asociada al mismo- se hace valer<sup>102</sup>. En lo que a la alimentación respecta, diferentes representaciones de la misma se integran en los agentes sociales. Tales representaciones proceden de contextos diversos, cada uno de los cuales segrega un conjunto de prácticas discursivas más o menos integradas. Esas prácticas discursivas son interiorizadas por los agentes de acuerdo a su acervo adquirido. Una constelación específica de saberes, dotada de cierta estructura, se organiza de manera siempre peculiar. Esta constelación permite ensamblar los tejidos discursivos de origen heterogéneo en los que se dibuja la identidad de los agentes sociales.

La concepción de la alimentación sana, en estos grupos de jóvenes pertenecientes a las clases populares, resulta de la intersección de tres conjuntos de discursos. En primer lugar, la alimentación sana identifica la norma social legítima de alimentación. En segundo lugar, la alimentación sana identifica la norma doméstica de organización y producción de los alimentos. En tercer lugar, la alimentación sana identifica el pasado y, por tanto, es algo que queda más o menos fuera del alcance de los individuos.

La norma social legítima de alimentación aparece en la faceta de la misma que influye más en vida cotidiana de las personas que analizamos. La alimentación sana es, así, aquella que impide engordar. Todas las cuestiones ligadas al componente nutricional de los alimentos, al número de comidas que se deben realizar, al modo en que dichas comidas deben realizarse, no están aún presentes en el discurso en el polo más

---

<sup>102</sup> *El paso de los individuos por diferentes contextos sociales, genera la interiorización de diferentes tipos de representaciones acerca del mundo. Un individuo es el resultado de la interiorización de diferentes disposiciones que activa en contextos de acción también diferentes (Lahire, 2004: 14-15).*

juvenilizado de los individuos estudiados. La norma social legítima de alimentación está, en este punto, en contradicción con la alimentación doméstica<sup>103</sup>. En tanto los preceptos dietéticos son también preceptos sociales, es la parte de los mismos en los que más se inserta el modelo de cuerpo de un grupo social –el modelo de cuerpo delgado y estilizado promovido por las clases dominantes- la que primero resulta percibida por los (y fundamentalmente las) jóvenes de clases populares participantes en los grupos de discusión. A la cuestión planteada por el preceptor al comienzo del grupo acerca de si logramos mantener una alimentación sana, se responde asociando la cuestión con la delgadez:

*-Ya ves tú, ahora, con la cosa del peso, del sobrepeso, ahora las cosas están... Son muy estrictas.*

*-Ya ves tú. Hay que tener ahora...*

*-¡Ea!, pues nada, pues ahora que la comida tiene que ser todo a base de vegetales...*

*-Vamos, comidas muy sanas. Ahora ya, de hamburguesas y cosas de esas ya...*

*-Las grasas, ni contarte (Torredelcampo, chicas).*

Pasemos a la segunda acepción de alimentación sana. La alimentación sana identifica la alimentación doméstica. En un primer momento, como hemos comprobado, el mundo doméstico quedaba desvalorizado. Los jóvenes de clases populares, sin embargo, pueden desarrollar posiciones normativas diferentes. Éstas se imponen con fuerza entre los jóvenes que, por razones de estudios, viven fuera del domicilio familiar. La alimentación doméstica se revaloriza a partir de un precepto del discurso dietético legítimo –que celebra la alimentación mediterránea y que las personas estudiadas identifican con la alimentación tradicional- y con una experiencia práctica. Esa experiencia práctica acontece con la salida del domicilio familiar y con el enfrentamiento a las tareas de gestión doméstica. Fuera del control doméstico familiar la gestión doméstica se vive primero como anarquía. Anarquía por falta de competencias en los dominios del aprovisionamiento y la cocina. Los estudiantes se abandonan por tanto a sus gustos –juveniles- y a los productos poco preparados –

---

<sup>103</sup> *El mundo doméstico aparece en este punto desvalorizado por el modelo social legítimo de alimentación:*

*-Cada uno come lo que quiere, porque yo creo que no... Si hubiera más publicidad o más información, pues a lo mejor tendríamos más cuidado o, yo que sé, tomaríamos menos comida de esa que es basura, es comida basura; pero a lo mejor nos da igual, comemos... Hombre, yo en mi casa por lo menos sí como más grasas que verduras, porque también luego no nos gustan y cosas de esas.*

*-Claro. Se comen las grasas.*

*-Luego, a lo mejor, si hubiera más publicidad: "Pues la grasa es mala para el azúcar", por ejemplo; la gente así pues a lo mejor ya la gente... Pero mi padre por ejemplo es diabético, se... A lo mejor mi madre pone menos comida pero que no... A lo mejor más publicidad pues tendríamos más cuidado (Torredelcampo, chicas).*

congelados, conservas-<sup>104</sup>. Después de este primer momento de anarquía se produce un intento de reaprendizaje alimentario: los alimentos del primer momento de la vida estudiante se clasifican como “porquería”, alimentos de “lujo” o alimentos “infantiles. El orden familiar se convierte así en la referencia normativa básica:

*-No tenemos ninguna alimentación sana. La gente según los trabajos supongo, yo trabajo en hostelería y más o menos eso. Según los trabajos que tengas sí comes. Según el tiempo... Es que según a lo, a lo que trabajes, a lo que te dediques, o, que distancia estés de tu casa... tantos factores que... la alimentación influye, porque la alimentación tiene un problema de cocinar, y de hacerlo pues tiene su tiempo, fregar... ¿Se supone que vivimos todos solos, no?*

*Todos: Sí.*

*-Solos sin los padres bueno que vivas con tus padres*

*-Si vives con tus padres no tienes ningún problema (Granada, jóvenes universitarios).*

En tercer lugar, la alimentación sana identifica la alimentación en la cual se controla el origen del alimento y el proceso de producción del mismo. El control del origen y la elaboración del alimento es uno de los recursos fundamentales que distingue a los agricultores. Esta valoración –entre los jóvenes- de los rasgos de la experiencia de la alimentación que tienen los agricultores procede de dos fuentes. Sin duda, una de ellas es la valoración populista que la industria alimentaria hace de los productos de “elaboración tradicional”. Pero además, una parte de los jóvenes participantes en los grupos de discusión son hijos de agricultores o proceden de entornos agrícolas. Como prueban los grupos de discusión realizados con varones agricultores, la idealización de las antiguas formas de producción de los alimentos constituye uno de los rasgos de distinción de los viejos campesinos contra lo que se percibe como una “taylorización” de las explotaciones agrarias. Ese discurso ronda a veces la descalificación apocalíptica de la agricultura industrializada. Estos padres se convierten así en un paradójico vehículo del nihilismo alimentario:

*-Preceptor: ¿Y vuestros padres son así agricultores, la...?*

*-Mi padre sí.*

---

<sup>104</sup> D: *Yo en ese sentido, yo, por ejemplo, yo llevo cuatro años aquí. El primer año, pues claro, como estaba acostumbrada a que la comida en mi casa la hacía mi madre. Al llegar aquí y estar sola, pues si es verdad que ese año sí comí como más porquería en el sentido de hacerme más cosas fritas, menos ensalada, lo preparado y poco a poco pues ya sí, cuando más o menos he aprendido a hacer de comer, pues ya si intento llevar una comida lo que se dice un poco más sana, lo mismo más ensalada, más cocido.*

A: *Yo el primer año, llevo seis años aquí, el primer año, eh, año, hambre y bocadillo. El segundo año le dije a mi madre: enséñame a cocinar, y el tercer año empecé a trabajar yo en la hostelería y aprendí. Y, cocinar sabemos todos, simplemente que te digan aquí al lado: tres de no sé qué con ajo, tú lo pones igual y te va a salir igual (Granada, jóvenes universitarios).*

*-Preceptor: Y ellos ¿qué..?, vosotras, ¿cómo... veis que ellos piensan distinto respecto a esto?*

*-No, mi padre me dice eso; cada vez todo es menos natural, todo es muy artificial. Y en el campo que parece que todo es más natural, pues tampoco; no lo hacen (Torredelcampo, chicas).*

Alimentarse sano es imposible y de hecho los propios productores –en algunos casos, los mismos padres- han dejado de pelear por ello:

*-Yo creo que, si también los productores de todo hicieran las cosas más a lo natural, también...*

*-Es como también van luchando los productores ya, pues a ver el que puede más, pues ya los productos le dan igual que sean más naturales o menos naturales; como nosotros luego vamos a comprarlo, pues...*

*-Porque también en... las hortalizas y las cosas esas cada vez le echan más cosas para que sean más gordas o para que tengan mejor color...*

*-Por ejemplo cuando te enteras tú de que un pollo, un pollo cómo puede ser, que yo he ido porque mi padre se lleva bien con... que un pollico que hace poco estaba muy chico y a las dos semanas esta el pollo que pesa... Es que ya no sabemos lo que comemos...*

*-Y eso no es natural.*

*-¡Ya ves tú lo que le echarán de comer! (Torredelcampo, chicas).*

El discurso de los agricultores –escindido entre aquellos que realizan una valoración mesurada de la modernización productiva y aquellos (de mayor edad y/o acantonados en modos de trabajo tradicionales) que la critican como degradante de los productos- se recupera así en la más catastrofista de sus versiones. Esta versión de la alimentación sana –como aquella alimentación producida en el pasado- impide cualquier forma de acción racional en el terreno de la alimentación y justifica unas prácticas alimentarias en las que el sabor es el único criterio de juicio.

El carácter selectivo y estratégico de esta recuperación –que sirve para justificar prácticas alimentarias deslegitimadas por “juveniles” y también en cierta medida por su origen de clase- se observa bien cuando la cuestión se plantea en el grupo de jóvenes estudiantes que viven fuera del domicilio familiar. Obligados a responsabilizarse de su alimentación, la referencia al pasado no se convierte en instrumento de nihilización de la posibilidad de una acción racional en el presente. La oposición entre antes y ahora sigue constituyendo una oposición matriz desde la que descalificar la contemporaneidad alimentaria. Los alimentos de ahora son alimentos embellecidos estéticamente que se enfrentan a los alimentos de antes como la esencia a la apariencia, la fuerza a la

debilidad...<sup>105</sup> Sin embargo, la oposición se reinterpreta y no se plantea en términos absolutos. Lo más antiguo está más próximo geográficamente del campo que de la ciudad y por ello los productos sanos se suponen presentes en las tiendas de los pueblos, pero también en ciertos lugares de las ciudades siempre que se busquen con ahínco<sup>106</sup>. De este modo, los estudiantes procedentes de los pueblos pueden hacer valer sus recursos alimentarios frente a los estudiantes procedentes de entornos más urbanos<sup>107</sup>. Además, los alimentos son más naturales cuanto más se preparan de acuerdo a los modelos del espacio doméstico –por ejemplo cuanto más trabajo necesita invertirse en su preparación-<sup>108</sup>. La salida de la casa y la progresiva responsabilización alimentaria –es decir el abandono de la posición de “joven” en el mundo de la alimentación- hace que lo sano deje de ser contemplado como una quimera que justifica el abandono de todo criterio de consumo más allá del gusto.

## 4.6. LAS CONDICIONES DE SINGULARIZACIÓN DEL GUSTO JOVEN

El paso de la infancia a la adolescencia y la juventud no sólo se define (en relación con el orden alimentario) con la progresiva participación en las tareas domésticas. También supone la introducción del individuo en un contexto práctico –el de la clase de edad- que se encuentra en tensión con el orden doméstico. Los jóvenes negocian su lugar como consumidores dentro del orden doméstico. En principio, las excepciones alimentarias suponen procesos de singularización dentro del grupo doméstico

---

<sup>105</sup> -Antes, los perros comían la misma comida que comías tú, y eran fuertes, duraban quince años. Se les caía el pelo, pero duraban quince años. Ahora, comen pienso y al comer pienso pues no duran tanto, tienen ronchitas, son, súper estilizados, con poco pelo, se los produce, digamos que el pienso ha sido preparado para que el perro sea así, ¿no?, por ejemplo, o en estado... pues nosotros, nuestra comida es igual, antes nuestra comida es natural, ahora nuestra comida está alterada. Antes comíamos productos de la tierra, y ahora comemos productos que no son de la tierra, pero lo mismo de la tierra de un invernadero de Almería, o de, o retocados genéticamente (Granada, jóvenes universitarios).

<sup>106</sup> -El pollo, pues joder, el pollo de Agustín no sé qué, que lo tiene de grano y lo mata allí mismo. Que tú ves el pollo y dice: ¿qué quieres, éste o éste? Lo mata, tocas el filete, y el filete cuando te lo pone en lo alto del papel todavía se mueve.

-Eso es verdad.

-Aquí, aquí se hace así también. Puedes ir a una pollería...

-Aquí, aquí seguro que hay también, claro, seguro. Pero que yo, lo, lo conozco más allí... (Granada, jóvenes universitarios).

<sup>107</sup> -Es verdad, es que los propios productos, digamos más naturales que compras en un supermercado, no es lo mismo que cuando vas por ejemplo a la frutería de tu pueblo y lo compras allí. Allí son mucho más naturales.

-Yo me traigo mucho de mi pueblo.

-En los supermercados parece todo sintético (Granada, jóvenes universitarios).

<sup>108</sup> -La lechuga de los supermercados es más fácil de preparar, que la lechuga grande esta que le echabas en lejía para lavarla bien...

-Para limpiarla...

-Es que todo viene ya preparado para comida rápida.

-La dejabas un rato en el agua, nosotros ahora: “Ps, ps” [hace el gesto de echar la lechuga directamente].

Ahora te viene todo ya preparado, si te vienen las mismas ensaladas ya lavada y tó, na más que echarlas al plato y aliñarlas y comértela (Granada, jóvenes universitarios).



que se perciben como reprobables. Lo que se percibe como falta de coherencia del comportamiento adulto ayuda, sin embargo, a justificar semejante singularización. Por ejemplo, la ausencia de devoción completa al mundo de la gestión de la alimentación doméstica por parte de ciertas madres –sobre todo las que trabajan- las deslegitima para impedir las excepciones –puesto que ellas mismas las realizan llevadas por la falta de tiempo-. En esa pérdida de legitimidad se abre un espacio para la introducción de la voluntad de los jóvenes y de su persecución de las excepciones alimentarias:

*Preceptor: Que cuando por ejemplo las madres ponen la comida y... pues no nos gusta y no nos la comemos, ¿qué se come?*

*-Si no, otra.*

*-O esperamos que llegue la tarde o la noche.*

*-Hombre, hay madres que si no se las comen, por las tardes se las ponen, hasta que se las coman, pero hay otras madres ¿Te van a dejar sin comer?*

*-Que si un filete, que si los “San Jacobos”, que si lo congelado, que si macarrones...*

*-Ya te sacan otra comida que nos guste a nosotros.*

*-Yo creo que cuando te ponen una comida que no te gusta, a mí se me quita el hambre y todo.*

*-Sí (Torredelcampo, chicas).*

Esta singularización del gusto permite la entrada en los hogares populares de la clase de edad como criterio de diferenciación alimentaria. Semejante diferenciación se asume como resultado de una *situación de clase de edad* específica. Los jóvenes, en lo más íntimo de su sistema de gustos, comparten una experiencia común: la contemporaneidad cronológica les permite también una experiencia social específica y colectiva que les diferencia de otras clases de edad. La fuerza con la que se impone semejante situación de clase de edad permite que la misma se reivindique como inalterable. Incluso con dos cualificaciones “intelectuales” de ella que, en principio, deberían volverla relativizable: los jóvenes comen peor y, en segundo lugar, su sistema de gustos no procede de imposiciones de la naturaleza –juvenil- de los gustos, sino de un proceso histórico de habituación:

*-Yo creo que antes se alimentaban muchísimo mejor.*

*-Aunque, porque los... Por ejemplo, mis abuelos o la gente mayor aunque hay pizzas y haya comida basura como se dice, pues sus potajes y sus cosas esas que no se las quiten a ellos, vamos: que saben comer mejor que nosotros muchísimo mejor y saben lo mismo que nosotros, incluso nosotros no sabemos lo que es mejor y lo que es peor.*

*-No sabemos comer. Y yo lo reconozco y yo soy la primera que no como ni fruta*

*ni verduras ni nada, y sé qué es lo bueno, pero que...*  
*-Eso me pasa a mí también (Torredelcampo, chicas).*

La definición de una situación de clase de edad propia, por tanto, puede convivir con una conciencia doble: los alimentos que rechazamos son buenos, pero –y esto es lo importante- no son los que nos definen como jóvenes. Si utilizáramos la cuchara, viene a decirse, nos envejeceríamos y semejante proceso sería insoportable por muchos beneficios nutricionales que nos proporcionase<sup>109</sup>. Sin un determinado consumo alimentario, no serían reconocidas como juveniles las disposiciones del gusto de los individuos. Y el precio a pagar por ello sería simbólicamente muy elevado. Por tanto, en el momento de máxima atracción del polo juvenilizado, el efecto del discurso –por muy racional que se presente- acerca de la falta calidad de las prácticas no modifica los comportamientos<sup>110</sup>:

---

<sup>109</sup> *La deslegitimación de los alimentos de la clase de edad no evita su consumo. El discurso que los define como “malos” –y productos que engordan- se asume, pero el grado cero de legitimidad intelectual no acarrea procesos de modificación práctica:*

*-¡Hombre!, las chucherías tampoco [son sanas].*

*- A mí tampoco me gustan mucho, pero que las chucherías...*

*-Son todas malas.*

*-Son todas...*

*-Y los frutos secos que parecen que están más buenos dicen que engordan mucho...*

*Preceptor: ¡Ajá! Y... o sea que, todo lo que tenga colorantes y así, ¿es malo? ¿Pensáis que es malo?*

*-Claro.*

*-Sí.*

*-Sí.*

*Preceptor: ¿Por qué? ¿No hay unas cosas que son menos malas que otras...?*

*-Eso es lo que nos han enseñado a nosotros, creo yo. Los colorantes y los conservantes nos han enseñado que son malos.*

*-La publicidad también ya cambian de productos y empiezan: “Sin conservantes, sin colorantes”.*

*-Sin colorantes...*

*-Entonces ya dan imagen de que son malos esos...*

*-Y como la mayoría de las chucherías pues lleva eso, pues ya las chucherías*

*son malas. Además es que en una golosina te pone el plástico las cosas que lleva y es todo cosas más raras que nada.*

*-No te suena nada.*

*-Nombrados de estos...*

*-Y en los paquetes tampoco te dicen todo lo que lleva, todos los ingredientes y todo (Torredelcampo, chicas).*

<sup>110</sup> *La oposición jovenviejo resulta por tanto más relevante –la identidad personal pierde más (simbólicamente hablando) comiendo cosas de viejo de lo que gana consumiendo cosas sanas- que la oposición sanolinano –que identifica en el discurso de los jóvenes buena parte de los gustos alimentarios de las generaciones anteriores-. Sólo los que comparten una visión intelectualista del mundo –por la cual los individuos escogerían aquello que juzgan racional- pueden escandalizarse ante semejante situación. Las disposiciones de los individuos pueden ser percibidas críticamente por aquellos que las portan– sobre todo en un contexto como el del grupo de discusión en que la autocrítica permite aparecer como persona razonable ante un individuo definido como “adulto”- sin que por ello se desarrolle un proceso de modificación de las mismas. La tendencia de un habitus, explicaba Bourdieu, consiste en perseverar en su ser y la felicidad no es otra cosa que permitir el desarrollo de un habitus. Del mismo modo que no se comienza una dieta por muy racionalmente que un individuo la considere necesaria para sí mismo, tampoco se modifican los gustos juveniles por mucha distancia intelectual que –en condiciones formalizadas como las representadas por el grupo de discusión- el individuo manifieste respecto a ellos. Sólo cuando una situación social diferente imponga la revisión de ciertas disposiciones pueden los individuos comenzar procesos de corrección de las mismas. Véase sobre las discordancias internas del habitus y las condiciones de su transformación Bourdieu (1997: 189-193).*

*-Lo importante es que nos gusten [las comidas]. Yo creo que nosotros nos fijamos más en que nos gusten o que no, antes de que si son sanas o no.*

*-Lo importante es que nos guste a nosotros y a la mayoría de la gente.*

*-Porque parece que a la gente cuando le dicen de comer sano es para ellos un sacrificio que tienen que hacer, porque ponerle a ellos una dieta... bueno, a ellos, a todo el mundo; a nosotros, ponernos una dieta de éstas así sana nos puede suponer a nosotros mucho esfuerzo, porque no es, no nos gusta, por eso (Torredelcampo, chicas).*

## **4.7. LA “POSICIÓN JOVEN” EN LA ALIMENTACIÓN. LO SANO ES EL ARBITRARIO CONVERTIDO EN NORMA**

La posición de adolescente supone, por tanto, prácticas de oposición a aquello definido como maduro. Relacionalmente, las prácticas de consumo alimentario se definen respecto a dos polos. El primero, aquel cualificado, por parte de los mayores, como la normalidad. La relación con este polo tiende a la oposición<sup>111</sup>. El segundo, aquel representado por la clase de edad. La relación con este polo propende a la asimilación. La clase de edad impone prácticas fundadas en un arbitrario específico. La relación distante con él se transparenta en múltiples autoadjetivaciones denigratorias –somos tontos, ignorantes, nos engañan, etc.-. Pero esa descalificación no acompaña prácticas de autocorrección, debido a que la arbitrariedad de la norma se detecta también en los valores –promovidos como universales- de las otras clases de edad<sup>112</sup>. Los adultos realizan prácticas tan poco sanas como los jóvenes. Únicamente, ellos tienen la posibilidad de convertir en “irrelevante” todo lo insano que realizan –como fumar-. Una lucidez –teñida de una ironía cuasisociológica- específica se articula así: el discurso de la salud es el discurso de la norma, pero aquellos que lo emiten no son tampoco estrictamente coherentes –ellos también consumen cosas que no son sanas: fuman o, las madres, por ejemplo, ponen congelados cuando no pueden dedicarse a la cocina-. Por tanto, asumir la norma supone descalificarse respecto al contexto socialmente relevante –la clase de edad- y asimilarse a uno que dista en la práctica de estar a la altura de los valores que promueve. Haciéndolo se pierden los beneficios del mercado representado por la clase de edad, sin alcanzar el estado de salud supuestamente presente en el discurso maduro:

---

<sup>111</sup> *-A mí mi padre también me decía que las salchichas eran las sobras de los cerdos, no sé qué; que si era lo peor, y más comía, más salchichas comía. Pero yo no sabía, a mí me lo decían; pues yo, más salchichas comía.*

*-Y mira que mi madre me compra fruta, y que comas, que no; y yo que no, que no. No como fruta para nada y compran. Y yo veo en mi casa fruta y veo a lo mejor dulces y me voy a por los dulces, antes que por la fruta [Risas]. Es que es lógico (Torredelcampo, chicas).*

<sup>112</sup> *En realidad una: la de los adultos, que ocupa el otro lugar en la relación de oposición mítica ellos / nosotros.*

-La verdad es que eso es lo mejor. La juventud y los fines de semana. Los botellones ¿no? [Risas]. Eso mejor.

Preceptor: ¿Y eso pensáis que es sano?

-¡No!

-Ni esto tampoco<sup>113</sup>.

-Pero, a ver.

-Ya.

-De eso sabemos lo que es sano y lo que no, pero nos da igual.

-Te da igual porque somos tontos.

Preceptor: ¿Sois qué?

-Tontos.

-Ignorantes.

-Bueno, un poco.

-Tú lee lo que pone en el tabaco.

-Provoca cáncer.

-Encima...

-El tabaco es otra cosa. Tanta publicidad pero no llegan a quitarlo, entonces es que no se puede quitar tantos fumadores como hay hoy en día. Y sabemos que es malo para la salud, claro, pero y si nos lo quitan y estamos ya adaptados a eso...

-Eso no lo van a quitar nunca.

-¿Quién se...? ¿Quién no fuma? Pues la gente ésta que.., como los deportistas, porque saben que es malo para su físico, pero los demás... Por ejemplo, ustedes están fumando" (Torredelcampo, chicas).

## **4.8. LO SANO PUEDE ESPERAR. FACTORES DE RELATIVIZACIÓN DE LAS PRÁCTICAS ALIMENTARIAS "SANAS"**

El acceso a los alimentos sanos en jóvenes de origen popular se confronta a una triple dificultad. En primer lugar, una cierta desvalorización de las prácticas alimentarias de las clases populares. La elevación del precio del cuerpo en el mercado de bienes simbólicos supone una revisión crítica de ciertas prácticas alimentarias en el espacio doméstico. En confrontación con los prototipos corporales legítimos, las prácticas alimentarias domésticas y del contexto geográfico (por ejemplo, cuando los jóvenes son de origen rural) de procedencia se consideran disfuncionales para el

<sup>113</sup> Se refiere a los frutos secos situados en la mesa del grupo por parte del preceptor.

objetivo de mantener a raya la corpulencia<sup>114</sup>. Esta desvalorización simbólica hace que los jóvenes consideren, en ocasiones, poco sana la comida familiar: promueve la gordura y el colesterol –enfermedad teñida simbólicamente con rasgos de vejez tanto como con rasgos populares-. Detrás de los reproches paternos, funcionan prototipos corporales simbólicamente dañados en los mercados juveniles. La oposición entre generaciones se superpone así con la oposición grueso/delgado<sup>115</sup>.

*-Los padres de ahora están, por lo menos mis padres están... cada vez que nos ven comer dicen que somos unos incordios, unos enclenques, que no comemos nada (Torredelcampo, chicas).*

Debido a la posición subordinada –en tanto que jóvenes- que ocupan los individuos en el orden doméstico, pocas prácticas de cambio de los modelos alimentarios les están permitidas. Las excepciones alimentarias cuando se producen resultan de una resistencia basada en el gusto a la cocina doméstica. Y como tal puede ser consentida como un capricho por los adultos. Cambiar el sistema alimentario –en dirección al objetivo de menor corpulencia- supondría un cambio del orden nutricional que exigiría competencias culinarias y distancia moral respecto del grupo familiar<sup>116</sup>. Ambas disposiciones se encuentran ausentes de los jóvenes estudiados.

En segundo lugar, como ya hemos señalado, la presencia de una visión apocalíptica en torno a la alimentación. Esta posición –que representa la visión del mundo del polo más tradicional entre los agricultores- permite considerar insano todo lo que representa la modernidad alimentaria; los hijos la recuperan para establecer que ninguna práctica sana resulta posible.

En tercer lugar, la situación de clase de edad reduce las competencias alimentarias y con ello la capacidad de autonomía en la definición de la calidad de la alimentación. La propia pobreza del discurso de un grupo formado por siete chicas de origen rural es fuertemente significativa al respecto. Esta pobreza aparece racionalizada con la valorización del aspecto joven de la identidad –opuesto así a la madurez que representarían las competencias alimentarias-.

---

<sup>114</sup> *-Eso [las que quieren adelgazar] porque no están en mi pueblo, porque en mi pueblo te ponen cá tapón de callos [risas].*

*-Están buenisimos, hay que comérselos, qué coño, no hay que decir que no a esas cosas, por, por, por lo que sea, o por estética, o por, o por, por yo que sé, lo que quieras. Pero está claro, no vamos a decir que no y nos vamo a engañar, porque hoy se rige todo por la imagen.*

*-Seguro (Granada, jóvenes universitarios).*

<sup>115</sup> *En tanto grupo dominado, las clases populares, una vez incorporan las categorías de los dominantes, tienden a adoptar la misma disposición ansiosa respecto a la mirada socialmente legítima y el mismo autodesprecio respecto a la propia relación con el cuerpo –relación que se expresa de manera especialmente intensa en la alimentación-. Sobre la desvalorización del cuerpo en las clases populares véase S. Beaud, M. Pialoux (1999: 172-174).*

---

El discurso respecto a la alimentación es un discurso defensivo cuanto más “juvenilizado” está el grupo que lo emite. Para defender prácticas desviantes en múltiples frentes –frente a la norma social legítima, por populares y por juveniles; frente al mundo de los adultos por caprichosas y obsesionadas con la estética-, el recurso al sabor se convierte en el zócalo de justificación de los comportamientos. El sabor adquiere así en los grupos “juvenilizados” un grado máximo de naturalización: el juicio del paladar es radicalmente inamovible. La comida basura se convierte en un significante que identifica al grupo. Comida basura, en tanto que comida industrializada, poco preparada y grasa. Y tal significante adquiere de este modo todas las connotaciones negativas que el grupo reivindica y que el discurso dominante sobre la alimentación impugna: es la comida de la “masa” –“los jóvenes hacemos lo que hacen todos”-, la comida de las multinacionales –que se opone a la norma dietética del terruño- y la comida que engorda<sup>117</sup>.

#### **4.9. PROCESOS DE REAPRENDIZAJE ALIMENTARIO. LA REELABORACIÓN DE LO SANO Y LA SALIDA PROGRESIVA DE LA CONDICIÓN JOVEN**

*-Yo ahora estoy aprendiendo a comer... fruta... Porque yo, en mi casa se come fruta después de comer. El postre fruta. Bueno, mis hermanas comen yogures, y... pero mis padres fruta y... Y yo venía aquí, y los danone, los yogures, los flanes, los... Y ahora, sí, compro más fruta, compro más verdura, ensaladas, que yo, yo cuando vine aquí en primer año, yo no me hacía una ensalada en mi casa. Jamás me comía yo una ensalada, y ahora me compro el pepino, la zanahoria, de tó, le echo a la ensalada y me como... (Granada, jóvenes universitarios).*

La salida de casa para estudiar supone confrontarse con tareas de gestión doméstica. Los individuos se enfrentan así a la organización de un hogar disponiendo de diferentes grados de preparación. Cuando la preparación es escasa (en competencias culinarias, organización doméstica, gestión del tiempo, etc.), el primer momento de salida del hogar se convierte en una prolongación de los hábitos de la clase de

---

<sup>116</sup> Los procesos de transformación radical del orden alimentario doméstico se encuentran presentes en ciertos jóvenes que acaban desarrollando una carrera de anorexia o de bulimia. Véase Moreno Pestaña (2005).

<sup>117</sup> - *Las verduras algunas también me gustan y la comida basura también me gusta mucho.*

- *[Risas].*

- *Ésa es que nos gusta a todos.*

- *Se está forrando el de MC'Donalds.*

- *La pizza (Torredelcampo, chicas).*

edad pero sin control familiar. Ese primer momento, será corregido por procesos de revalorización del modelo doméstico familiar y de progresiva estigmatización de los alimentos característicos de la clase de edad<sup>118</sup>.

Esta sensación de pérdida de calidad de vida tras la salida del domicilio familiar, se añade a otros hándicaps objetivos que soportan los estudiantes de clases populares. La pérdida de redes relacionales es superior a la de los estudiantes de clases superiores –unidos al mundo universitario por la tradición familiar-, y la economía material y afectiva de la vida cotidiana se empobrece –de la que la comida y la organización doméstica son una dimensión fundamental-<sup>119</sup>:

*C: Aunque te vayas al pueblo de al lado para estudiar ¿sabes?, que es que estás independiente y es que no puedes depender ya de tu madre. Ya te vayas a, a otro país como te vayas al pueblo de al lado.*

*A: Te das cuenta que las cosas no se ponen solas, que los cristales no se limpian solos...*

*C: Ya ves tú, que los platos no se friegan solos...*

*A: Te das cuenta de muchas cosas, no sólo cocinar, evidentemente, incluso hasta... nosotros no comemos igual cuando...*

*C: Hasta en el carácter cuando llegas a tu casa, porque tienes a tu madre allí todos los días, y a tu hermana todo el día allí, un día, y otro, y otro. Y luego vas una vez al mes a tu casa y dices: “¡Ah, qué alegría!”*

*D: Los echas de menos.*

*C: ¡Quién iba a decir que yo estoy tan contenta de venir a mi casa, y de ver a mi hermana, y de ver a mi familia! Y el contacto ya es diferente también, la relación también es diferente, cuando sales de tu casa. Yo creo que cambia todo. Bueno, algunas cosas no, pero casi todo. Casi todo.*

*A: Salir de tu casa, puede tener la misma edad que tú una persona que no ha salido de su casa y no ve las cosas de... [la misma manera] (Granada, jóvenes universitarios).*

Dados los mayores hándicaps económicos de los estudiantes de clases populares, la aclimatación del entorno doméstico supone una inversión en tiempo y en trabajo. Esta inversión en tiempo y en trabajo entra en contradicción relativa con la vida ascética exigida por la dedicación a los estudios. La situación de los estudiantes de clases

---

<sup>118</sup> -Se puede diferenciar entre el primer año y el año siguiente. El primer año comprábamos pizza, hamburguesa...

-Tontería.

-Y ahora ya, yo cuando voy al supermercado me, me gasto el, todo el presupuesto en la, en la, frutería (Granada, jóvenes universitarios).

<sup>119</sup> Esto impone –de manera general- una mayor prudencia en la elección de los estudios que contribuye notablemente a la relegación educativa de los estudiantes de origen popular y a sus posibilidades de promoción social ascendente. Véase Grignon y Gruel (1999: 129).

populares se enfrenta así a una doble coacción: los recursos escasos obligan a intentar reaclimatar la vida doméstica; la inversión en los estudios empuja a un ascetismo que se aviene mal con la inversión en tiempo y esfuerzo necesaria para el aprendizaje y la elaboración de las tareas domésticas. Las carreras más relajadas permiten soluciones de compromiso que no están disponibles en las de mayor exigencia académica. Es el caso de B, que resiente de una manera especialmente fuerte esta situación. Estudiante de Arquitectura, B hace valer la exigencia de sus estudios frente a sus compañeros de discusión, estudiantes de Historia del Arte. La vida contemplativa que A achaca a los estudiantes no describe a quienes encuentran su tiempo sometido por las exigencias de estudio:

*B: No, pero es que estaban diciendo... tú, que si teníamos mucho tiempo libre los estudiantes, que para nosotros el domingo por la tarde es, es como el martes por la tarde... Yo creo que eso depende mucho de, de la persona, y de lo que es...*

*A: No, yo te estoy diciendo a nivel general, no te estoy hablando de todo el mundo...*

*B: Ya, ya... ya, ya, espera, espera, déjame que, que te lo comente, porque es que yo lo veo... desde mi perspectiva, desde mi carrera, desde lo que yo estoy haciendo, ¿no? Y yo comprendo una carrera como es la vuestra en la cual, pues a lo mejor si tú te tiras... octubre entero que no vas, no ves un libro, sino simplemente vas a clase, te lo puedes tirar perfectamente, no tienes ningún problema, incluso noviembre, y empezar a meterle caña en diciembre, te sacas un curso. Pero, por ejemplo, una carrera como la que yo estoy haciendo, y encima si tú estás haciendo trabajillos aparte, suelto o de becario o de lo que sea, y encima estás estudiando, estás estudiando una carrera técnica, en la cual te están exigiendo desde el primer momento que vayas a tus correcciones y que tengas que tener un trabajo continuo, que tengan que ver tu progresión, no ver tu resultado cuando tengas un examen, sino todo lo que llevas a lo largo de un cuatrimestre o durante un año. Y encima tienes otras responsabilidades... Muchas veces lo que pasa con la alimentación es que lo dejas un poco al lado, como tú dices, lo del padre de familia, que a lo mejor no, no hay, un... no piensa en esas tonterías, ¿no? Pero que no es algo genérico del, del estudiante, el estudiante... Yo lo veo como una persona que tiene que ser un currante, para que después cuando tú termines tu carrera pueda ser algo en la vida tienes que ser un currante, no vale con que, con que seas un vago y después te, te pegues el atracón, porque te puede servir para la carrera pero después cuando termines no te va a servir absolutamente para nada. Y en ese aspecto que tú estabas diciendo que si tenemos mucho tiempo libre... a mí un domingo por la tarde es igual que un martes por la tarde, ¿por qué?, porque estoy currando igual.*

*A: Sí pero... son caso... a ver si me entiendes, igual como tú o como yo o igual*



*como mucha persona, tiene casos excepcionales, yo me estoy refiriendo...*

*B: Yo no creo que sea tan excepcional, ¿eh? Una persona, yo creo que un, un estudiante que valga y que quiera ganarse su vida con su profesión, tiene que hacerla, es que tiene... es una persona currante que, que dedica su tiempo en, en lo que tiene, ¿no?*

*E: Pero porque tú que estudias arquitectura. Pero yo sé de muchos estudiantes que tienen mucho tiempo libre. Yo no lo tengo... (Granada, jóvenes universitarios).*

Esta exclusión de los jóvenes procedentes de clases populares de la vida estudiantil –por oposición a la “vida estudiantil”–, representada por la utilización de los estudios como una simple prolongación de la vida joven y cuyo máximo exponente se encuentra en los estudiantes burgueses que estudian carreras sencillas (Grignon, Gruel, 1999: 171-172) supone también la puesta en suspenso de alguno de los roles adquiridos en el grupo de origen. Esta situación la resienten especialmente las mujeres, impelidas a actualizar los saberes transmitidos por las madres y la mayor capacidad de organización doméstica que se les supone y, a la vez, a invertir su tiempo en unos estudios que suponen un sacrificio por parte de las familias y cuya compensación exige una escolaridad brillante. La discusión entre D y C resulta aleccionadora al respecto. D presenta como un valor propio su condición de mujer tradicional exponiendo cómo compra su madre. C reacciona considerando que tales cargas supondrían una coacción demasiado grande para una estudiante. Con todo, C no cuestiona el modelo que expone D y la división sexual del trabajo que supone. Por tanto, su legitimidad permanece presente:

*D: Yo es que en el Mercadona y eso no suelo comprar mucho. Lo que es carne y eso siempre en la... o en la carnicería, o... No sé, yo soy más tradicional. Como siempre viví en un pueblo, mi madre lo ha hecho así, incluso en mi pueblo hay Mercadona y Día y cosas de esas, mi madre sigue yendo a la carnicería de la amiga que ha ido toa la vida, y a la frutería, a la pescadería de siempre.*

*A: Es que es más personal para tu madre.*

*D: Claro, mi madre se... Lleva veinte años yendo a la misma pescadería. A la carnicería a la misma, y siempre... Y la frutería lo mismo. Ella coge su coche, va parriba, pabajo y... Que no lo hace todo en el Mercadona pues sí, compra lo habitual. El gasto de una casa, pero no comida y eso no. Entonces más o menos, yo, sigo la con lo mismo. Yo creo que el día que, cuando yo a lo mejor me case o forme una familia o algo, pos voy a seguir siempre con la misma rutina. Porque como yo he visto así de chica.*

*C: ¡Joder!, pero eso depende...*

*D: [Sube la voz] Y lo mismo las cosas naturales. Mi madre por, por ejemplo, el pollo a lo mejor en vez de comprarlo en la carnicería, pos allí hay un vecino que*

*cría los pollos, que los ves corriendo, por el campo, y va y en vez de comprar en la carnicería pos va y dice: mira pues, que me matas un pollo, y va y lo compra y lo ves, como dice el chico este, matando el pollo, y, vamos, eso ya que no se ve, en ningún lado.*

*C: Pero bueno, luego vienes aquí y te cambian las costumbres también porque mi madre lo que dice él, mi madre compra la comida para el día. Mi madre...*

*D: [Superpuesta] Eso sí, mi madre sí, también.*

*C: Si a las dos tiene que tener el plato puesto en la mesa porque mi padre viene de trabajar y tiene que porque se va, pues mi madre se levanta temprano, recoge como toas las madres. Porque yo no lo hago, yo no lo hago, yo no lo hago, yo no compro la comida diaria, yo sé, supongo que será por comodidad, yo no salgo toas la mañana a la calle a comprarme la comida del día. Yo voy el lunes, y compro, y a lo mejor compro hasta el jueves, porque no voy a comprar para una semana, y el viernes o jueves cuando se me acabe, pos voy y compro otra vez (Granada, jóvenes universitarios).*

Como puede verse, comienza una recuperación de los esquemas prácticos de la clase de origen que entra en contradicción con la clase de edad. Esta recuperación de los esquemas de la cultura de clase se sitúa en el límite en que podría obstaculizar el trabajo en los estudios –una inversión de tiempo en el hogar que obstaculice los estudios supondría una asunción práctica del fracaso en los mismos-.

Los alimentos comienzan a connotarse según el grado de trabajo que exigen. Los alimentos juveniles son alimentos envasados y preparados para comer, mientras que los alimentos adultos son aquellos que exigen elaboración. Esta transformación de las prácticas alimentarias afecta menos a las comidas periféricas –como los postres– que por definición se prestan a excepciones y en la que los alimentos unidos a la clase de edad –yogures, lácteos...- resultan más legítimos.

Otra revalorización de la comida familiar, se produce alrededor de su supuesta utilidad para adelgazar. En este punto, la comida doméstica se conceptualiza como comida elaborada –opuesta a comida rápida- y comida variada –opuesta a la comida monocorde que caracteriza a la clase de edad-. Debido a que esos dos preceptos (elaboración de los alimentos y comer de todo) aparecen en los discursos acerca del adelgazamiento, la comida familiar resulta investida de valor<sup>120</sup>. No es tanto el consumo cotidiano de la familia lo que se revaloriza –sería una inconsecuencia, pues los gustos de las clases populares no están, en líneas generales, organizados con el objetivo de contener la corpulencia- sino el trabajo y la dedicación que contiene la comida doméstica y que se considera como una condición de posibilidad de la dieta.

La comida sana es, además, aquella que se puede comprar diariamente. El esquema práctico que funciona aquí es conocido: un alimento es menos sano cuanto se encuentra más lejano en el tiempo –y geográficamente- de su proceso de producción. Los alimentos de los supermercados son menos sanos que los alimentos de establecimientos de toda la vida. La relación de confianza transfiere –aquí como en otras prácticas alimentarias- al alimento un valor nutricional específico. El modelo de referencia es el del pequeño establecimiento del pueblo, cercano al proceso de elaboración del producto y en el que el vínculo afectivo garantiza la calidad de la transacción. El vínculo con el domicilio familiar permite importar a la convivencia universitaria las prácticas de calidad del lugar de origen:

*-Es verdad, es que los propios productos, digamos más naturales que compras en un supermercado, no es lo mismo que cuando vas por ejemplo a la frutería de tu pueblo y lo compras allí. Allí son mucho más naturales.*

*-Yo me traigo mucho de mi pueblo.*

*-En los supermercados parece todo sintético (Granada, jóvenes universitarios).*

De este modo, una oposición mítica entre los supermercados y las pequeñas tiendas empieza a funcionar en el discurso. Los supermercados, situados del lado de la masificación y la escasa calidad, evocan el momento de la compra sin plan –en la que todo se mezcla con todo en una promiscuidad antinatural<sup>121</sup>- de la comodidad sin conciencia y de la falta de voluntad, es decir, de la sociedad de consumo en sus versiones más estereotipadas y degradantes:

*-Si haces un planning de lo que hay al lado de tu casa, si te fijas, vas a ver: la frutería, la pescadería. Yo tengo de todo, yo tengo de todo, frutería, de todo... Yo tengo un supermercado aquí, otro al lado, la frutería enfrente, un congelado al lado, la carnicería más para arriba, la farmacia, es que, en la misma calle, lo tengo todo.*

*-Es que, te acostumbras, intentas hacerlo un poco más... [organizado].*

---

<sup>120</sup> *-Pero yo eso no, una tontería porque la dieta mediterránea no te engorda, no te engorda, es una dieta muy sana, y no te engorda.*

*-¿Quién come una dieta mediterránea? Muy poca gente, que viva con su madre, y su madre la haga (Granada, jóvenes universitarios).*

<sup>121</sup> *-Sí, mi hermano trabaja en un supermercado y cuando yo me vine lo primero que me dijo: "Si tienes que comprar una carne no la compres en un supermercado, y si tienes que comprar una verdura no la compres en el supermercado... Porque tú te vas a una carnicería que está [la carne] del momento, y en el supermercado, pues a lo mejor la tienen allí tres días y que..."*

*-¿Es que es lógico, no? Yo creo que sí. Tú vas a comprarte, yo que sé, algo... una cámara de, de fotos, pues vas a ir a una tienda de fotos, ¿no? Si quieres comprar fruta ve a una frutería...*

*-Claro.*

*Te va a salir más barato, más...*

*-Pero es más cómodo con el carrito, llegar al supermercado...*

*-Y tienes todo de una vez.*

*-Echas el papel higiénico, con la verdura, con el pescado, con la carne, con los flanes... (Granada, jóvenes universitarios).*

*-Pero es la comodidad.*

*-Pero la comodidad, mira, ¿tú reciclas basura? Yo reciclo basura, no hay cosa más coñazo, necesitas cuatro recipientes tía. Para la tapa de abrir, o sea, cara orgánica, cara cartón para papel, y luego para vidrio. Tengo la basura distribuida por la casa. ¿Sabes lo que te digo? Los vidrios la puerta, el cartón de aquí al lado de la cocina, y los otros dos cubos abajo. Que todo es coñazo, porque si no, no reciclas, pero yo que sé, a mí me da rollo, es decir, si tiras todo el vidrio donde va todo, el plástico donde va todo, es súper contaminante, ¿te da como rollo, no? Yo que sé. Pues lo mismo comprar es como habituarte, es decir, ¿vas a ir a un supermercado a dárselo todo al supermercado? Cuando ahí abajo hay un viejito, que te valen los dos kilos de patatas en el supermercado, dos euros, y ahí abajo te está vendiendo el kilo cero con sesenta los dos kilos... Es mucho más barato, el tío te lo trae de la tierra, que lo estás viendo (Granada, jóvenes universitarios).*

Comprar requiere, por tanto, una activación de competencias. En ellas, se observa si el individuo ha completado o no su proceso de maduración en relación con los alimentos. Para atestiguar esa maduración, una cierta recuperación del origen popular (recuérdese la descripción que hace D de su madre) sirve como emblema discursivo.

Este proceso de “maduración” –definido por la adquisición de posiciones de agentes activos en la preparación y adquisición de los alimentos- no elimina la percepción de las diferencias entre las diferentes generaciones respecto a la alimentación. Los cuerpos y las mentalidades han sido producidos de manera diferente. Idealizarlos supone olvidar que los contextos prácticos ante los que tienen que responder los jóvenes no son los mismos que los de sus progenitores. El modelo somático representado por las clases populares es notablemente disfuncional en el mundo de hoy:

*-Es que también, claro, antes los alimentos también eran más sanos, pero su mentalidad para comer los alimentos era diferente. Ahora nuestra mentalidad para comer los alimentos primero, decides si engorda... Sí tienen mucha importancia para nosotros, una dieta pesada, que nos hará subir de peso, para lo que sea, independientemente de lo que sea. Porque hasta para mi trabajo [el joven que habla es camarero], si tu peso es mayor, puede no beneficiarte, simplemente, claro (Granada, jóvenes universitarios).*

Por tanto, los jóvenes pueden compartir gustos con sus padres, pero no sistemas de valores respecto a los modelos corporales:

*-Estamos acostumbrados [en] nuestro estómago a una manera, pero nuestra mentalidad es de otra. Nuestros padres, digamos que tienen el estómago*

*acostumbrado de una manera, pero su mentalidad yo creo que [no ha cambiado]”*  
(Granada, jóvenes universitarios).

La movilidad social ascendente exige pues enfrentarse a mercados diferentes a los que se enfrentaban los padres<sup>122</sup>. El cambio en el sistema de ocios acompaña a la transformación de los prototipos corporales. Ser dominante (que es, como señalaba Marx, estar dominado por la dominación) en el mundo de la cultura y en los prototipos corporales legítimos exige una inversión de tiempo que aleja progresivamente de las prácticas alimentarias domésticas –por mucho que las mismas sigan evaluándose como sanas-<sup>123</sup>. A ello se suma la amplificación de la jornada de trabajo:

*A: Antes nuestros padres, por lo menos, mi padre, trabajaba de ocho a tres, luego después estaba en mi casa. Ahora la mayoría de la gente trabaja de ocho a tres, si trabaja de ocho a tres si es que no trabaja de ocho a tres y de cinco a diez, pero si trabaja de ocho a tres, a las cinco va al gimnasio, y a las siete va al cine, o, ¿sabes lo que te digo?, que el horario, y el tiempo que tiene la gente para cocinar no da para que tenga una alimentación* (Granada, jóvenes universitarios)<sup>124</sup>.

La segunda corrección práctica que conoce el mundo doméstico –entre los jóvenes universitarios estudiados- es la que se refiere al modo de aprovisionamiento. De acuerdo con la categoría matriz que identifica lo sano con lo cercano –geográfico y temporalmente- al proceso de producción del alimento, comprar en los supermercados para un periodo de tiempo importante –semana, mes- resulta menos recomendable que comprar diariamente. La principal coacción a la que se enfrentan los estudiantes para poder comprar diariamente es la falta de tiempo. Comprar diariamente se opone al principio de ahorro<sup>125</sup>: de ese modo, se acaban tirando los alimentos. En

---

<sup>122</sup> *Los grupos de discusión que analizamos se realizaron con personas que se encuentran en fases diferentes del ciclo de vida. En el caso de los jóvenes universitarios, la movilidad social ascendente es un hecho; en el de las chicas jóvenes es una posibilidad. Cuando los grupos hablan de cuestiones estéticas, la diferente movilidad social es un parámetro básico para comprender las variaciones discursivas. Esta cuestión no la trataremos en el presente libro y será objeto de otras publicaciones.*

<sup>123</sup> *Esta posición resulta más evidente en aquellos estudiantes de origen popular –como A del grupo de Granada- que más se acercan al modo de vida de los estudiantes de origen burgués poco implicados en sus estudios. Los placeres de los estudiantes de clases populares centrados en sus estudios –que pagan su triunfo escolar con un fuerte ascetismo- suelen nuclearse en torno al muy plebeyo consumo hogareño de televisión. Véase Grignon, Gruel (1999: 158, 165, 173).*

<sup>124</sup> *En esta cita coexisten dos referencias sociales básicas que conviene no confundir y que retratan bien a la persona. Por un lado, la necesidad –que acerca a A con las clases dominantes- de mantener el cuerpo y el nivel cultural de acuerdo a exigencias de envergadura. Por otro lado, los procesos de amplificación del horario de trabajo y la creciente exigencia de devoción de los trabajadores a sus empleos. Exigencia que amenaza con laminar la costosamente ganada posibilidad de un espacio privado para las vidas de la clase trabajadora y con ello desestructura las relaciones familiares. Véase C. Grignon (1999: 320).*

<sup>125</sup> *El principio de ahorro se opone al principio de vivir el día a día, que algunos autores consideran patrimonio básico de las clases populares. El sentido de la prodigalidad y el afecto por la buena vida resultarían de la inexistencia de perspectivas de futuro abiertas en el horizonte de las clases populares. Véase R. Hoggart (1970: 184-185). Resultado de un proceso de movilidad ascendente, la situación de los jóvenes estudiantes participantes en el grupo de discusión encuentra sus recursos básicos en las virtudes nacidas de la voluntad: el esfuerzo en el estudio, el control del tiempo y del gasto y la huida de la vida “estudiantil” –opuesta a la vida estudiosa- disfrutada por la bohemia originaria de las clases superiores. El principio de ahorro forma sistema con todo ese conjunto de virtudes restrictivas.*

este momento, aparecen las diferentes gradaciones de lo sano que acompañan el proceso de maduración de los agentes y que se oponen al nihilismo alimentario de los “jóvenes”- que sólo adoptan posición de consumidores en el hogar o se adhieren a prácticas comunitarias sin discurso que las racionalice-. Lo más sano, sería controlar el proceso de producción del alimento, pero eso es imposible. De esa situación, el polo más juvenilizado del discurso sacaba la conclusión de que nada podía hacerse para tener una alimentación sana. La acción racional dejaba de tener lugar en la vida cotidiana de los individuos.

En todos los órdenes de la vida, el poder sobre las cosas permite salir de la pareja melancolía / conformismo (Bourdieu, 1974: 9). El abandono en el presente – en la alimentación, consustancial a la clase de edad joven- se justificaba mediante la erección de normas morales imposibles de cumplir: dado que el paraíso alimentario resultaba inaccesible, ninguna jerarquía racional podía establecerse entre las distintas prácticas alimentarias. El acceso a un papel central en el proceso alimentario – aprovisionamiento, preparación...- se acompaña de una graduación de las prácticas alimentarias sanas. En ese sentido, el discurso sobre los congelados es paradigmático.

Los congelados comprados reciben todas las adjetivaciones de aquellos alimentos que están en el límite de lo admisible. En ellos, no se controla ni el proceso de elaboración del producto ni el proceso de preparación del mismo. La lejanía del producto consumido respecto de la materia prima sin elaborar que le sirvió de origen se percibe como máximo. La congelación de alimentos preparados por uno mismo es una operación de otra índole. Los productos que se congelan han sido elegidos por aquel que los consume. En ese sentido, se avanza un paso en el control del producto. Los congelados realizados por uno mismo permiten mediar entre el principio de comprar diariamente –que exigiría un control del proceso alimentario para el que no se dispone de tiempo- y el principio de ahorro consistente en no tirar la comida y evitar que se eche a perder:

*-Pero yo a lo mejor, pues me compro la carne, como me la compro fresca, pues me compro la carne y digo: bueno, pues la carne, en vez de comérmela hoy me la como mañana, y me compro el pescado para hoy, y la ensalada como te dura una semana pues me la como esta noche y los espaguetis como te duran lo más grande pues me los como pasado mañana, y yo compro comida para cuatro días.*

*-Por eso te digo, que yo eso a mi madre se lo he visto siempre [comprar comida diaria] y yo sin embargo no lo hago. Es comodidad.*

*-Yo voy a comprar para dos semanas y no soporto tirar comida y no tiro comida, vaya.*

*-Yo no tiro comida.*

- Y a lo mejor compro en el supermercado, luego la carne que hay en el congelador dura bien esas dos semanas.*
- Es eso, claro.*
- Y como es variado, pues a lo mejor, dos filetes de lomo, dos filetes de pollo...*
- Es eso.*
- Dos filetes de no sé qué, y lo sacas el día de antes.*
- Es así.*
- Además más o menos ya tienes el cálculo cogido.*
- Claro.*
- Sí.*
- Mides la cantidad que tienes que comprar para que no te sobre y no tengas que tirar.*
- Me parece que ya llevamos aquí unos añillos y ya sabemos.*
- Ya sabes si tienes que comprar tantos filetes, o medio kilo, o lo que sea, y no compras más porque entonces se te hecha por alto.*
- Pero que siempre está el congelador.*
- Claro.*
- Que si yo he comprado filetes y veo que me van a sobrar antes de que...*
- Pues los congela y los echas...*
- Luego digo: si no me los voy a comer ni hoy ni mañana, al congelador, hoy me gasto lo que tengo y dentro de tres días que no sé que comer, pues lo saco del congelador... (Granada, jóvenes universitarios).*

La práctica de la congelación doméstica no cambia la naturaleza de los productos –únicamente, aumenta el control en un punto del proceso de elaboración del alimento-. Si los congelados domésticos se celebran de esa manera, es porque estos no serían posibles sin el dominio de ciertos esquemas prácticos. Aquello que se valora no es el congelado sino la capacidad de cálculo al alimentarse y el poder de definición racional de la propia dieta. Y eso es lo que se considera sano. El congelado doméstico es una condensación afectiva de la valoración que recibe el creciente poder de los sujetos en la alimentación. No resulta extraño que los individuos se satisfagan más narrando las operaciones previas al congelado que celebrando el efecto culinario de las mismas.

De este modo, el supermercado se rehabilita. Una modulación discursiva tendía a criticarlo asimilándolo a la compra sin medida ni orden –el rechazo al supermercado transparentaba así un rechazo a la promiscuidad y a la anarquía-. La rehabilitación del supermercado aparece cuando, basándose en él, pueden ejecutarse esquemas prácticos unidos al mundo de lo racional y lo tradicional: cálculo y elaboración de los alimentos. Con ello se controla una deriva –populista- del discurso que, en su celebración de lo pequeño frente a lo grande y de lo específico frente a lo masificado, alejaba a los individuos de las posibilidades prácticas de los estudiantes procedentes de las clases trabajadoras.

## 4.10. LOS LÍMITES DE ASIMILACIÓN DE LOS DISCURSOS LEGÍTIMOS. LA POSICIÓN POPULISTA Y LA POSICIÓN MODERNIZADORA

Como hemos sugerido ya, la rehabilitación de una relación popular con los alimentos contiene un punto de fuga hacia la distinción fruto de una rehabilitación populista de la alimentación sana. La alimentación sana y “popular” se transformaría así en un coeficiente de diferenciación que dirigiría el discurso hacia una cultura especializada, en los límites de la gastronomía. El consumo de alimentos populares adquiere los rasgos del discurso dietético legítimo: fuerte selección de los alimentos, atención a su modo de elaboración, encantamiento de la comida popular como acceso a una cultura antropológicamente fundamental y desligada de la alimentación de masa...

Este discurso surge en boca de uno de los participantes (A) que reúne el máximo de contrahándicaps en la situación de discurso. Trabaja como camarero – disponiendo así de competencias específicas-, vive en pareja –con lo que se sitúa en el grado de máximo de maduración respecto a la posición “joven”- y frecuenta ambientes ligados a la izquierda universitaria –grupo que convierte la oposición aristocrática a la sociedad de masas en un elemento de reafirmación identitaria-. En el momento en que se celebra el grupo de discusión, esta persona representa el umbral máximo de ascenso social. Hijo único de un pintor de “brocha gorda” y de un ama de casa, estudiante de Historia del arte y novio de una antropóloga, este participante alternará la defensa de los discursos más especializados y distinguidos con la crítica más radicalizada a las imposiciones estéticas en relación con el cuerpo –lo que no es sino una forma de mostrar que es quien más las padece-. En lo que a la alimentación se refiere, es el miembro del grupo que plantea un modelo de empleo del tiempo más cercano al de las clases dominantes: por una parte, señala la ausencia de tiempo para poder enfrentarse a todas las exigencias del “mundo contemporáneo” –ir al cine, gimnasio, etc.-, por otra, se recrea en prácticas de alimentación de carácter ostentoso y que exigen una dilapidación no racionalizada del tiempo de vida –en el caso que sigue, la búsqueda de la “verdadera” comida local-.<sup>126</sup>

Por ejemplo, A considera que los estudiantes no conocen la verdadera comida granadina. Las comidas que conocen –como el plato alpujarreño- son comidas

---

<sup>126</sup> “*Todo pasa como si el modo de vida de la clase dominante estuviera tensado entre dos usos opuestos del tiempo, uno técnico, conforme a la razón práctica, adaptado a los intereses materiales de la burguesía y a sus propios valores, y el otro emblemático, ligado a la necesidad de parecer para mantener el rango y, más profundamente, a la dificultad de mantener la condición burguesa de un modo diferente al de la metáfora y la denegación, a la manera del gran señor o por lo menos a la manera del artista*” Grignon (1999: 282).



estandarizadas. Sólo el “pushero” –como señala forzando el acento local- que se hace en el Barrio del Sacromonte es auténtica comida granadina. El puchero se describe con todos los condimentos del ensueño populista exuberante y falto de medida (el cerdo metido entero) y en oposición a las “tapas” que comen los estudiantes. Las tapas serían así el mundo de la comida sensible que oculta la idea inteligible de lo granadino. Esta sólo se ofrecería a los que rasgan el velo de la Granada abierta al exterior –representada por la comida a la vez barata y masiva que satisface el consumismo estudiantil-.

La oposición a este discurso procede de otro hombre (B). Hijo de un empleado de banca, es aquel que en el grupo estudia la carrera con más dificultad (Arquitectura, el resto de los estudiantes cursa Historia del Arte). La innovación, según este participante en el grupo, no requiere el conocimiento de los arcanos de la cultura local. La experiencia de los pisos de estudiantes permite el mestizaje con los saberes culinarios de lugares diferentes al de origen. En esto recibe el apoyo de una de las chicas del grupo (C), hija de un albañil y de un ama de casa y prometida de un soldado profesional. La creatividad alimentaria forma parte de los procesos de aprendizaje colectivos que se organizan en los pisos de estudiantes. La miserabilización de la experiencia estudiantil –condición de posibilidad del éxito discursivo del populismo culinario– se enfrenta así a una vigorosa defensa de la creatividad cotidiana<sup>127</sup>.

---

<sup>127</sup> A: *En la mayoría... te pongan migas, o te pongan arroz con caracoles, pues mira... ¿sabes lo que te digo? Claro, yo te digo, por, por, llevo cuatro años trabajando arriba y la cocinera, pues Esther, lleva cocinando desde los nueve años, es del Sacromonte, entonces... Que hace la comida de Granada, que tú te quedas, alucinao, por que es que, tú sabes lo que es verte un pushero con un coshino metío entero, porque prácticamente, en la olla de San Antón, tiene el coshino metío entero: la careta, la orejas, la, no sé qué, yo me quedé flipao ¿sabes? Yo no había visto un pushero así en mi vida. O el pushero de hinojos, o... Se cocina de otra manera, pero tanta gente que es estudiante, creo yo, por mí, vamos, por, ¿cómo lo veo, no? cuando trabajas en la hostelería pues eso. No creo que aprendas como se come en Granada, sino que aprendes otras cosas. Aquí en Granada, abres tu campo, vamos, por lo menos abrí mi campo a comer a otras comidas: india, china, japonesa, pero, un poco de las de Granada, porque no te las... tu madre no es de Granada, tu tía no es de Granada, no te va a hacer comida de Granada. O te va a hacer un pushero como, el de Cádiz, o el de Málaga, se hará un pushero, pero tú te comes un pushero aquí y no tiene nada que ver. ¿Sabes? No es un pushero. Yo creo que los estudiantes aquí, no aprenden la comida de Granada. No, no asimilan lo que es la, la gastronomía de este pueblo, Granada. Comen tapas, comen... Ya te digo, abren su, su alimentos y su forma de comé, a mushas otras formas de comé, de otros países y...*

B: *También aprendes, yo creo que también aprendes a cocinar de otros lugares. A lo mejor no de Granada, pero por, por una razón, porque normalmente, aquí, no compartimos piso con gente de Granada, porque la gente de Granada está aquí, o sea, nosotros...*

A: *Cuando trabajas aquí te darás cuenta que trabajas con gente de Granada.*

B: *Deja, pero, espérame que termine. Pero, sí sueles compartir piso con gente que son de fuera, y empiezas a aprender, por ejemplo, una muchacha que es de Almería, y a, alguien que es de Jaén, y a, alguien que es de Málaga. Se juntan los tres y empiezan a, empiezan a aprender...*

C: *Eso pasa.*

B: *El de, el de Almería lo que hace el de Málaga, el que... Incluso yo estuve un año viviendo con un marroquí, y aprendí a hacer cuatro platos, tres de cocina marroquí.*

A: *No tienes que vivir con un austriaco, para hacer comida austriaca. No tienes que vivir con la gente, sino también con la gente que conozcas*

C: *No, pero lo que pasa también, a la hora de hacer de comer.*

B: *Y toda esa cocina, la pruebas, la, la aprendes también si te gusta...*

C: *Claro, claro.*

B: *La aprendes a hacer, y luego... en el día a día pues tú te la haces, de vez en cuando también.*

La otra posición –característica de discursos legítimos- es la de la modernización alimentaria. Defendida también por el participante A –que en esta ocasión se globaliza donde antes se territorializaba-, esta posición discursiva identifica la dieta local –o nacional- como estrecha de miras y poco abierta a las innovaciones. Estas innovaciones estarían representadas por las cocinas allende nuestras fronteras: el ejemplo es la sopa de tofu. Esta posición se contesta fácilmente a partir de la idea de lo sano como lo tradicional –en esta ocasión defendida por B dentro de un discurso de tintes críticos sobre la globalización-<sup>128</sup>.

Una inflexión derivada de esta posición modernizadora se destaca a propósito de las novedades alimentarias. Esta cuestión tiene su interés porque apunta a las condiciones de constitución de un alimento como comestible. A comienza señalando que los jóvenes tienen un gusto abierto, lo que los diferenciaría de sus progenitores que se encerrarían en los alimentos conocidos. C contesta la posibilidad de constituir como alimento un gusano frito, lo que A considera factible si se generaliza su consumo. La participante D –hija de un panadero y de una dependienta- invierte el exceso modernizante de A y refiere las modificaciones en los gustos que ella ha experimentado en lo referente a las verduras –alimento rechazado por los jóvenes y que aquí funciona como un índice de maduración alimentaria-. Una discusión se establece entre las dos chicas –C y D- en torno la verdura, saliendo de este modo del reto modernizante planteado por A. La novedad no puede incorporarse en el vacío: frente a quienes abogan por una infinita adaptabilidad de los individuos a las modas, sólo tomando cuerpo sobre un esquema

---

*C: Pero eso sí pasa, porque, yo vivo con dos compañeras, una de mi pueblo, de Vélez Málaga, y otra es de aquí de Granada. Y nos pusimos un día a hacer un puchero. y ella lo hace, y nos peleamos, al final no hicimos ni el puchero, porque yo quería echar una cosa y ella decía que no, que su madre no le echaba eso, que le tenía que echar lo otro, y digo: pero es que yo así no me comí un puchero nunca. Y la otra: "Pues yo así el puchero no me lo como, digo: pues ala, ya no hay puchero que valga". Sabes, que, que son diferentes, y: "Pues mi madre le echa esto, mi madre le echa lo otro, y al final digo: esto no va a salir puchero ni nada".. Pues que es que una le quería echar una cosa, otra, digo: esto va a ser una mezcla entre puchero, lentejas, y... yo que sé. Pero que pasa, porque como son diferentes, yo vengo de más de la costa, yo que sé. Se hará diferentes las comidas también. Ella es que es de un pueblo de aquí de Granada. Pero no sólo con el puchero, muchísimas cosas.*

*A: Yo te digo, que si haces una encuesta sobre estudiantes, no van a saber comer como comen en Granada. Van a sabé como comen en su casa, e incluso sabrán algunos platos, pero, no, porque no prueban. Están estudiando, y se relacionan con gente, de Granada, pero también de otros sitios, como dice él, vas a aprender comida de otros sitios. Eso está claro. Está claro que al irte de tu casa, venirse a Granada o a otro sitio, vas a cambiar tu forma de alimento y, que aprendas o no de la ciudad donde estés, la forma que tienen de comer o no, es, depende del grado, con que te relaciones con la gente de esa ciudad (Granada, jóvenes universitarios).*

<sup>128</sup> *A: Es que yo creo que es eso, que alimentación sana no tenemos. Lo mismo ahora un poco con la cocina de autor y eso, que está entrando otra vez un... en adquirir... alimentos que no tenía nuestra dieta. Supongo que también que eso la historia, la política... Pero ahora por ejemplo nuestra dieta se está abriendo a otros alimentos que no teníamos hace diez años o quince años... pues, yo que sé, la sopa de tofu u otras cosas...*

*B: Yo creo que en ese sentido, es decir, hace unos cuantos años pues todos comíamos muy bien. Que, comíamos productos de nuestra tierra, productos naturales, siempre eran también productos que eran, mu frescos, del día, nuestro aceite de oliva, nuestra dieta mediterránea, y que quizá lo, lo estamos perdiendo. Yo creo que más que beneficiarnos de esa globalización, yo creo que más bien nos está perjudicando, hacia, hacia estándares, que perjudican, tanto por rapidez, por economía, como lo venden, también por la publicidad y no aprovechamos tampoco, nuestros productos frescos, de nuestra tierra (Granada, jóvenes universitarios).*

práctico antiguo puede incorporarse una novedad (Hoggart, 1970: 223). Las novedades alimentarias cobran un sentido cuando éstas se proyectan sobre un esquema implícito –el de la “maduración” de los gustos- pero no por una demanda de absolutización de la modernidad -sin raíces en este lugar del espacio social, pero que quizá las tenga en alguno de los entornos en los que se desenvuelve el participante A-.

De esta manera, el discurso de distinción de A –producido para un mercado de bienes simbólicos diferente al que domina el grupo- resulta desactivado: la discusión acaba refiriéndose a la muy prosaica cuestión de la introducción o no –y cómo- de verduras en la dieta<sup>129</sup>.

## **4.11. CONFIGURACIONES DOMÉSTICAS Y RESPONSABILIZACIÓN**

La recuperación de la alimentación doméstica exige la reconstrucción de un cierto orden. La división del trabajo familiar la recibían las personas estudiadas como algo heredado. Salir de casa, supone la reconstrucción de ese orden doméstico y la revisión crítica de las formas de competencia acumuladas en el espacio doméstico familiar –en muchas ocasiones, lo que se acumula, debido a la división sexual del trabajo (pero también a la creciente evasión de la clase de edad, chicas incluidas, del mundo doméstico), es la falta de competencias-.

En principio, las tareas domésticas siguen considerándose refractarias a la elaboración explícita. La economía del cálculo representada por el plan de trabajo imperativo desentona con la concepción del espacio doméstico como un lugar de intercambio de dones ajeno a la anticipación consciente de beneficios.

---

<sup>129</sup> A: *La nuestra es, nosotros nos podemos comer, desde un potaje de habichuelas, a si nos ponen dentro de cinco años un gusano frito.*

C: *Ah, eso no creo yo, que me lo vaya a comer yo.*

D: *Pero eso es también...*

A: *Te puedo asegurar que si empieza a comerlo todo el mundo, te lo comes.*

C: *Eso no creo yo que lo haga.*

D: *Eso es también a raíz de que estamos aquí solos, porque yo recuerdo que antes, cuando vivía en mi casa pues, a lo mejor ciertas verduras: “¡Ah que asco, eso no lo quiero!” Y ni siquiera lo probaba, porque no, simplemente como iba a tener otra cosa pues ya está. Ahora si me tengo que comer eso me lo como.*

C: *Pues a mí no me pasa.*

D: *De comerlo pues, llega el punto que me gusta, y, y ya si tengo que probar algo lo pruebo, y sin problema.*

C: *Yo la verdura sigue por no gustarme. Vaya, la verdura, yo como ensalada y los guisantes me gustan, pero habichuela y todo eso... Yo la verdura no la pruebo, y mi madre desde pequeña.*

D: *Yo, me he dado cuanta de eso, de que antes: “¡Ah, esto no me gusta, que asco, ah, ah!” y ahora, es que de decir no me como esto porque me da asco nada. A lo mejor me puede agradar más o me puede agradar menos, pero me lo como (Granada, jóvenes universitarios).*

La cuestión de las configuraciones domésticas en los pisos de estudiantes se introduce al tratar la cuestión de si es necesario hacer un plan o no para repartir las tareas domésticas. Dos tipos de configuraciones domésticas se establecen: en unas el reparto de tareas se realiza de forma estricta. El principio de rentabilidad económica se apoya en la percepción de los compañeros de piso como posibles “gorriones” que sacan beneficio del esfuerzo ajeno sin aportar nada. Esa situación que caracteriza los hogares de tres miembros del grupo se opone a la organización espontánea y autorregulada de A y de C: el primero vive en pareja y la segunda considera que ha logrado vivir como en familia. Este segundo modelo representa el ideal normativo del grupo. Su consecución –fundamentalmente con la vida en pareja- marcará el definitivo momento de “maduración” de los agentes en el orden alimentario. Sólo la sospecha de que tras la espontaneidad organizativa en el hogar puede reforzarse al dominación masculina –insinuada cuando B, participante masculino, señala que con los hombres sólo vale un plan estricto- ensombrecerá la reproducción del hogar como un ámbito fuera del dominio económico. Cuestión esta que potentes sectores de las clases medias universitarias cuestionan –y el pensamiento científico social inspirado por el feminismo- pero que todavía no penetra a las personas de clases populares estudiadas: éstas continúan viendo la racionalidad instrumental como una intromisión de las frías aguas del cálculo egoísta en el hogar. Éste constituye una reserva afectiva por excelencia que la conjunción –desigual en sus orígenes, en su valor científico y en su calidad emancipatoria- de feminismo crítico y neoliberalismo desregulador de la vida cotidiana aún no ha conseguido extirpar del imaginario de los individuos participantes en los grupos –que siendo estudiantes podrían constituir la vanguardia de las innovaciones procedentes de los económica y culturalmente dominantes-<sup>130</sup>.

---

<sup>130</sup> D: *Que yo el primer año... yo sigo con las mismas compañeras excepto una que... que, que ya no está. Y el primer año, pues, íbamos así, ¿no?: yo limpio el cuarto de baño y tú como me has visto que estoy limpiando el cuarto de baño tú limpias el comedor. Pero nos dimos cuenta de que eso no funcionaba porque siempre había una que se escaqueaba. Que se escaqueaba y se escaqueaba y se escaqueaba hasta que dijimos: “Pues bueno, pues el año que viene, pues se hace un planning y si tú hoy no puedes limpiar el cuarto de baño, pues ya sabes que la semana que viene vas a tener que limpiar el cuarto de baño lo que te toque esa semana.*

C: *A mí eso me da mal rollo.*

D: *En mi caso, en mi caso fue, porque como de la otra forma no podía ser, pues se tuvo que poner unas normas.*

C: *Es que eso depende de mucho, claro, yo te entiendo, depende con quien vivas.*

D: *Y, y éramos, éramos todas tías...*

C: *Yo como no, no tengo problema...*

D: *Ahí no depende de que era hombre y mujer...*

B: *Yo tuve la mala suerte que la gente con que vivía...*

D: *No, era la persona, que era así, punto.*

C: *Yo como no tengo problema ninguno... Ahora, sí te entiendo porque si una está todo el día escaqueándose pues es normal que le diga: oye, mira, que tú vives aquí...*

D: *Claro, tienes que poner unas normas.*

E: *A mí tampoco me gusta mucho los planning, el que sea tan sistemático, que tienes que hacer...*

C: *A mí tampoco, es como obligación (Granada, jóvenes universitarios).*



## **5. LOS USOS ESTRATÉGICOS DE LO SANO EN HOMBRES DE CLASES POPULARES**

---

### **5.1. LAS COMPETENCIAS MASCULINAS EN LA ALIMENTACIÓN. DIVISIÓN SEXUAL DEL TRABAJO Y ENTRADA PROGRESIVA DE LOS HOMBRES EN TAREAS CENTRALES EN LA ALIMENTACIÓN**

La pervivencia de una fuerte sexualización de los roles domésticos hace que, en lo que concierne a la alimentación, el discurso de los hombres analizados de clases populares se centre en aquellas cuestiones en las que los participantes en los grupos de discusión se consideran competentes. Fundamentalmente, la posibilidad de comer o no sano y el valor de los alimentos como símbolo de integración social del grupo doméstico. Este último punto, comprende dos cuestiones. La primera, la posición de los hombres en la gestión de la diferencia alimentaria dentro de la familia. La segunda, el papel de los alimentos en los procesos de distinción corporal y la relación de los hombres con tales procesos. Todas las cuestiones concernientes a la elaboración específica de los alimentos –abundantes en los grupos de mujeres- tienen un lugar escuálido en el discurso de los participantes.

Los discursos difieren en los distintos grupos debido a la posición generacional de los sujetos participantes, a las características de su actividad productiva y a la adquisición o no de responsabilidades domésticas. Las diferencias entre generaciones son particularmente visibles en el grupo de campesinos –pequeños propietarios agrícolas en una localidad minifundista- de Pueblo de Jaén. Esas diferencias entre generaciones no impiden la existencia de un cierto espacio de enunciación común al grupo, dentro del cual se produce el juego de las diferencias internas. Por lo demás, como se verá, buena parte de los discursos emitidos por el polo más tradicional y el más modernizante de dicho grupo, persistirán en los participantes de los otros dos grupos –uno de trabajadores urbanos (Granada) y otro de jóvenes trabajadores rurales (Calañas, Huelva)-. El significado de tales discursos no será el mismo en

los diferentes espacios de producción de los mismos. Los discursos se engarzan en apuestas estratégicas de los agentes; estas apuestas difieren según los diversos contextos en los que se encuentran comprometidos. En lo que sigue, nos centraremos en cómo las acepciones de lo sano van transformándose o recuperándose según los espacios prácticos (familiares, laborales...) en los que se desenvuelven los individuos y en cómo su identidad personal, social y laboral se encuentra o no concernida por las categorías respecto de la alimentación sana que se manejan.

La máxima exclusión respecto de las tareas domésticas y la máxima competencia en asuntos ligados a la alimentación se encuentran en el grupo de campesinos de Pueblo de Jaén. Las características del grupo –compuesto de productores directos de alimentos- convierten los discursos sobre la alimentación en una defensa de su particular concepción del oficio. Esta concepción dista de ser un tópico compartido por todos: las diferentes valoraciones de la alimentación sana denotan disputas generacionales en el grupo en las que se dilucidan los principios legítimos de dominación internos al mismo. La estricta división sexual del trabajo en la que se desenvuelve el grupo –patente en los esquemas fuertemente sexualizados con los que se definen las distintas posiciones en torno a la alimentación- genera un discurso particularmente pobre en todo lo concerniente a la gestión doméstica de la alimentación. Ese terreno se reserva a las mujeres y sólo se hace visible cuando se compara un orden alimentario fundado en la escasez y en el que la diferencia alimentaria no se toleraba, con otro orden, el actual, basado en las divisiones de clase de edad –y en la introducción de una cierta individualización de las comidas- que se percibe como caprichoso<sup>131</sup>.

Esta autoexclusión del orden doméstico aparece también en el grupo de jóvenes trabajadores de Calañas, pero obedece a razones diferentes. El grupo no participa en las tareas centrales de preparación de alimentos<sup>132</sup>. La división sexual del trabajo

---

<sup>131</sup> -En los tiempos aquellos nuestros, difícilmente ponían de comer dos o tres platos. Era un plato y punto.

-Y si sobran te echaban de lo mismo.

-O sea, que antes lo que era postre, luego lo otro y lo otro... dos o tres platos no había, normalmente. Antes no, antes tu potaje y punto. El que comía bien y el que no comía...

F: A ti te ponía la madre por la mañana migas y comías migas, tu padre, tu madre, tu hermana, tu Agustín. ¿Es que a ti tu madre no te preguntaba qué quieres comer?, porque a mí no me ha preguntao... Tu madre no te preguntaba porque a mí no me ha preguntao ¿y tú que quieres comer? pues claro de ahí salen los niños y tienes que ponerles lo que ellos [quieran] (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).

<sup>132</sup> -Yo sé guisar los macarrones y yo no sé guisar más.

-No, pero vamos, ya te digo que...

-Yo sí, a mí sí me gusta yo sí.

-Yo cuando tengo oportunidad.

-Yo cuando mis padres no están o lo que sea, sí.

-Esto lo deberíamos haber hecho, podríamos haber comprado un par de kilos de chuletas y hacer una barbacoa aquí [también] y fuera lo único que íbamos a hablar.

-Y hablando y hablando...

-Claro, como no sabíamos el tema... No, no sé, hay muchos temas para hablar, muchísimos (Calañas, jóvenes trabajadores).

garantiza una dieta variada pese a la incompetencia masculina<sup>133</sup>. Se trata de personas que viven en el domicilio familiar y a las que la madre asegura la alimentación. En este punto, el grupo propone una visión juvenilizada que constituye una suerte de correspondiente masculino del grupo de chicas jóvenes de Torredelcampo –pese a que en otros puntos (la ausencia de reivindicación de la clase de edad como criterio para alimentarse y la incorporación del criterio “comer de todo”<sup>134</sup>) el grupo presenta índices de lo que definimos como procesos de maduración alimentaria-.

Sin embargo, la carencia de competencias en la alimentación está lejos de constituir un emblema de distinción en el grupo de discusión celebrado en Calañas o de dar pábulo a discursos autosatisfechos. Más bien, como atestiguan las referencias que damos más arriba –véase la alusión a la “comida del cabrón”- la incompetencia alimentaria se experimenta como síntoma de una carencia –que la ocupación fuera del hogar permite justificar por la falta de tiempo-. Por tanto, queda abierta la posibilidad de que la instalación fuera del domicilio familiar –ninguno de los jóvenes de Calañas, como hemos dicho, lo ha abandonado aún- suponga el desarrollo de procesos progresivos de adquisición de competencias domésticas. Un índice en ese sentido, puede proporcionarlo el grupo de hombres de Granada. En este grupo, la posibilidad de una alimentación sana –en una de las acepciones de sano: la que identifica alimentos costosos en tiempo para su preparación- queda en buena medida

---

<sup>133</sup> -Un huevo frito con patatas fritas es lo típico.

-Sí, pero un día, pero un día; para el mediodía comes huevo, por la noche comes huevo, al mediodía comes huevo, por la noche.

-Hombre ya, te terminas hartando.

-Está muy bueno cuando te llevas una semana sin comerlo.

-La comida del cabrón, como le decimos.

-Se echa de menos un guiso.

-Ahí. Cuando llevas comiendo dos días papas y huevos, dices: “;Hostia, me comería un guiso”.

-Pero la cuestión que...

-Y comes porquerías.

-La cuestión que como te hagas tú de comer te tienes que hacer huevos fritos, hamburguesas, algo frito.

-Eso sí es verdad.

-No te haces lo mismo que.

-Cuando faltan las madres decimos... (Calañas, jóvenes trabajadores).

<sup>134</sup> C: Dentro de lo malo es lo mejor que hay. Dentro de la alimentación que tenemos hoy, comer de todo es lo mejor, es lo mejor. Comer de todo, un poco de esto, un poco de lo otro, un poco de lo otro y es lo mejor, un día esto, un día lo otro y ya está, así, y es la mejor alimentación que puede haber, no quitarte de esto, ni quitarte de lo otro si tu cuerpo necesita todo.

JA: Sí, y si echas para atrás algunas cosas ya...

C: Claro, pues eso.

Al: Hay veces que yo me llevo semanas y semanas sin comer pescado, porque a lo mejor aquí a mí en Calañas no me gusta comer el pescado, ahora me voy a Isla Cristina y lo que quiero es comer pescado, yo ahora me llevo una semana sin comer sin probar el pescado, como mi madre no lo haga al horno o algo así que a mí me guste mucho, no como pescado.

JF: Yo pescado no suelo comer nunca, total anoche sí comí atún a la plancha, pero hacía un mes que no me comía un cacho pescado, porque no me gusta, la verdad...

JA: Que ahora ya estamos acostumbrados a comer cositas así más finas, pues ya tú ves un... (Calañas, jóvenes trabajadores).



cercenada cuando la mujer sale del mundo doméstico<sup>135</sup>. Ello no evita que la inmersión en la cocina constituya un signo de cualificación entre los hombres del grupo. Pese a que esta inmersión en la cocina siga considerándose un acontecimiento lejano a la cotidianeidad masculina –y resultado de una inducción de las mujeres (“ya lo he metido de lleno en la cocina”, dice uno de los participantes)-, la autoexclusión de los hombres comienza a percibirse como el resultado de un orden injusto. Los códigos morales implícitos en el discurso –que nunca deben confundirse con las prácticas efectivas- cuestionan así la inscripción de la cocina masculina en el orden de lo extraordinario –en el sentido de su menor frecuencia o de su asimilación a una profesión de prestigio (cocinero)- tanto como la carencia de reconocimiento que soportan las mujeres por su trabajo en la cocina –con la consiguiente impugnación de las diferencias de prestigio que subyacen a la división sexual del trabajo-.

- Nada, la mujer. Lo que pasa es que a la mujer la hemos dejado como el que era el alma de la casa.

-Lo que pasa es que ya va cambiando...

-En mi caso yo he estado cocinando en mi casa cuando mi mujer estaba...

-Que sí, que eso es fantástico.

-No, que le podía decir: “Oye, ¿qué me has dicho que le echara a las lentejas?”

-Lo que pasa que sí, que están más habituadas a la cocina...

-Luego [haces ] las lentejas y dices: “¡Coño, qué color tiene esto! ¿Qué pasa? ¡Que he quemao las lentejas!”.

-A mí se me han pegado muchas lentejas, pero al final...

- [Risas].

-Pero es importante que haya en casa dos cocinando.

-Eso es...

-Porque...

---

<sup>135</sup> -Una alimentación sana... El que tenga una madre y el que tenga una abuela en su casa o una suegra o la mujer, o uno mismo (...) pues estupendo; pero el que se dedique a ir a... dulces, y demás, y pizzas y pastas, eso yo creo que lo estropea todo...

EC: No sé, una familia que estén los dos miembros trabajando, hombre y mujer, se alimenta peor que una familia en la que la mujer está en casa.

AJ: Yo creo que sí, como...

JT: Sí, sí, sí, eso es...

EC: Pero si en nada de tiempo...

AJ: Te privas de comer.

AC: Recurras a tus latas y recurras a cualquier cosa.

AJ: Recurras a otras cosas, en definitiva, porque hay un día (...) y puedes establecer de tal hora a tal hora. Es que, no sólo depende de las horas de trabajo, sino de las horas de desplazamiento: te tiras hasta media hora allí parado en la autovía.

EC: Lo cual quiere decir que es importante que la mujer esté en casa. Ese es otro tema.

AJ: O el hombre.

-[Risas].

EC: O el hombre (Granada, trabajadores).

-Hay que ponerse.

-Yo te voy a decir una cosa. Cuando sacas algo bueno, dices: “Hay que ver el trabajo que me ha costado hacer esto, ya por lo menos... Ya estoy emocionado, ya por lo menos he hecho una cosa buena”.

-Cuando te lo dicen. Como no te lo dicen, y llevas tres horas en la cocina, te das cuenta tú. “¡Mecachis en la virgen!, y yo siempre llego y cojo y no le digo que está bueno ni nada”.

-Pues en esa situación que mi mujer ha estado trabajando y yo no, casi siempre lo hace cocinando. Hubo una cosa que me indicó que ya estaba. Y es que mi mujer antes de irse decía: “¿Qué vas a cocinar?”. O sea, ya no decía cocinar: “¿Qué vas a hacer hoy?” Bueno, ya veremos.

-Eso es una forma de liarnos, eso es...

-Ya lo he metido de lleno en la cocina. Ya, ya, que haga lo que quiera.

-¡Hombre!, normalmente antes siempre (...) los cocineros estaban en la calle, y las cocineras están en las casas” (Granada, trabajadores).

La exclusión de los hombres de las tareas domésticas deriva de dos tendencias. La primera tiene que ver con una división sexual del trabajo cuya legitimidad es crecientemente impugnada y cuyo futuro depende del avance de los movimientos de mujeres y de la inscripción de dichos avances en las negociaciones cotidianas de las unidades domésticas. En éstas, los códigos morales –resultado de una evaluación más o menos reflexiva de las desiguales distribuciones del poder– no siempre acompañan los movimientos espontáneos de los cuerpos, por lo que la lucha de las mujeres contra la sexualización de los habitus –centrífugos del orden doméstico en lo que toca a los hombres, centrípetos del mismo cuando de las mujeres se trata– continuará teniendo múltiples microescenarios en los que desarrollarse. La segunda tiene que ver con la progresiva adquisición de responsabilidades en el hogar. Esta adquisición de responsabilidades –que supone una progresiva maduración general en la relación con los alimentos– se compaginaría con la autoexclusión de las tareas domésticas en órdenes de dominación patriarcal estrictamente definidos –como el representado por los hombres mayores del grupo de campesinos de Pueblo de Jaén–. La pervivencia de ese orden patriarcal –que supone, paradójicamente, una rígida heteronomía doméstica del hombre y con ello una disminución de su poder de acción<sup>136</sup>– no puede hoy reproducirse fuera de nichos sociales muy delimitados.

---

<sup>136</sup> Es un error considerar la huida de todas las tareas domésticas, incluidas las tareas de salud y de cuidado estético de uno mismo, como un síntoma *exclusivo* (hay que subrayar esto último) de la dominación masculina. Entre los grupos sociales dominados, existe una tendencia a otorgar a los demás capacidades de gobierno de la propia intimidad que un individuo celoso de su autonomía debía reservar para sí. Esa tendencia está presente –y en ese sentido acompaña como un hándicap los beneficios masculinos resultantes de la división sexual del trabajo– en la cesión hacia las mujeres, realizada por los hombres de clase trabajadora, de la gestión de su ámbito íntimo. Véase O. Schwartz (2002 : 201).

## **5.2. UNA HEXIS CORPORAL COMPARTIDA**<sup>137</sup>

La definición de qué significa comer sano implica, en un medio de productores agrícolas directos, una evaluación sobre los procesos técnicos de producción en los que se encuentran implicados los agentes. En ese sentido, valorar lo sano es, en buena medida, evaluar la forma de vida en la que participa cada uno de los miembros del grupo de discusión. La discusión sobre lo sano sirve de este modo para actualizar las divisiones que implícita o explícitamente estructuran las relaciones entre los agentes.

El grupo de discusión se celebró en un entorno de fuerte control mutuo entre los participantes (un día después de las elecciones locales, en las que el gobierno municipal cambió de signo). El grupo dio múltiples índices del esmero con el que los agentes deseaban manejar su imagen pública en un contexto local tenso. Así, R de 73 años y agricultor sin estudios, advierte al comienzo que él no desea ser grabado: “En este pueblo hay muchos problemas con la política”. M, por su parte, se presentará al calor de la discusión como una persona de 70 años –lo que le permite acreditar un “capital” de experiencia que los otros miembros del grupo le niegan-, cuando su carné de identidad muestra que sólo tenía 52 años en el momento de la discusión. El participante más joven en el grupo –al que llamaremos J. M.- sólo se atreve a intervenir al final de la discusión, cuando un conjunto de bromas de carácter familiar relajan los intercambios.

Esta tensión en el desarrollo del grupo –el medio social que se eligió hacía casi imposible encontrar personas que no se conocieran entre sí- se objetiva en el tema de la valoración de los productos obtenidos con las antiguas formas de trabajo agrícola y los obtenidos con las nuevas. Enseguida se establecen al respecto dos posiciones: la primera defendida sobre todo por F (agricultor de 73 años, soltero) y R (73 años, dos hijos) –y acompañada por los restantes miembros del grupo con la excepción de M- celebra los alimentos de antes y denigra los obtenidos con los “nuevos” procesos de producción agrícola. M, por su parte, introduce matices en la posición del resto de los participantes. Los matices de M comienzan contrastando la calidad de los alimentos de antes con el orden económico de escasez en la que tales alimentos se producían. Tales matices pretenden contextualizar lo que considera un exceso retórico de los participantes mayores en la evaluación de la alimentación. Efectivamente, la primera toma de posición en el grupo -que realiza A (71 años, dos hijos)- enuncia la actualidad alimentaria con rasgos cuasiapocalípticos: lo natural se habría perdido

---

<sup>137</sup> La hexis corporal designa en el sistema conceptual de Bourdieu la dimensión más íntima del habitus, es decir, el punto de cruce entre lo fisiológico y lo cultural. Este punto de cruce se manifiesta especialmente en los umbrales de sensibilidad de los individuos hacia el dolor, los alimentos poco elaborados, etc. Véase Moreno Pestaña (2004).

debido a un proceso general de violación de la naturaleza –esto es, de la emergencia de modos de violación de la naturaleza diferentes a los que constituían la cotidianidad de los más mayores en el grupo-<sup>138</sup>. La industrialización de los modos de producción agrícola aumentaría el rendimiento de las explotaciones al precio de desnaturalizar radicalmente los alimentos. De ese modo, se establece una secuencia de relaciones entre los conejos y los pollos engordados industrialmente, los híbridos, los congelados, los precocinados y los productos envasados, que se oponen, a las semillas no híbridas, los cultivos sin adicciones<sup>139</sup> y en general todos los alimentos surgidos de la producción agraria del grupo y destinados al autoconsumo<sup>140</sup>.

Esa serie de oposiciones –común a un esquema general y compartido por todos los grupos estudiados- que identifica lo artificial con la lejanía del proceso de producción del alimento, adquiere una particularidad distintiva en este grupo. Enunciando la oposición natural/artificial y asignándole un índice de degradación a la producción alimentaria actual, los miembros mayores del grupo se valorizan a sí mismos.

Esa valorización define positivamente no sólo una específica condición de productor, sino una competencia particular como consumidor de alimentos. Esa competencia se enuncia con rasgos masculinos: lo sabroso está duro porque supone la producción con esfuerzo<sup>141</sup>, pero también el consumo; un consumo donde el paladar

---

<sup>138</sup> *Preceptor: Lo que nos interesa saber cómo ha cambiado la vida en Andalucía. Y de lo que se trata es que ustedes charlen fundamentalmente sobre si realmente logramos alimentarnos de una manera sana.*

*F: Para mi gusto hoy día regular, regular na más.*

*A: Hoy día hasta los peces están metíos, sale en la tele, le echaban de comer la alfafa, le echaban allí de comer [dice algo de una alberca y parece referirse a peces alimentados de una manera artificial].*

*R Lo natural está ya desaparecido...*

*M: Es que la alimentación que había antes posiblemente era más desequilibrada, o sea, se alimentaba la gente más o menos de lo que producía, entiendes, entonces ahora mismo la alimentación a lo mejor es más equilibrada, a lo mejor incluso más sana, lo que pasa es que los productos de ahora son todos prácticamente híbridos, lo que es hortalizas, frutales y too eso son híbridos casi todo, simplemente... y luego la cantidad de pesticidas que se utilizan, que antes no se utilizaban. Claro, se puede llamar a confusión de que la alimentación de antes era mejor o era peor, pero hay que puntualizar, antes a lo mejor era más sana pero lo que pasa es que antes a lo mejor la gente estaba peor alimentada, porque no tenía medios.*

*A: Manzanas como esta [dibuja en el aire, con un dedo, una manzana muy grande]... (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).*

<sup>139</sup> *F: Yo tengo olivas, y yo he sacdao aceite bastantes años y no se le echaban polvos de ninguna clase y yo decía: “Esos polvos para qué serán”.*

*-Antes no se les echaba nada (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).*

<sup>140</sup> *M: Antes teníamos una dieta mejor, porque antes no había precocinados, no había bollicaos... todas esas cosas de...*

*A: Ni congelaos, que congelaos no es natural.*

*R: Ni salchichas, que yo a mí las salchichas asco me dan asco de verlas [risas].*

*-Las papas de antes no son como las de ahora, la producción de antes era mucho mejor que la de ahora. To lo que se producía (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).*

<sup>141</sup> Sin duda, es una forma -masculina y campesina- en la que funciona un esquema básico a la hora de organizar la relación con los alimentos presente en las clases populares: un alimento es mejor cuanto más trabajo se invierte en su elaboración: *F: Antes cortábamos las olivas y cortábamos con el hacha, le ibas dando hasta que caía la rama al suelo. Hoy tú vas a cortar olivas y ya no cortas con el hacha, la llevas en el coche y no te sirve (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).* Este esquema se opone a la cocina rápida y cara que caracteriza los consumos privados de la clase dominante.

sabe apreciar los sabores auténticos y donde la comida exige una actualización de la fuerza masculina en la deglución de alimentos que, además, conservan los rasgos de las materias poco elaboradas<sup>142</sup>.

La relación corporal con el mundo resulta de una génesis humana particular (del mismo modo que los alimentos que se consumían surgían de un proceso de crianza con una temporalidad propia) que las nuevas condiciones de existencia son incapaces de reproducir:

*-Empecemos por el pan, el pan habían aquí hornos que amasaban, en las casas iban nuestras madres y amasaban y en el horno se traían un canastón de pan que pesaba ocho o diez libras y aquello estaba estupendamente. Cuando se han perdió los hornos, compras una barra de las que venden y puedes hacer pelliza con ella...*

*M: Al día siguiente no te la puedes comer de lo dura que está.*

*-No. Si es al rato. Se pone duro. Ahí está too, ya empieza desde la harina...*

*F: Empieza desde la levadura, antes la tenías que hacer el hornero con diez, veinte o lo que tuviera... y aquella masa llegaba ya a ponerse agria, por la levadura... no hay ningún hornero que haga bien la levadura...*

*M: Que no es rentable, que no es rentable...*

*F: Pues no es rentable porque no hay inspecciones...*

*-Antes no había tantos abonos y era todo natural. Criabas un marrano en tu casa con lo que sobra, que si el tomate se ha tirado, el maíz, en fin. Luego estos marranos blancos, como lo que comen es pienso, pues así salen... no te los puedes comer porque no hay huevos a comérselo.*

*-Yo he tenido casi siempre en mi casa animales hasta hace un par de años, yo he tenía dos conejas que más o menos las he echado yo acaso echo al macho, han parido y daban cada una siete conejos por ejemplo, una ha tenido ocho se los he quitado y les he dejado a las dos los mismos. Bueno, una la he alimentado como se alimentaba antiguamente, pues con harina... y otra con pienso, pues la que esté comiendo pienso cuando tenga siete conejos y los conejos tengan setenta días los siete conejos pesan catorce kilos, cada uno sale a dos kilos más o menos, a lo mejor hay un conejo que pesa más y un conejo que pesa menos, pero los siete catorce kilos de conejo seguro pues los otros para tener cada uno dos kilos tienen que estar comiendo cuatro meses.*

---

<sup>142</sup> La elección de determinados alimentos y el rechazo de otros es un indicador importante del esquema corporal –es decir, la estructura con la que el cuerpo organiza el mundo- que subyace a la relación con los alimentos. Bourdieu notaba cómo el pescado no era un alimento conveniente para los hombres de clases populares que estudió, sobre todo, porque exige comerse de una manera cuidadosa, movilizándose sólo la parte delantera de la boca, frente a la carne, que moviliza la boca entera a través de los grandes bocados y la utilización de los dientes (Bourdieu, 1991: 188-189).

-Es que el pienso el que le hace...

F: Ahí ya va la química.

-Tú date cuenta cómo eso no es natural.

M: Sí, es que en menos de cuatro meses no pones tú a los conejos con una alimentación...

R: Habrá ahora que averiguar qué carne es más refinada [con burla]. Como no llega una inspección y dice: "Esta carne no es comestible ¿por qué? Porque tiene estas hormonas... esto no es comestible".

M [Riendo]: Hombre, a lo mejor mi mujer hace un arroz con un conejo de esos y a lo mejor mis críos no quieren la carne porque dicen que está dura. Y a lo mejor no se han comido la carne, pero el arroz, ¡la víctica!, el sabor que le ha dado al arroz la carne está dura, la carne está dura porque el otro conejo lo chupas y parece trasto... pero el arroz, ¡sabor tiene...!

- Está más jugoso.

M: Eso es una delicia y mira que la carne está dura, está más dura porque es un conejo...

-Además ahora salen las tajadas casi con un dedo de tocino, parece que estás comiendo marrano en vez de conejo.

-Si los borregos en la ganadería, que aquí conocemos también algo la ganadería. ¿Qué pasa? aquí todos conocemos una ganadería en el pueblo, ¿qué pasa?, que cuando van a quitarle la teta a veinte, treinta... borregos, los que sean y se los llevan a un cebadero y empiezan a echarle... Claro el borrego está acostumbrado a lo que pilla en el campo nada más, pues cuando le echan al borrego aquello, hace el borrego así [y engorda]... ¿Cómo va estar igual de bueno que un borrego que se ha criado de lo que la tierra da? Y aquello sabe a carne, pero...

M: Tienes otra, tienes otra que es peor todavía. Porque es que un pariente nuestro es carnicero, por parte de mi mujer, y hoy lo que es comprar carne de cordero del monte y matarlo olvídate, porque como lo pongas en la carnicería es que no lo quiere nadie, porque esa carne primero está más delgado el cordero, segundo está rojizo, como ensangrentá... entonces ¿qué hacen los carniceros?. Él tiene corderos y los tiene a pienso, él los compra y a los veinte días han hecho diez kilos a lo mejor de peso, pero a pesar de eso la carne sale con mejor color, ese pienso le da un color determinado a la carne que es el que le gusta a la gente. O sea, yo le he dicho muchas veces, "mira, nos vamos a ir y me traes un cordero bueno de esos", y no me daba un borrego de esos porque vas a comer tú, pero la gente que vaya contigo como sea gente joven pues no lo quiere, porque huele, sabe, ya volvemos a lo del aceite, sabe a cordero y ese pestinillo [palabra asociada a olor y sabor fuerte] del cordero se lo tienen que quitar porque a la gente no le gusta. O sea que los corderos que tú te comes del monte traídos directamente y llevados al matadero, eso olvidaos ya.

- *Los manipulan.*

*M: Los tienen veinte días a pienso y ya, engordan al cordero. Claro, engorda el cordero, porque un cordero que está en el monte acostumbrado a correr por el monte está normalmente delgado, pues claro lo metes allí y no se menea pues simplemente cuando lo tengas allí veinte días pues el cordero ha hecho diez kilos a picar... (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).*

Esta relación completa del cuerpo con el orden del mundo destella en la disquisición de M sobre el aceite de oliva y en los encadenamientos metonímicos que genera.<sup>143</sup> En ese sentido, muestra bien la cosmología –en su vertiente de “sociología” espontánea- sobre la que se sostiene el orden masculino del grupo.

### **5.3. PERMANENCIAS EN EL CAMBIO. CONFLICTOS DE LEGITIMIDAD Y LUCHAS POR LA DEFINICIÓN DE GENERACIONES ENTRE AGRICULTORES**

Los discursos sobre el cuerpo entre los agricultores de Pueblo de Jaén, dependen de un habitus que funciona como un operador mítico de correspondencias capaz de construir una cosmología global. Esta cosmología asegura la posición del sujeto en el orden del mundo –naturaliza, por así decirlo, sus elecciones prácticas- y lo bien fundado de su identidad. La relación con los alimentos encadena así el valor de una determinada forma de vida con todos los espacios sociales en los que el individuo se desenvuelve<sup>144</sup>.

---

<sup>143</sup> *M: El virgen es un aceite que no está manipulado, puede tener un grado tranquilamente, que ya es una acidez digamos media o puede tener tres décimas. Si tiene tres décimas puede ser virgen extra o simplemente virgen. ¿Qué quiere decir que es virgen extra?, que además de no estar manipulado tiene que tener una calidad. Te voy a poner un ejemplo [se ríe]: una mujer, puede ser virgen, pero en cuanto se acueste con un hombre aunque sea su marido ya no es virgen, no quiere decir que sea una puta, me entiendes, pero ya no es virgen. Entonces, eso es virgen. Ahora si tu quieres ser virgen extra tendrás que además de no haberse acostado con un hombre, tendrás que ser guapa, alta, agradable, inteligente... tendrás que ser más cosas, ¿me entiendes? Entonces virgen es todo lo que no se haya manipulado y virgen extra lo que además de no estar manipulado tiene unas propiedades, ¿qué pasa?, que luego el aceite por circunstancias no es apto para el consumo por el sabor o por el olor, lo llevan a la refinería y es aceite refinado, que dicen los madrileños (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).*

<sup>144</sup> Véase P. Bourdieu (2000 : 297-299). Cabe discutir cómo este principio heurístico de análisis contiene rendimiento explicativo más allá de las denominadas “sociedades tradicionales”, a las que cuando se aplica no produce protestas ni inquietud.

La discusión que se establece en el grupo de pequeños propietarios agrícolas de Pueblo de Jaén muestra bien cómo las diferencias más encarnizadas pueden coexistir dentro de una misma matriz de percepción y juicio de la realidad. Aunque las diferencias entre R/F y M son amplias, el esquema de oposiciones básicas, en el que se apoyan para sus juicios, comparte una estructura común.

La discusión comienza contestando la pretensión de M –más joven, dotado de un cierto capital técnico que luce con orgullo, responsable de la cooperativa local- de servir de portavoz al grupo y de puente entre un discurso que consideraba envejecido –el de sus contertulios- y un elemento ajeno –representado por el preceptor- que él relacionaba con la administración andaluza. La continuación de la misma mostrará la violencia simbólica que encubre los procesos sociales de definición del envejecimiento, así como la capacidad de resistencia a los cambios sociales de un esquema fundado en la identidad viril.

M, como hemos mostrado anteriormente, señalaba que la celebración de los alimentos sanos por parte del grupo homenajeaba a un orden social basado en la escasez y en la homogeneidad de los paladares<sup>145</sup>. De este modo, M cortocircuita un discurso mítico de celebración de lo sano, introduciendo, brutalmente, lo que él considera el orden real del mundo, ajeno a la nostalgia idealizadora de sus contertulios en el grupo de discusión. Ese mundo, insiste M, dependía de un autoconsumo estacional, limitado y, por tanto, la celebrada era de la alimentación sana no fue más que la sumisión

---

<sup>145</sup> Por un lado, M representa un intento de defensa del grupo e intenta volverlo comprensible en un contexto de ampliación de las redes económicas, relacionales y familiares del mundo campesino. Ese intento de volver comprensible al grupo, se patentizaba también en las continuas explicaciones con las que aclaraba al preceptor las aseveraciones de las otras personas presentes en el grupo. Por otro lado, M se enfrentaba al grupo en lo que consideró una idealización injustificada del orden anterior. Por lo demás, M resentía esta defensa como un golpe implícito hacia sí mismo, en tanto que responsable de la cooperativa del pueblo y defensor de una adaptación de la agricultura tradicional la “modernidad”. Por tanto, sería equívoco creer que la modernidad productiva y alimentaria ganó a M y que las concesiones al orden tradicional son el efecto de la situación de censura que constriñe la discusión de grupo. M no es un portavoz del futuro que huye de un pasado juzgado pobre y atrasado y al que no le otorga valor alguno. Bien al contrario, se cuida de no desvalorizar ciertos referentes de cultura somática campesina –que por otra parte, son también los suyos-: el control de la alimentación y el consumo es sinónimo de calidad y la industrialización del campo produce un cierto fraude alimentario en una lógica de producción dominada por la exclusiva rentabilidad económica. Esta denuncia adquiere en M un cierto tono melancólico que denota hasta qué punto su visión de la realidad considera inalterable el curso de las cosas. Por lo demás, cuando el grupo va acercándose a su fin, M se acomoda poco a poco al ritmo de discurso de los otros componentes del grupo y comienza a celebrar la dureza de la vida anterior, la falta de paladar de los miembros exógenos al grupo y, en un punto, su ingenuidad (se trate de los niños que no saben comer o de los forasteros que llegan al pueblo por vacaciones... etc.).



a la escasez<sup>146</sup>. R y F reaccionan arguyendo que la escasez procedía de una injusta distribución de los alimentos, que salían a la exportación y con ello quedaban fuera del alcance de los productores directos<sup>147</sup>. De este modo, ambos polos de la discusión introducen verdades sociales objetivas pero parciales. M muestra los límites de una agricultura poco modernizada y cercana a niveles de subsistencia allí donde R y F enuncian una verdad de la condición campesina –los agricultores no se reservan para sí los productos más demandados y caros y consumen aquellos que el mercado rechaza<sup>148</sup>.

Esta lucha por la definición de lo viejo y lo joven en torno a los alimentos desvela los conflictos en los modos de reproducción de dos generaciones de agricultores. Por una parte, la política agrícola institucional –estatal y europea- favorece la búsqueda de la rentabilidad económica como criterio básico de supervivencia de las explotaciones agrícolas. Esta búsqueda de rentabilidad –de la que M se hace portavoz- es resentida por el resto del grupo como una desvalorización de las prácticas agrícolas que les caracterizan. El discurso de la calidad frente a la cantidad en lo referente a los alimentos objetiva también la existencia de dos modos de recursos en conflicto. El

---

<sup>146</sup>M: *¿Cuántos plátanos y manzanas te has comió tú que no hayas cogio de tu huerta? Yo para comerme un plátano tenía que ponerme malo. Antes comía plátanos el que estaba malo. El que no estaba malo no comía plátanos. Y ahora no falta la fruta en todo el año.*

*-Que va.*

R: *Se reduce el trabajo y se aumenta la alimentación....*

M: *Si es que la dieta mediterránea era tremenda, claro la dieta mediterránea era lo que teníamos antes o se supone que teníamos, el que la tenía.*

R: *Pero que la fruta que hay ahora no es la que había antes, lo que criaba este ahí arriba, bah, una manzana que te comías antes, buah... eso sí que estaba rica... buah... porque la que había valía más.*

M: *Pero que las manzanas te las comías unos días, cuando ya no tenías manzanas ya no podías comer. Comíamos calabazas en invierno porque era lo que se producía y las peras aquellas de invierno... (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).*

<sup>147</sup>M: *Antes eran las cosas mucho más naturales, se criaba más natural y ahora lo que prima... porque antes lo que los agricultores querían es –dentro de los parámetros en que ellos se movían- era producir calidad, bueno lo que ellos creían era calidad fuera o no fuera y entonces ya eso se ha perdido, ahora a lo que vamos a producir es dinero, a lo que vamos es a la rentabilidad.*

R: *Es dinero, eso ya no es comida...*

M: *Claro, si no produces no puedes vender, antes se miraba menos lo económico, lo que pasa que por circunstancias de producción, de cómo se labraba... las producciones eran menores, entonces escaseaban los alimentos, entonces hay que diferenciar...*

R: *Antes se hacía siempre lo que no se podía comer en España, pero lo que pasa es que se mandaba adónde hacía falta y no lo tenías aquí.*

F: *El trigo y los garbanzos y todo lo que se criaba... En Montejicar he estao yo segundo y las lentejas que se criaban en Montejicar en un año no nos las comíamos en España en cinco años. Y hoy quizá ya no crien ninguna.*

M: *Sin embargo, antes faltaban lentejas y ahora no.*

F: *Porque se las llevaban por ahí. Y ahora las traen...*

*-Las traen de Portugal...*

M: *Antes es que se comían muchas lentejas y ahora, es verdad, comemos otras cosas. Ha cambiado la dieta. (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).*

<sup>148</sup> Claude Grignon, Christiane Grignon (1980 : 537). Esta cuestión aparece también en el grupo de trabajadores de Granada:

AC: *Eso da igual, tenemos lo mejor demandado de toda Europa, lo que pasa es que nosotros no lo veíamos, como aquel que dice.*

AJ: *Sí (Granada, grupo de trabajadores).*

grupo representado por R y por F defiende una cualificación del productor basada en la experiencia<sup>149</sup> -cuya condición de éxito estriba en presentar como verborrea inútil todo cuanto exceda en el acto enunciativo las experiencias del autor del enunciado-<sup>150</sup>. M, por su parte, impone un cierto capital técnico adquirido en sus responsabilidades organizativas como gestor de la cooperativa y en la formación que la misma le ha proporcionado. Esta lógica de capitales en oposición se superpone sobre una lógica de definición de las generaciones. El polo al que se acusa de envejecido tiene interés en presentar a M como una persona infantilizada.<sup>151</sup> Para ello, debe recusar las competencias técnicas y organizativas que M convierte en principio de legitimidad de su valoración de lo sano. Ese conflicto de legitimidades se contempla bien en esta discusión sobre el sabor del aceite:

*F: Bueno, la aceituna recién cogía de principio de campaña, lo mismo da la de lo alto que la de lo bajo, amarga, ahora cuando la aceituna tiene la flor, ¿Tú sabes lo que la flor de la aceituna?*

*M [Molesto]: Sí*

*F [Tono inquisitivo]: ¿Has visto tú la aceituna con flor?.*

*M: Sí, amarga, menos pero amarga.*

*F: Sí es que este es más chico y no sabe lo que es la flor de la aceituna.*

*M: Tú si que sabes (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).*

---

<sup>149</sup> Especialmente clara en esta autopresentación de F: *Yo puedo decir que lo que yo he vivido, que es de lo que he hablado, de lo que otro me diga o de lo que no he vivido, no puedo hablar* (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).

<sup>150</sup> M: *Yo lo que sí he llegado a la conclusión, es que a veces no hemos llegado a la cultura de la alimentación, yo algunas veces..., con el aceite sobre todo lo hemos discutido en varias reuniones... igual que de vinos parece que sabemos todos muchísimo y de cubalibres y de todas esas cosas.*

J. M.: *No, pero de vinos hay que saber también con el vino también pasa.*

M: *Pero el vino todo el mundo sabe qué es un Rioja, qué es un Ribera del Duero... ahí no hay confusión.*

J. M.: *Sí hay, te pueden dar gato por liebre.*

M: *Claro te pueden engañar.*

-*Lo mismo es solera pero es uno fresco y otro añejo...*

M: *Nooo, si es solera, si es Ribera del Duero, no, ese no es. Ahora, el que ponga joven o el que sea de reserva, eso es otra cosa... pero eso lo pone en la etiqueta.*

J. M.: *Lo mismo que con el aceite. Es que un crianza por ejemplo varía a un reserva.*

M: *Claro, pero que con la alimentación no hay esa cultura.*

F: *Vosotros que os habéis metido en los crianzas y en los reservas, vosotros que sabéis. Ahora que os habéis metido con los crianzas y los reservas, si yo os doy ahora mismo a probar un vino le sabéis sacar la calidad.*

J. M.: *Yo no.*

F: *Entonces no estamos hablando de nada.*

J. M.: *El que sea catador de vinos si que sabe. Igual hay, hay quienes son catadores de aceite y te dicen el bueno y el malo... (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).*

<sup>151</sup> Como explica P. Champagne (2002: 134), la infantilización del "heredero" era una de las condiciones de posibilidad de funcionamiento del viejo modelo de reproducción agrícola: los campesinos retrasaban el acceso al matrimonio de sus herederos con el objetivo de controlar el mayor tiempo posible la explotación agrícola -que con el matrimonio pasaba a formar parte del hijo-. La mecanización de la agricultura y la presión gubernamental por el agrandamiento de las explotaciones vuelve la herencia familiar insuficiente para instalarse como pequeño productor individual. Esto disminuye el poder material y simbólico de los padres sobre los sucesores.

Situado en semejante contexto práctico, M –cuya posición detentaba una legitimidad no reconocida a partir de principios que él mismo compartía- necesitaba, para salvar su lugar, impugnar el discurso de sus contendientes. Para ello, y activando la misma lógica práctica, comenzó a invertir el discurso patriarcal a partir de la oposición activo y pasivo, fértil y estéril. Oposición que deriva del antagonismo matriz entre masculino y femenino y que recupera en beneficio propio la acusación de ser joven: lo joven pasa a ser sinónimo de lo fértil y lo viejo pasa a ser sinónimo de esterilidad. La esterilidad que M reprocha a F no es una esterilidad resultado del ciclo de vida, sino que está inscrita en la condición misma de F –hombre soltero que no ha engendrado hijos y cuyas opiniones denotan una incapacidad a volver fértil la tierra (lugar femenino por excelencia en el que se ejerce la actividad procreadora masculina). Para ello, M selecciona en sus oponentes un índice de marginación y lo emplea para convertir el discurso de F en una impostura ya que carece de la experiencia biográfica de la fecundidad y con ello de la capacidad masculina para gestionar el mundo del hogar.<sup>152</sup>

La argumentación de M tiene los siguientes momentos. En primer lugar, M sostiene que la dieta que defiende el grupo era demasiado homogénea y por tanto sólo puede ser aplicada por aquellos que –al no introducir la diferencia en su vida, como el soltero- no tienen que confrontarse a las demandas de los hijos. M se dirige a F que responde revalorizando su masculinidad, disminuida en cuanto se le designa públicamente como un hombre sin descendencia. F recuerda con orgullo el tiempo en que se cortaban los olivos con hacha. En ese momento, F invoca el esquema –bien extendido en las clases populares- según el cual cuanto más trabajo se ha invertido en la preparación de un alimento –como el aceite obtenido cortando los olivos con hacha- mayor calidad tiene éste.<sup>153</sup> M responde muy agresivo y señala que ese mundo

---

<sup>152</sup> El combate práctico (Bourdieu, 2000: 232-234) se sostiene sobre el desciframiento no reflexivo de los índices de debilidad del adversario. En una situación vivida, por naturaleza poblada de todo tipo de índices, los agentes recogen aquellos que permiten desnivelar en su favor una relación de poder. El discurso no tiene más valor en sí mismo –y por tanto, no se trata de juzgarlo según el valor de la lógica teórica- que el encadenamiento de situaciones que origina y que permitirán a M recomponer su posición en el orden patriarcal esgrimido por sus oponentes.

<sup>153</sup> Recordemos que la comida campesina se apoya en el sobre-trabajo doméstico con lo que se opone a la comida rápida de las clases dominantes. Véase Claude Grignon, Christiane Grignon (1980 : 536). Esta cuestión permanece en el grupo de trabajadores de Granada y se manifiesta en la desconfianza ante el uso intensivo de los electrodomésticos que reducen el trabajo –como el microondas-:

-Y microondas.

-Y hoy día vamos todos al bulto y...

-Y venga a calentar con el microondas...

-Y sopas de todas clases y comidas de todas clases en sobres y pastillas que crecen...

-Por lo menos en mi casa se evita.

-No me gusta, es un aparato que no me gusta.

-Yo compré un microondas y si hubiera comprado un calientaleches hubiera sido mejor, porque lo uso exclusivamente...

era pobre y monótono frente a un presente en el que—F incluido— se puede cortar con motosierra:

*M [Dirigiéndose a F]: Tú no tienes hijos. Tú en tu casa puedes hacer lo de antes, pero yo en mi casa cuando hay patatas, saco un saco de patatas y cuando los críos han comido dos días patatas ya los críos no quieren patatas. Quieren lo que no haya en la casa. Y que no las pongas que no se las comen.*

*R: [Con desdén] Hamburguesas, pizzas...*

*F: Sí se los comen, lo que pasa es...*

*M: Eso es lo que tú dices... Antes si tenías patatas comías patatas, si tenías habas comías habas... o sea, comías lo que producías y ahora no*

*F: Éste toca un tema que aquí conocemos [F hace un gesto que abarca un sector del grupo del que excluye a M].*

*M: Yo lo he conocido también.*

*F: Antes cortábamos las olivas y cortábamos con el hacha, le ibas dando hasta que caía la rama al suelo. Hoy tú vas a cortar olivas y ya no cortas con el hacha, la llevas en el coche y no te sirve.*

*M: Porque tienes motosierra. Antes cortabas con hacha porque no había otra (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).*

---

*-Para calentar la leche.*

*-Para calentar la leche; para los niños y para nosotros.*

*-Igual que...*

*-Nosotros, nosotros también.*

*-Sin embargo, se pueden hacer multitud de cosas.*

*-Sí.*

*- Pues yo no he aprendido todavía...*

*-Eso al principio, cuando...*

*-Ya, pero gasta mucha luz.*

*- Sirve para descongelar un pan, descongelar pan.*

*-Yo me gusta ponerlo más al sol.*

*-Sí.*

*-Y a mí tampoco, no sé cómo...*

*-Y prefiero levantarme e irme a las nueve de la mañana a la panadería y comprar el pan de siempre a tener allí pan congelado que no lo vas a descongelar y dices: “¿Cómo voy a mojar yo en el huevo frito este pan que...?” (Granada, grupo de trabajadores).*

Más adelante, M completa el golpe. Tras intervenir R y señalar –con orgullo– que la semilla de Pueblo de Jaén, siempre ha permanecido idéntica –y por ello, acredita una suerte de denominación de origen–, M señala que R y F –asimilados, tras la descalificación de F– son personas que siembran muy poco y, por tanto, la mezcla, fuente de la vida, no se introduce en su experiencia. La endogamia agrícola produce semillas degeneradas. R vuelve a imponer cuestiones praxeológicas a la base de semejante degeneración –evitando así la condena estigmatizante que M lanzaba sobre su experiencia del oficio–. En tiempos, R intercambiaba semillas con el padre de M –individuo sobre cuya fecundidad atestigua la presencia de M sobre el mundo– y la abundancia agrícola hacía que la simiente se mezclase. En cualquier caso, M insiste en que todas las semillas que germinan son híbridos, de la misma manera en que todos los oficios agrícolas que sobreviven requieren la mezcla. De lo contrario, recae sobre ellos la falta máxima al honor masculino: la infertilidad.

*R: La simiente de aquí es la que nosotros tenemos, que la venimos guardando de todos los años.*

*M: Lo que pasa que la simiente si se guarda muchos años.*

*-No está regenerada.*

*M: Como este hombre o mi padre, que es más o menos de su edad, siembran muy poco y claro, y eso ya de muchos años, apenas se va regenerando, no hay cruce, es como si fueran criando padres con hijos, ¿comprendes? Antes cuando se cultivaba sembrabas varios tomates con lo que se mezclaban. Pero ahora siembran y sacan la simiente de un tomate o de dos y no es...*

*-Claro.*

*M: Y los pepinos le pasa igual. Toa la semilla de aquí está prácticamente muy degenerada. Eso habría que pillar un proceso de todo lo contrario e ir mezclando unas con otras para ir sacando ya las razas, porque ahora mismo es una raza que no... O sea, que ya en cuanto a producir para llevarlo al mercado habría que hacer eso, pero como se produce muy poco...*

*F: Si es que no se ha regenerado.*

*M: Es como si padres y los hijos se casan unos con otros.*

*R: Y antes, hace ya algunos años, tu padre mismo cuantas veces me habrá dado simiente..*

*M: Las habas que tenemos ahora son híbridas, la prueba es que de las habas de este año siembra el año que viene, verás como no le echa. Eso es que degenera antes que lo que no es híbrido (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).*

## 5.4. LA AMPLIACIÓN DE LAS POSICIONES EN CONFLICTO DENTRO DEL ORDEN DOMÉSTICO

El viejo orden alimentario resulta imposible de generalizar –según M- más allá de un área de vida muy restringida. La entrada en circuitos cada vez más amplios de vinculación mercantil, vuelve impracticables las normas productivas y de consumo alimentario defendidas por R y F –y apoyadas por el resto del grupo-. Incapaces de traducir en un lenguaje común los recursos que detentan como productores y consumidores, R y F se condenan a la impotencia en el mercado de productos agrícolas. De nuevo, M presenta a sus adversarios dentro de una red de equivalencias que los condena a ser símbolos del atraso y la precariedad económica. Frente a ellos, opone un lenguaje comercial que permite a los productos significar más allá de los modos de existencia clausurados sobre sí mismos que R y F se esfuerzan en defender<sup>154</sup>.

Del mismo modo, sólo quien no tiene que bregar con los gustos de los hijos puede permitirse defender la experiencia alimentaria de antaño. En el discurso de M, el orden familiar ha dejado de funcionar como un medio integrado para convertirse en un escenario de posiciones en conflicto. Ciertamente, no cabe pensar que las familias hayan funcionado alguna vez sin diferencias internas. Todo orden familiar está sometido a la vez a fuerzas que pretenden integrarlo como un todo frente a otras que proceden de la afirmación de cada uno de los componentes y por tanto revelan los intereses diversos, en ocasiones antagónicos, que se encuentran en la base de la familia<sup>155</sup>. Lo que resulta sociológicamente relevante en el discurso de M, es la necesidad de conceder visibilidad a las peculiaridades alimentarias de los hijos. Esa concesión de visibilidad –y comprenderlo es importante para percibir los límites del discurso de M- no significa atribuirles legitimidad –algo que como veremos sucede en el grupo de trabajadores urbanos- a los gustos exógenos al grupo: se limita a constatar la fuerza de las cosas. M considera que resulta imposible competir con el mercado alimentario y con el sistema

---

<sup>154</sup>M: *El problema, de los aceites que hay de calidad, son los italianos, ¿por qué?, porque se han gastado dinero en marketing, los italianos tienen sus marcas y lo venden. Yo en uno de los cursos que estuve, estuvimos los encargados de las cooperativas, nos preguntan: “¿Qué aceite te has traído?, Muy tremendo, muy tremendo”, y ahora nos dicen “dime por qué tu aceite es tremendo, si es que porque allí en mi tierra el aceite...”, nadie sabía explicarlo y claro ya fueron preguntando de uno en uno. Nos dijeron “estáis tontos perdidos”, “a vosotros que se os meta una cosa en la cabeza, aquí hemos estado siempre con un borriquillo, y ahora lo estamos cambiando el borriquillo por un seiscientos, ya como tenemos un seiscientos esto es lo mejor del mundo...”. Pero es que no nos entra que los italianos van con un mercedes, si lo comparamos con lo nuestro. Producen su aceite y lo venden, no tiene que llegar la multinacional (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores)*

<sup>155</sup> En términos de Bourdieu (1997b: 132), la familia oscila entre un funcionamiento como cuerpo colectivo –capaz, mediante la recreación constante del sentimiento familiar, de imponer estructuras de percepción y juicio comunes a todos sus miembros- y como campo de relaciones de fuerzas. Estas fuerzas dependen de los recursos físicos, económicos y simbólicos de sus miembros. En otros términos, O. Schwartz (2002: 34), habla de una tendencia organicista en la familia que opone sus esfuerzos de integración colectiva a la tendencia atomista que recrea formas diferentes de apropiación del universo familiar por parte de cada uno de los individuos que lo integran.

de gustos, interiorizado por los hijos, que impone. Con ello, el orden de un mundo despreciado entra en el corazón mismo del grupo doméstico. Y lo hace a través de unos agentes –los hijos- que debieran asegurar la reproducción de uno de los elementos que otorgan distinción al mundo campesino: las competencias en definir los buenos alimentos.

En el conflicto que lo vincula con el resto del grupo, M alterna dos formas de combate. Una de ellas, resulta de la inversión del esquema sexualizado y patriarcal que subyace a las posiciones discursivas de sus contendientes –los hombres realizados contra los hombres no consumados<sup>156</sup>-. La segunda tiene un carácter táctico: sin cuestionar el valor de la posición enunciativa de sus contendientes, M considera que la coyuntura presente impide mantenerla en toda su pureza. En esta segunda posición, M manifiesta una comunidad de pareceres con sus contertulios que le permite salvar parte de su propia legitimidad. La legitimidad de M procede de una mayor cualificación técnica, pero también de la condición de agricultor y de –como hemos mostrado- la hexis corporal que comparte con el resto del grupo.

Por ello, M concede existencia a los gustos de sus hijos sin concederles legitimidad. Criados en medio de una pléyade de productos degradados, los hijos se vuelven incapaces de apreciar los buenos productos<sup>157</sup>. Sin embargo, una vez perdidas las condiciones de que hacían moralmente legítima la homogeneidad alimentaria de la familia –es decir, la existencia de la escasez- resulta imposible impedir que los hijos se apropien del mundo privado de la familia con el sistema de gustos que les dicta el mercado<sup>158</sup>. Esta apropiación del mundo doméstico por el habitus de la clase de edad joven no desencadena en M ningún proceso de valoración positiva del nuevo sistema de gustos. Por mucho que se haya modernizado, M no deja de ser un agricultor y por

---

<sup>156</sup> Sea designándolo como “niño” –es lo que intentan hacer R y F con M- o como tipo humano incapaz de fertilizar el mundo –como brutalmente propone M respecto de F y por extensión de todos los que comparten su discurso-.

<sup>157</sup> M: *Mis hijos, yo hablo de mis hijos, mis hijos ya cogen un tomate de los de antes y como casi no lo han probao, “pues sí está bueno...”*, pero como están acostumbrados al otro que no sabe a nada. Nosotros decimos que no sabe a nada porque hemos conocido el otro, pero el que no lo ha conocido pues se cree que está el tomate bueno.

R: *Si esto que hay ahora está como la suela de los zapatos*

-*Si vas a cortarlo y no puedes parece que estás cortando plástico (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).*

<sup>158</sup> Sirva un ejemplo de varios que surgen:

M: *A mis hijos, les pones garbanzos y te dicen “¡Pues no tiene que tener hambre el que se inventó los garbanzos!” Se comen el cocido, se comen la carne, pero luego se comen un kilo de fruta y medio litro de leche después...*

-*Las criaturas no han pasado ellos nada y bueno, más vale que no pasen que siga la vida y que vayamos mejorando (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).*

Esta cuestión aparece también en el grupo de trabajadores de Granada:

AJ: *Pues eso, el jamón por ejemplo. Yo me acuerdo a... Lo típico de Navidad, el jamón, y el jamón duraba y a escondidas pillabas la puerta y (...) si había un jamón para Navidad tenía que estarle casi con el candado...*

JT: *Muchas casas y cuando tenían un jamón pues...*

AJ: *Hijos de compañeros de trabajo de la edad que estoy diciendo, de veintiocho años, el jamón perfectamente se le puede echar a perder, se le puede poner [malo] sin que se lo coman y dicen que para tres noches que se comen algo, pues van, y lo compran suelto. (Granada, grupo de trabajadores).*

tanto no pueden renunciar a los contrahándicaps distintivos que le proporciona su cultura del oficio.

Esta misma experiencia –la de la apropiación del espacio familiar por gustos alimentarios en conflicto- se presenta con toda su fuerza en el grupo de trabajadores de Granada. En este grupo, la familia se presenta como un territorio en conflicto debido a la acción contrapuesta de distintos agentes.

Primero, los diversos miembros de la red familiar instauran criterios de educación contradictorios que tienen que ser vigilados por los padres. En la batalla por ganarse el afecto de los niños, los miembros del grupo familiar pueden instaurar sistemas de costumbres perniciosos. Los padres se ven obligados a establecer su propio territorio frente a la intromisión de pautas educativas en concurrencia. Los abuelos, que en un primer momento son celebrados por su poder para despabilar a los críos, pueden ser también foco de normas educativas cuestionables. La familia, más que un cuerpo colectivo, comienza a ser un campo de luchas:

*EC: Y luego todo lo contrario, abuelos que malcrían...*

*JT: Luego hay otros que eso que... que... No creo que sean tantos.*

*EC: No es que los malcríen, sino que les dan lo que los niños te piden. Y si les piden chocolate...*

*JT: ¿Quieres una bolsa de patatas? Pues venga...*

*EC: Toma una bolsa de patatas.*

*JT: Si se encariña mucho con el niño ya le hacen la gracia y...*

*AJ: Para un ratito que venga el nieto le van a dar de comer...*

*AC: Y somos más abiertos y... O más dejados, porque también hay que tenerle al crío un... yo qué sé, un poquillo cortarle... Todo lo que pida no dárselo.*

*EC: Claro, claro.*

*AJ: Hay que cortarle y saber decir: “¡Oye!, éstos son mis hijos”. “Éste es mi territorio, y tú ahí...”.*

*EC: Yo tengo un familiar que lo primero que hace cuando sale es comprar una bolsa de estas, como le llamo yo... una bolsa supermercado, para un niño que tiene tres años (Granada, grupo de trabajadores).*



Segundo, el grupo de pares, reunido en el colegio, constituye otra fuente de normas alimentarias discordantes<sup>159</sup>. Frente a toda esa red de influencias incontrolables, los padres tienen que trabajar para la delimitación de la propia posición: las formas de coacción violentas ya no son de recibo<sup>160</sup> y los padres se ven obligados a negociaciones permanentes en torno a la alimentación. En esa negociación, los padres se debaten entre dos posiciones. La primera, es la renuncia a la negociación y la aceptación resignada de los gustos de los hijos –definidos por el sistema de producción mercantil de alimentos para la clase de edad-<sup>161</sup>. La segunda es la que convierte la familia en un campo de batalla permanente en el intento por disciplinar a los hijos. Si la primera posición identifica a los padres comodones, la segunda dificulta la experiencia afectiva de la familia y supone condiciones de vigilancia que sobrepasan los recursos físicos y mentales de los padres<sup>162</sup>.

---

<sup>159</sup> AJ: *Y los colegios también, porque el niño aunque tenga tu hábito en tu casa y tú lo llesves por ahí, por ahí...*

JT: *No, hombre.*

AJ: *Pero habrá veces que digan: "Que toda mi clase se está comiendo el bollicao, y que tú empeñado con el salchichón, con el salchichón". Le dicen en la clase el cateto por salchichón y...* (Granada, grupo de trabajadores).

<sup>160</sup> AC: *Yo creo que ponerle la mano a un crío, pues no. ¡Hombre!, no, qué va... A lo mejor lo que nos han puesto a nosotros, pues no queremos...*

EC: *Evidentemente* (Granada, grupo de trabajadores).

<sup>161</sup> AC: *Pues yo creo que hay chavales pues, yo qué sé, lo que ven en la tele es lo que le piden a los padres que compren. Los padres lo compran por comodidad, y esa alimentación pues... El crío sale pues... pepsicola con cuatro años y tres años y ves al chaval pues... extasiado, y después no hay dios lo duerma. Que no tenga sin cafeína o lo que sea... Para mí me parecen iguales.*

EC: *Ya, los mismos gases...*

JT: *Son los gases...*

EC: *Son perjudiciales para...*

AC: *O sea, que ahí fallamos los padres yo creo.*

JT: *Y tanto.*

AC: *Una cosa que es por comodidad nuestra.*

EC: *Es lo que hemos hablado muchísimas veces no es bueno para ellos.*

AJ: *Es más fácil tirar la toalla y decir: "¡venga!, sí, tómate la cocacola y déjame tranquilo que mañana tengo que levantarme a las siete y..."* (Granada, grupo de trabajadores).

<sup>162</sup> EC: *Pero es lo que dices, claro; si dices: "Bueno, pues toma... [lo que el niño pide]"*.

AJ: *[Ese padre] no es más malo que otro, que querrá a su hijo a lo mejor igual...*

EC: *Por supuesto.*

AJ: *Que el otro [padre que obliga a su hijo a renunciar a los caprichos]. Pero llega un momento en que dice: "Tengo que descansar, tengo que descansar y ¡tómame la "cocacola" y me dejás en paz!". Y la estampa del "bollicao" [AJ habla con rabia]* (Granada, grupo de trabajadores).

Una vía intermedia resulta posible. En ella, se trata de ceder al gusto de los hijos siempre que estos cubran un mínimo alimentario establecido por el padre<sup>163</sup>. En ese trabajo, el padre se asegura de respetar la libertad de sus hijos sin por ello abandonar su responsabilidad como educador. Y como tal educador, la labor pedagógica que se desarrolla establece objetivos graduales<sup>164</sup> y formas de valoración matizadas de los alimentos impuestos por la cultura infantil y juvenil<sup>165</sup>.

<sup>163</sup>AC: *De que ha visto que se ha hecho la comida y dice: "No, yo no quiero de eso".*

JT: *No, eso sí lo dicen. Ellos prueban; ellos lo que hacen es intentar y probar, pero, mira, que esto es lo que hay. Cuando ven que te pones a comer dicen: "Pues mira, dos pinchás, pues dos pinchás [que se vaya haciendo su] paladar; oye, es que no me gusta. ¿Lo has probado?" Yo castigo así.*

EC: *Eres un buen padre, ¡coño! Los tienes [bien enseñados].*

[Risas].

JT: *Yo, pero mira, yo es que comas esto... dos cucharadas, pero ya han probado lo que yo he querido. Pues me ha gustado, pues mañana vamos a comer.*

EC: *"Mamá, no quiero, papá, no quiero [imitando]". ¿Cómo que no quieres?...*

JT: *Es mejor que los castigemos. Dicen [queremos] patatas fritas y huevos, dice: "Otra vez patatas fritas y huevos". Pues venga, patatas fritas y huevos y ahora ponle un pedazo de carne en lo alto. Aprovechando le vas [metiendo] cosas nuevas.*

AC: *Claro.*

JT: *A comer bien, a caldo... No te estoy diciendo que alguno no me pasen del tema y... Pero normalmente... Yo, chuches, su regalito luego cuando terminen de comer; bueno, eso ya es, eso lo hacen todos, eso lo hacen todos. Pero por lo menos los obligan a que coman primero.*

AC: *[Hay gente] que te dice: "Es que no come, es que no come".*

JT: *Prueba. Ellos, los niños hoy día tienen que...*

AC: *Tienen que llevar su ritmo. A los chavales tampoco hay que forzarlos, hay que darles lo que ellos pidan y...*

EC: *Tendrás que darles un poco a probar lo que ellos quieran...*

AC: *Sí, pero que no...*

JT: *No, si nosotros le damos que pruebe.*

AC: *Que coma lo que él tenga gana.*

JT: *En mi época va cambiando.*

EC: *¡Hombre!, también es importante que el niño sepa elegir por lo menos...*

AC: *Exactamente.*

EC: *A que un crío pueda elegir.*

JT: *[Le dices] voy a echar esto, a ver si te gusta.*

AC: *Se queda... pues ya ves tú, el chaval, pues...*

JT: *Es que el niño, si no prueba ninguna alimentación, croquetas nada más que papas fritas y huevos y carne y lo otro y de ahí no sale, pollo y de ahí no sale. Yo tengo unos sobrinos que nada más que hacen eso, y nada más que las croquetas y el pollo y cuando vienen a mi casa... (Granada, grupo de trabajadores).*

<sup>164</sup>JT: *Y antes lo que había es lo que había y hoy hay, como hay de todo, pues eso, pero que también vamos hoy a la facilidad, porque como hoy día trabajamos, trabaja la señora, trabaja... trabajamos la familia completa, pues no pierdes el tiempo y mira, esto es, me ha dejado para que se lo coma. Es que no le gusta; pues se lo trituras. Yo por lo menos...*

EC: *Lo que pasa es que siempre queremos...*

JT: *Si por lo menos... Yo por lo menos, tres veces al día, tres veces a la semana o cuatro. Lo que pasa es que la otra su puchero, sus lentejas; a ella le gustan y que coman igual.*

AC: *Yo tengo un crío de tres.*

JT: *Antes los yogures y todas esas cosas que haya, pero son complementos lácteos que te ayudan y olvídate de las pizzas y todo eso porque es mejor.*

AC: *Y tengo un crío de tres años y por lo menos come lo que comemos nosotros ¿no? Hombre, no.*

EC: *Menos cantidad.*

AC: *Menos cantidad.*

AC: *Pero que se está adaptando bien, está comiendo perfectamente; o sea, de que mastica él tranquilamente y... Que no es un niño delicado, de éstos que "esto no me gusta"; pues no lo prueba o...*

EC: *Eso es una suerte ya.*

AC: *Exactamente, ya es un paso, por lo menos es un paso (Granada, grupo de trabajadores).*

<sup>165</sup> Los alimentos infantiles se admiten como complemento de la alimentación, nunca como base de la misma.

Entre tales alimentos, cabe realizar discriminaciones: no todos ellos contienen el mismo tipo de degradación y los padres pueden establecer jerarquías, por ejemplo, entre las distintas chucherías que consumen los hijos y el ritmo con el que las consumen. Todas las chucherías no son igual de perniciosas y el problema no es consumirlas sino volverse adicto a las mismas<sup>166</sup>.

## **5.5. “LA VACA TAMPOCO ERA PURA” LAS CONDICIONES DEL PRAGMATISMO**

Una cierta moral de la *buena vida* –que exige prescindir de procesos de disciplinización (vía conversión de la familia en una batalla constante por el habitus) que aplazarían el goce del presente en favor del futuro- se insinúa así en la concesión de ciudadanía alimentaria a los gustos ajenos al proyecto paterno. La alimentación sana se valora pero también la convivencia doméstica. Los criterios normativos de gestión de la alimentación tienen que adaptarse a las condiciones reales de existencia y prevenirse contra procesos de distinción ajenos a los recursos con los que se desenvuelve el grupo. En el grupo de pequeños agricultores, este desdén hacia todo proceso de distinción alimentaria –representado, por ejemplo, en el grupo de estudiantes universitarios por el populismo alimentario- se manifiesta en el cortocircuito irónico con el que los agricultores de mayor edad se desvinculan de la defensa localista de lo sano. A, por ejemplo, no evita comparar su experiencia práctica con los valores de la alimentación sana que él mismo defiende en su discurso. La alimentación de antaño era muy sana, dice, pero pese a todos los peligros apocalípticos de la alimentación del presente – peligros que él introducía en el debate con particular virulencia- la realidad es que con la alimentación de hoy se vive más<sup>167</sup>. Todo permite suponer que fuera de la situación de mercado competitiva impulsada por el grupo de discusión –en la que saldando cuentas con M se mantenía la jerarquía de edad y se dignificaban los recursos propios delante de un observador ajeno-, la defensa de lo sano se relajaría sin derrapar en una suerte de populismo campesino. La misma actitud pragmática se observa en el grupo de jóvenes trabajadores de Calañas. Cuando MA pretende imponer una concepción nihilista de lo sano –común al discurso de la posición joven- Al y JF<sup>168</sup> defienden,

---

<sup>166</sup>JT: *Yo creo que el problema de las chuches y todo eso nada más que una no pasa nada, el problema es...*

AC: *La adicción.*

JT: *La adicción de chuches, chuches, chuches* (Granada, grupo de trabajadores).

<sup>167</sup> -Comer, comemos mejor, pero que es lo que hemos hablado antes que ahora está contaminado todo lo que comes.

F: *Que no sabemos si es el sabor o es cualquier cosa*

A: *Antes con comer todos lo del mediterráneo, cosa buena, un hombre llegaba a los sesenta y cinco años y a los sesenta y siete no llegaba. Y ahora hay tios con ochenta y yo tengo setenta y están bien y están bien.*

R: *Y no pienso morirme todavía* (Pueblo de Jaén, pequeños agricultores).

<sup>168</sup> Por otra parte, JF tiene interés profesional en hacerlo: trabaja como pescadero.

el progreso técnico como condición de una mejor conservación de los alimentos<sup>169</sup> tanto como la necesidad de vivir sin la amenaza de los preceptos de estructuración higienista de la alimentación y, por ello, con una cierta tolerancia hacia la trasgresión de las normas de salud <sup>170</sup>. La culminación de semejante pragmatismo impera en el grupo que menos interés tiene en la defensa de cualquier forma de elitismo alimentario y que mayor compromiso tiene en la gestión de entornos domésticos complejos. En tanto trabajadores urbanos, la cultura de su oficio no les provee del trato práctico con los procesos de producción de alimentos –caso de los pequeños agricultores-. La necesidad de tomar decisiones en el orden alimentario cotidiano, no sólo respecto a sí mismos sino también respecto de sus hijos, les impulsa a matizar el valor de lo sano.

Esta matización es la que les permite sobrellevar su falta de control completo de la alimentación de sus hijos y su adaptación a un orden doméstico en el que el trabajo de las mujeres no permite la vigilancia constante de los procesos de aprovisionamiento y control de la alimentación.

Este punto –el de la elaboración de códigos plurales de evaluación de lo sanos de especial interés. La disposición a introducir tales formas de codificación parece depender de dos factores. En primer lugar, del grado de responsabilidad efectiva que tiene el individuo en el trabajo doméstico. Puede comprenderse la condición común, en lo tocante a los discursos sobre alimentación, que reúne a los agricultores mayores de Pueblo de Jaén con las jóvenes estudiantes de Torredelcampo: la nula implicación en las tareas centrales de aprovisionamiento y preparación de los alimentos les otorgaba la posibilidad de una crítica global al orden alimentario contemporáneo. Ciertamente, con esta crítica se perseguían objetivos distintos: la reivindicación de una cultura del oficio o de unas prácticas alimentarias –las de la clase de edad- socialmente estigmatizadas. La misma elaboración de particiones rígida entre sano e insano atrapa en ocasiones el grupo de jóvenes trabajadores de Calañas –la mayoría de los cuales no ha abandonado el hogar y por tanto tienen una cierta posición juvenil en la alimentación-: para comer

---

<sup>169</sup> MA: *Y garbanzos del campo y la cosecha y todo sanísimo. Pero ahora, ahora qué, ahora todo es mierda.*

JF: *Hombre, tampoco...*

Al: *Tampoco había tanta productividad como hay ahora.*

JF: *Pero en mi tema, en mi tema he escuchao yo de antes que en el pescao, el pescao iba con los burros por ahí por los cortijos y eso y se llevaba a lo mejor dos o tres días sin frío, y sin nada, en los burros, por ahí.*

Al: *Eso, por ejemplo, es una ventaja que tiene el pescao, yo creo que el pescao es una de las cosas que no ha variado, que ha mejorado, ¿no? (Calañas, jóvenes trabajadores).*

<sup>170</sup>C: *Cáncer sí, pero todo lo que compres, mira la schweppes, verás, y mira y lo que sea lo que es productos cancerígenos no sé cuantos, pues todo lo que compramos, todo, todo te lo trae.*

JA: *No, la verdad es que como le echas cuenta a todo lo que se dice, pues no comes nada.*

-*No comes nada*

JA: *El fuagrás ese también decían que provocaba cáncer pero eso...*

JF: *Y eso si te comes tres latas al día, tampoco es una cosa que te vaya a quitar la vida en dos días, vamos.*

-*No hombre (Calañas, jóvenes trabajadores).*

sano, habría que dominar el proceso de elaboración del producto y expulsar de la dieta todos los productos preparados. Si esas condiciones no se cumplen, el individuo se lanza al abismo de la degradación alimentaria<sup>171</sup>.

Implicados en la gestión concreta de la realidad doméstica –y, por ello, conscientes del poder, limitado pero real, del agente en el mundo- e incapaces, en cuanto padres, de contarse a sí mismos que otorgan porquería a sus hijos, el grupo de trabajadores de Granada se encuentra en la situación desde la que resulta posible un proceso de valoración positiva de la contemporaneidad alimentaria. La oposición entre un ayer positivo y un hoy negativo cambia la connotación que arrastraba en el resto de grupos de discusión analizados –con la importante excepción de M del grupo de agricultores-. EC<sup>172</sup> enuncia claramente esta posición consiguiendo un cierto acuerdo del resto de participantes. Los componentes de la leche envasada contienen todos los beneficios de la leche natural, más los que proporciona el control de calidad que introducen los procesos de comercialización de los alimentos:

*EC: Yo... hay una cosa que, yo tengo, como os comentaba dos bebés ¿eh?, claro, como los tienes [pues te interesas]. De hecho, la madre que siempre ha sido más permisora...*

*JT: Eso es así.*

*ET: En mi caso desde muy pequeños a la leche del mercado...*

*JT: Sí, a las leches artificiales.*

*EC: Y te pones a leer los componentes que tienen esas leches...*

*JT: Y te asustas.*

*EC: Y dices: “¡Coño! ¿Todo eso cabe en la lata?”*

*-[Risas].*

*EC: ¿Todo eso está en la lata? Y vas mirando todos los productos y dices: “¡Anda las cosas que le estoy metiendo!”*

---

<sup>171</sup> Al: Carne, pescao, ensalada, sano ¿no?; y que ¿tú no comes nada al cabo del día que no sea ensalada, pan, leche?

JF: ¿Hombre en tu casa no llegan bolsas de cosas preparadas?

Al: Sí, sí, eso sí.

JF: Pues ya está.

MF: Es muy difícil, comer sano es muy difícil.

JF: ¿Y tú sabes de qué está hecho eso?

MA: Y la carne igual, todo lo que es carne igual, todo mierda, ya no se come sano.

C: Pues en mi casa, sí, en mi casa se come lo que es, lo que lleva mi madre se come, sea lo que sea, eh.

MA: Yo es mi opinión, tú opinión será otra, pero la mía es que...

Al: En tu casa se come sano y en tu casa se hace matanza ¿no? Y eso es sano, ¿no?, porque depende del cochino, porque si el cochino come pienso... (Calañas, jóvenes trabajadores).

<sup>172</sup> EC es, por otra parte, el componente del grupo con mayor capital cultural (estudios de Graduado social) y aquél que, por cuestiones de salud, tiene mayor contacto con la cultura médica. En su discurso, la adaptación al mercado cobra los máximos tintes de racionalización mientras que en otros discursos –caso de AJ- la justificación es, sobre todo, de orden pragmático.

AC: Al crío.

EC: Y eso te has quedado asombrado. O sea que la leche materna muy bien, lo otro... Antes no, era leche de vaca.

JT: La leche materna lo que hace es inmunizar a las criaturas.

EC: Y las leches del mercado pues casi, casi...

JT: Las leches del mercado complementarias para ayudarles a...

EC: Pero protegen mucho lo que es... lo que es el organismo del bebé. Y tienen a lo mejor eso sí, y tienen... Coges una pequeña enfermedad, un pequeño virus, un pequeño... y te cambian de leche y tiene los mismos componentes que la leche que le has estado dando, más otros que te ayudan a superar esa enfermedad.

JT: Que te ayudan a superar esa enfermedad.

EC: Tú dices: "Bueno, eso es ahora, y antes, ¿cómo nos cuidaban? O ¿cómo...?"

La vaca que tiene muchas propiedades pero también puede tener infecciones ¿eh? Porque la vaca, si la vaca está enferma... (Granada, grupo de trabajadores).

La sospecha respecto al mercado se transforma en prudente celebración del mismo. Ciertamente, esto no culmina en una racionalización completa del valor del mercado. Pero más que por un enaltecimiento nostálgico del pasado, por una carencia práctica: saber desenvolverse entre la abundancia de productos disponibles exige unos recursos culturales y un tiempo de estudio de los que se carece para discernir en la cacofonía informativa de la publicidad<sup>173</sup>.

## 5.6. TRES PRINCIPIOS PRÁCTICOS PARA MANTENERSE EN EL JUEGO

AJ: Si eso es como el que le dice: "Tú imagínate... estamos hablando de un coche muy bueno, un Ferrari. Que estás aquí en Granada a las doce de la noche, que te montas y a las dos o a las tres de la mañana estás en Madrid. ¿Qué coño hago yo en Madrid a las dos de la mañana?" (Granada, grupo de trabajadores).

---

<sup>173</sup> JT: Pero todo no depende nada más que compres el bollo o la leche allí... Saber complementar los alimentos que son lo que te nutren en el día a día.

EC: ¿Qué, qué, qué gente sabe o está preparada?

JT: Eso es otra cosa.

EC: Para elegir los productos...

JT: No, pero ahora hay mucha información por todos lados. Lo que pasa es tanta la información que tenemos que nos confunden. Unos dicen una cosa, otros dicen la otra; entonces ahí...

EC: O sea, que es más complicado ahora alimentarse...

JT: Es más complicado... (Granada, grupo de trabajadores).

*Un idealista es un hombre que sabe no sólo de qué estación sale un tren, sino cuál es su destino: lo sabe por anticipado y cuando sube a un tren sabe adónde va porque el tren le lleva. El materialista, por el contrario, es un hombre que se sube a un tren en marcha sin saber de dónde viene ni adónde va (Filósofo materialista del siglo pasado).*

Esta oposición a los discursos socialmente dominantes sobre la alimentación (todos ellos críticos con el mercado) se completa con la categorización de la alimentación sana como un privilegio de ricos. Carentes de los recursos de los agricultores y del poder de compra de los burgueses<sup>174</sup>, los trabajadores participantes en el grupo de discusión tienen que hacer un duelo de los prototipos dominantes de alimentación sana sin por ello embarrancar en ningún tipo de nihilismo. Para ello, tres principios prácticos se ponen en funcionamiento: en primer lugar, una introducción, como señalamos, de la distinción sano / insano en alimentos que normalmente se catalogan como porquería –por ejemplo, respecto de las chucherías-. De este modo, el grupo amplía el número de productos que se constituyen como alimentos dignos de comerse. En segundo lugar, una atención constante a las influencias múltiples que reciben los niños, atención que se compagina con la renuncia a eliminar tales influencias: éstas forman parte de las fuerzas actuantes en el mundo y, por tanto, uno sólo puede aspirar a componérselas con ellas. Quizá sea en este punto, donde mejor se perciba la difícil posición del grupo y el grado de responsabilidad que se otorga. Responsabilidad en gestionar un entorno del que no se sienten dueños y en el que sin embargo se obligan a sí mismos a intervenir de manera significativa. En una intervención ejemplar, AC acaba logrando la compañía de todo el grupo, cuando señala la atención constante que los padres deben ejercer sobre sus hijos. Para ello, establece una comparación –en buena medida melancólica, es decir, producto de la añoranza de un objeto que nunca existió- entre la posibilidad que tuvieron ellos de despabilar en la calle y los peligros que acechan a los niños en las calles de hoy. El espacio público, en el discurso del grupo, se convierte en un lugar de imposible apropiación por parte de los hijos –libres de la vigilancia paterna-. Y esa situación es resultado, por un

---

<sup>174</sup>AJ: *Quien impone ese control de calidad, digamos que también está en el mundo, está en la sociedad y no puedes [pedir] cosas desorbitadas porque, o desaparece el mercado o como aquello de Tabacalera.... Con un control de calidad... aceptables, digamos, que todo el mundo los pueda llevar para adelante ¿no?, porque si no, no pueden venderlo, con lo que exigen ahora para cultivo ecológico son mucho más rigurosos, por eso valen también lo que valen, el tiempo que más necesita, al menos que a mi alcance la verdad que... un kilillo de tomates... es un lujo.*

JT: *Y al mío tampoco.*

AJ: *De vez en cuando si un amiguete que tiene una casa, un campillo y te da un tomatillo de éstos y te trae hasta recuerdos de...*

JT: *Lo que decía usted, hay que ir a robarlas al pueblo.*

AJ: *Si cuando... Que el mercado en verdad es lo que demandamos nosotros, demandamos muchos tomates y baratos, porque el cultivo ecológico que está triunfando, triunfando pero para los marqueses, exactamente, porque vale todo una pasta y es un lujo que te puedes tirar para Navidad. Dices: "Hoy voy a comer unos tomatillos y un conejillo y una gallina de corral"; ahí, eso es un lujillo, porque vale una pasta. Un pollo vale 2 euros en otro lado y ese pollo vale 7 euros.*

JT: *¡Oye!, lo otro tampoco está barato, no creas, que te vas a la plaza a comprar un kilo de tomates y te han pegado un subidón que... (Granada, grupo de trabajadores).*

lado, de la incompetencia de unos niños demasiado vigilados por los padres (por tanto, de haber producido niños “mimados”) y, por otro lado, de la existencia de múltiples peligros que acechan a los infantes sin vigilancia paterna<sup>175</sup>.

Este discurso notablemente fantasmático remite más a la experiencia sociobiográfica de los emisores que a una improbable evaluación comparada de los peligros urbanos del pasado reciente y del presente. Resultado de un cierto proceso de movilidad ascendente<sup>176</sup> y, por ello, de la ruptura con una concepción cerrada del futuro, los miembros del grupo parecen conscientes de dos ideas sociológicamente correctas pero complicadas de colocar en una estrategia biográfica coherente. La primera, experimentada por ellos mismos en relación a su posición social de origen, es la posibilidad de que sus hijos mejoren el destino de los padres. La segunda, es que en ese proceso los miembros del grupo sólo pueden proveer a sus hijos de recursos morales y no de capital cultural, seguridad económica o redes relacionales. Tales recursos morales se manifiestan en el cuidado obsesivo<sup>177</sup> por evitarles a los hijos esos encuentros improbables que podrían torcer una trayectoria ascendente, posible, pero

---

<sup>175</sup> AC: *Es que antes te criabas en la calle y tú conocías... Y tú viviendo en La Chana conocías El Zaidín y hoy en día a lo mejor un crío todavía viviendo en La Chana no conoce ni El Zaidín, porque los hemos encerrado tanto en el piso ahí...*

EC: *Eso también influye en la alimentación.*

AC: *El trabajo...*

JT: *El trabajo es...*

AC: *¡Hombre!, ahora no dejas a un crío... Los coches... Y tienes, pues yo qué te bombardean con tanta cosa y ninguna buena.*

JT: *No hay espacio tampoco, porque tampoco... hay espacios donde puedan estar los críos, bien; porque, ¿adónde vas a meter a un crío en un parque lleno de mierdas de perros? Que los perros no tienen la culpa.*

EC: *Claro.*

JT: *Sí, pero no los dejas solos que lo mismo se van... y te encuentras las cáscaras.*

EC: *Claro.*

JT: *Obviamente, pues no es... Y antes te criabas, pues, en la calle y no aparecías como tú dices... Ibas a un concierto a Granada...*

AJ: *Y tus padres ni se enteraban.*

JT: *Y así yo creo que nos hemos criado todos.*

EC: *¡Hombre!, ahora los niños llegan menos escalabrados a su casa.*

JT: *Sí.*

EC: *Porque antes nosotros jugábamos con las piedras, a tirarnos piedras.*

AJ: *Que sin darse cuenta ellos... Bueno, nosotros sí nos damos cuenta que es mucho más sano aquello ¿no? [Se refiere a estar en un pueblo pequeño]. Estás con el becerro que te das dos corridas o estás cogiendo tu hierbabuena.*

AC: *Exactamente. Y no encerrado en la casa que...*

AJ: *¿Dónde juegan? Si sales tienes que decirle: “Mira para la derecha, mira para la izquierda; cuidado con el cruce aquel que ese semáforo no funciona”. Si te vas al parque, lo que tú dices, entre las cagaíllas o algún marica o algo malo, puede haber y los tienes por donde te asomes a la ventana y los puedes ver y eso ¿qué es?, pues asfalto; como mucho en el portal de enfrente o en la casa de su amigüete jugando al nuevo juego de la Play (Granada, grupo de trabajadores).*

<sup>176</sup> EC es hijo de un ferroviario y un ama de casa. Él es hoy empleado sin cualificación y ha realizado estudios de tercer ciclo (Graduado social). JT es electricista con estudios de FP2—no indica profesión del padre y la madre—. AJ es hijo de un obrero textil y un ama de casa. Él es hoy propietario de un pequeño establecimiento familiar de fotocopias, al que accede después de trabajar en el sector de las artes gráficas. AC es pintor de brocha gorda, con estudios de 2º de BUP, y es hijo de un visitador médico y un ama de casa.

<sup>177</sup> En semejante posición, los sujetos se vuelven extremadamente críticos consigo mismos y buena parte de la conversación del grupo consiste en convencerse mutuamente de la imposibilidad de ser mejores. “Queremos pero no podemos”, se convierte en el principio de ratificación del recurso máximo que los actores ponen en juego (la buena voluntad).



muy vulnerable. Por tanto, más que de la degradación de la sociabilidad “espontánea” del barrio obrero, cabría hablar, para las posiciones ocupadas por los integrantes del grupo, de una elevación de la sensibilidad ante los peligros probables que ocasiona la misma<sup>178</sup>.

Se explica bien, por tanto, que el optimismo respecto a la capacidad de responsabilizarse por la educación de los hijos se vea sacudido, en ocasiones, por una visión angustiada de la propia capacidad de acción como padres en un contexto que no se domina<sup>179</sup>. En ese momento, una de las condiciones de la buena voluntad educativa –que es, precisamente, la *creencia* en que la voluntad puede cambiar el orden del mundo- se tambalea. Las viejas pautas de la vida popular, liberadas de los juegos inagotables de distinción, se evocan de modo idealizado. La libertad de elección se percibe entonces como libertad para ser manipulados y un cierto leninismo popular espontáneo (“Libertad, ¿para qué?”) se adueña del discurso<sup>180</sup>.

En esa percepción del mundo, extraña poco que continúe presente un tercer principio de relación con el mundo. Se trata de una vieja práctica popular<sup>181</sup> que convierte las propias costumbres en objeto de burla, y con ello, controla las tendencias del grupo –y de aquellas partes de la identidad de cada uno de los miembros más sensibilizadas ante las cruzadas higienistas- a celebrar la existencia como algo más

---

<sup>178</sup> Véase una descripción sociológica de estas familias –a las que se denomina “familias en transición” entre un modelo patriarcal-popular y un modelo disciplinario-normalizador- en E. Martín Criado (2000: 297-310).

<sup>179</sup> EC: *La verdad es que sí. Hay que tener mucha... estar muy bien informado de todo tipo de cosas ¿sabes? Cada vez es más complicado; quiero decir... es más complicado, es decir, la alimentación, porque son muchísimas cosas...*

AJ: *La información...*

JT: *Pero no es lo mismo.*

EC: *Pero si no son las que nos quieren vender.*

JT: *Sí, pero no es lo mismo... También tenemos que saber lo que nosotros nos gusta y lo que podemos.*

EC: *¿Y qué es? Nosotros queremos ser fuertes y...*

JT: *No pedimos más que un puchero con carne. Hoy, ¿qué te gusta? ¿de qué es? ¿de cerdo?. Mañana de ternera, pasado de... (Granada, grupo de trabajadores).*

<sup>180</sup> AC: *En los cortijos comen mucho más sano que nosotros. Contra más pequeño, mejor. Pero, y no creo que por la comida en sí, porque quizá le está echando el mismo abono que le esté echando uno de aquí de...*

JT: *Mejor.*

AC: *Bueno, pero a lo que yo me refiero... Es que tiene la huerta al lado. Que no tiene, allí no está la tiendecilla de la “Puleva”, allí la de los pastoreos allí... el mercado. Los niños... hay menos niños, se conforman todos con la tiendecilla que tienen que venden pipas “La Esparraguera”, y pipas “La Esparraguera”. No el otro que llega otra vez con lo de la tele, otro que llega: “Si éstas son más grandes”, el “Don Pimpón”. Allí como no tienen dónde comprar las más grandes, porque Manolita, la que vende ésas, pues ésas las que hay. Y si comen bocadillos, comen bocadillos todos (Granada, grupo de trabajadores).*

<sup>181</sup> Como se ha mostrado, el grupo de trabajadores urbanos combina un principio de realismo acerca de lo sano con un fuerte compromiso en el mundo doméstico –al menos, en comparación con el resto de los grupos masculinos o de jóvenes (exceptuando los jóvenes universitarios)-. Refiriéndose a las clases populares, Bourdieu (1991: 398) escribía con tino: “Existe, por supuesto, todo lo que pertenece al orden del arte de vivir, una sabiduría adquirida a prueba de necesidad, de sufrimiento, de humillación, y depositada en un lenguaje heredado, denso hasta en sus estereotipos, un sentido de la diversión y de la fiesta, de la expresión de sí mismo y de la solidaridad práctica con los otros (evocado en el adjetivo *bon vivant* en el que se reconocen las clases populares), en resumen, todo lo que se engendra en el hedonismo realista (y no resignado) y en el materialismo escéptico (pero no cínico)”.

que una adaptación al orden del mundo<sup>182</sup>. Al respecto, nada más significativo que la conversación respecto de los restaurantes chinos. Se introducen en el discurso a partir de la celebración de la figura del gordo extraordinario –figura que aún tiene curso entre los hombres de clase trabajadora– que, por su corpulencia, realiza cosas fuera de lo común. Se reconoce que son baratos y que los alimentos que se ofrecen son dudosos. Por fin, el grupo entra en una espiral escatológica acerca de la capacidad de economización de la cocina china que constituye, en sí misma, un modelo perfecto de cómo funcionan los principios de ridiculización de la distinción entre los hombres de clase trabajadora<sup>183</sup>.

## 5.7. TRES CONCEPCIONES DE LO SANO, TRES CONFIGURACIONES FAMILIARES

La heterogeneidad de los grupos de discusión estudiados proporciona una cierta instantánea sociológica sobre las variaciones internas en la relación de las clases populares con la alimentación. Por una parte, el grupo de trabajadores jóvenes de Calañas se encuentra a mitad de camino entre una concepción juvenilizada de la alimentación –proclive al nihilismo alimentario, tal y como mostrábamos en los

---

<sup>182</sup> En cierto sentido, esta ironía forma parte de la obligación de frustrarse a uno mismo, con la que los individuos se hacen soportable un orden conformado con definiciones de valor ajenas a los recursos disponibles. Véase O. Schwartz (2001: 67-68).

<sup>183</sup> EC: *Pero que se mete en un chino [se refiere a un amigo que está muy gordo y a la vez muy saludable] y dice: "El chino se echa a temblar".*

AC: *De lo que come.*

EC: *Me parece que los que vienen ahora no van a comer.*

AC: *¡Qué buen cliente!*

EC: *La comida china es muy barata. Yo, vamos, yo he entrado a comer a los chinos...*

AC: *No he entrado en la vida.*

EC: *Lo aconsejo. Si tienes buen paladar entra. Esto son partes también... [se señala partes del cuerpo sugiriendo que se cocinan en los restaurantes chinos].*

JT: *Sí, partes más... No, si la comida oriental es buena siempre que sepas lo que te estás comiendo. Porque a veces te dicen que estás comiendo langosta y no sabes si es langosta o es...*

AC: *En el barrio de los chinos no hay gatos.*

JT: *Yo normalmente pido...*

AC: *¡Que no es broma!*

EC: *¿Sí?*

JT: *Arroz blanco. Porque sé lo que estoy comiendo, ¡vaya! Y de ahí que no me cambien, porque... Lo adornan tanto, que lo aliñan luego que hasta los sabores varían.*

AJ: *Viviendo ya en Granada y en todas partes... Yo no he visto un entierro todavía de ningún chino.*

JT: *Pues mira... El otro día estuve allí en una reunión y me pasó lo mismo. ¿Tú has visto algún chino ahí enterrado?*

AC: *Mira que hay ya... Una chica y su padre es enterrador y lleva cuarenta años. El hombre se ha jubilado de enterrador, y dice que ha enterrado a toda clase de gente ¿no?, blancos, negros, todos; pues en cuarenta años ni un chino.*

AJ: *Es que un chino bien hecho vuelta y vuelta...*

EC: *No me digas que nos los estamos papeando.*

-[Risas].

AJ: *¡Vaya!, con un poquito de allí, un poquito de allá... [no están tan malos] (Granada, grupo de trabajadores).*

grupos de jóvenes- y una asunción de un discurso matizado respecto a la posibilidad de lograr ganancias de salud en las prácticas cotidianas. Ese nihilismo lo conecta con el sector social que más cercano está de la exclusión del orden productivo –esta vez, por consumación del ciclo de vida-. Este sector es el representado por los agricultores mayores de Pueblo de Jaén. Como se ha mostrado, la situación de discurso generada por el grupo de discusión –en la que se jugaban su identidad ante el más cualificado de los componentes del grupo de discusión- los volvía especialmente proclives a los discursos catastrofistas. Este discurso resultaba impugnado por M dentro del mismo grupo de discusión. La impugnación de M se realizaba sin dejar de compartir el esquema general de la decadencia de nuestra alimentación. Simplemente, M admitía que en el contexto presente –ausencia de escasez, imposición de los hijos de sus propios gustos dentro del mundo familiar- la disciplina alimentaria reivindicada por sus contendientes dentro del grupo era imposible de imponer. Sin embargo, en tanto que campesino, M no renunciaba a la valorización de las prácticas tradicionales frente a lo que percibía como una imposición del marketing alimentario y la taylorización de la agricultura.

Una modulación discursiva común a M, se encuentra en el grupo de trabajadores de Granada. El orden familiar no puede sostenerse sobre las prácticas de imposición directas y es necesario conceder carta de ciudadanía a la diferencia alimentaria dentro de la familia. En ese sentido, el grupo considera que el modelo de socialización que experimentaron no puede trasladarse a sus hijos.

<b>ANTES</b>	<b>AHORA</b>
Tendencia organicista –funcionamiento como cuerpo	Tendencia atomista -funcionamiento como campo
Orden alimentario común	Orden alimentario diferenciado
Sistema de gustos común- Reproducción estable del habitus	Sistema de gustos en conflicto- Conflictos por la definición del gusto
Hegemonía paterna	Hegemonía paterna en concurrencia con el mercado alimentario y la clase de edad

*Cuadro 1. Funcionamiento familiar y orden alimentario en los discursos de pequeños agricultores y trabajadores urbanos.*

Como muestra el cuadro 1, los grupos analizados muestran un balance similar de las transformaciones de las prácticas educativas familiares en relación con la alimentación. Se confirma así, la decadencia de lo que denominamos “modelo patriarcal-popular” y la crisis de una cierta manera de concebir la integración familiar en medios populares. El grupo de trabajadores de Granada proporciona el retrato de una nueva figura social en las familias populares. En ésta, desaparece la legitimidad –cuidado, discursiva- de la rígida división sexual del trabajo y aumenta, por ello, la implicación de los hombres en las tareas centrales de aprovisionamiento y preparación de alimentos. Carentes de los contrahándicaps que unían a M con un discurso crítico respecto de la alimentación de hoy, el grupo experimenta la celebración de lo sano - como control del proceso de producción de los alimentos- como una suerte de elitismo alimentario que queda fuera de sus posibilidades económicas. Un cierto proceso de valoración del mercado alimentario se pone en funcionamiento –visible en la celebración de la leche envasada frente a la leche de vaca- junto a otro de defensa de la racionalidad en la elección alimentaria –y que tiene como condición, la aceptación de que es posible elegir lo mejor dentro de los alimentos peor considerados (por ejemplo, las chucherías infantiles)-. Como muestra el cuadro 2, el conflicto dentro del grupo familiar se acepta como inevitable y legítimo –lo que no evita que se añore también la vieja vida popular libre del azote de la distinción-. La familia popular pasa a ser escenario de un conflicto por los gustos de los niños. En ella, sólo la ironía permite contrarrestar los inevitables ciclos depresivos de quienes, sobre todo, darán a sus hijos en herencia su correosa voluntad y por tanto temen ser avasallados por fuerzas adversas al menor desfallecimiento.

AGRICULTORES MAYORES	AGRICULTORES MODERNIZADOS	TRABAJADORES URBANOS
Legitimidad alimentaria fundada en la experiencia: “Sano es lo que producimos y conocemos”.	Legitimidad como adaptación al orden del mundo: “Lo sano no puede imponerse”.	Legitimidad como tendencia a la racionalización del orden del mundo (“Lo sano es lo que da el mercado”) y hacia la racionalidad en la elección (“Es posible encontrar lo mejor entre los alimentos menos valorados”).

AGRICULTORES MAYORES	AGRICULTORES MODERNIZADOS	TRABAJADORES URBANOS
Condena del conflicto familiar	Aceptación a desgana del conflicto familiar	Alta implicación en la familia. Legitimación del conflicto.

*Cuadro 2. Legitimidad alimentaria e implicación familiar en los discursos de pequeños agricultores y trabajadores urbanos.*

## **6. A MODO DE CONCLUSIÓN**

---

Durante las últimas décadas, las autoridades sanitarias han venido advirtiendo a la población sobre los peligros que conlleva la mala alimentación y sobre las normas a seguir para llevar una alimentación sana. Estas campañas se han desplegado a partir de un supuesto central: la información es la clave para cambiar las prácticas -“los hábitos de alimentación”- de la población. Ello supone que los sujetos elegirían sus hábitos de alimentación en función de las consecuencias para la salud de los mismos: los sujetos serían maximizadores racionales de su salud y, en la consecución de este objetivo, podrían gestionar su vida cotidiana como si se tratara de una empresa organizada para maximizar su capital. En otras palabras, la salud sería el principal objetivo a conseguir para los sujetos en sus prácticas alimentarias cotidianas y tendrían a mano los recursos necesarios para gestionar estas prácticas de cara a conseguir su objetivo.

Los análisis precedentes nos muestran una realidad muy distinta de los presupuestos que subyacen a estas campañas. No se trata de que los sujetos carezcan de información nutricional –aunque ésta sea de grados muy diversos–, sino de que no adecuan sus prácticas a la misma, ya sea porque las constricciones de la vida cotidiana empujen a determinados tipos de alimentación –esto es especialmente claro en el caso de las familias, cada día más numerosas, donde las mujeres trabajan fuera del hogar–, ya sea porque para seguir las prescripciones dietéticas hay que luchar contra un habitus difícil de modificar –fuera de condiciones extraordinarias, esto es, que se salen de la vida cotidiana–, ya sea porque la alimentación no es única ni principalmente una cuestión de salud para los sujetos: en ella se juegan, aparte de factores prácticos, apuestas identitarias, negociación con otras personas, esquemas morales que sobrepasan ampliamente el ámbito de la alimentación.

Es por ello que los mensajes difundidos por las agencias sanitarias sufren múltiples reinterpretaciones, cuando no son simplemente ignorados: como hemos ilustrado ampliamente, en función de las constricciones prácticas y de las estrategias identitarias, estos mensajes son apropiados e interpretados de manera distinta. Hacer otra cosa, por parte de la población, sería someter la vida cotidiana a un control que

estaría, en muchos casos, más allá de los recursos disponibles y, en todos, más allá de lo sería tolerable para poder llevar una vida social normal –al menos, mientras la mayoría de la población no se haya convertido a la nueva moral de la salud y esté dispuesta a organizar su vida cotidiana en función de esta moral-.

Un segundo aspecto importante de estas campañas es su contribución a lo que algunos autores denominan la “cacofonía dietética”. Los mensajes nutricionales de las autoridades sanitarias no se hallan aislados: compiten con una multitud de mensajes contradictorios lanzados por las industrias alimentaria y farmacéutica, así como por una proliferación incesante de noticias en torno a los últimos “hallazgos” de los distintos grupos de investigadores. La constante proliferación y sustitución de los mensajes más diversos produce escepticismo entre la población y legitima las selecciones estratégicas: dado que ninguna relación parece bien establecida, que las certezas de ayer son las falacias de hoy, la población se siente legitimada para hacer caso omiso de aquellos mensajes que no se correspondan con sus esquemas cognitivos, con sus gustos, con sus estrategias identitarias, con las constricciones, apuestas y placeres de su vida cotidiana.

Este escepticismo, además, en algunos casos resulta muy sano. Por dos razones principales. En primer lugar, porque en muchos casos las campañas se proponen luchar contra posibles enfermedades que afectarían sólo a una pequeña proporción de la población y en las que la dieta sería sólo un factor más de riesgo de contraer la dolencia, con lo que para la mayoría de la población seguir las prescripciones nutricionales tendría unos efectos mínimos sobre su salud y su esperanza de vida<sup>184</sup>. Así, un estudio realizado en Estados Unidos concluía que la esperanza media de vida de los norteamericanos se incrementaría, en caso de seguir las prescripciones dietéticas de las autoridades sanitarias, en varios meses; otro estudio posterior estimó la ganancia media en algunos minutos (Levenstein, 2003: 254). A esto se podrá replicar que otros estudios distintos llegan a conclusiones muy diferentes. Y he aquí la segunda razón para considerar sano un cierto escepticismo. Los conocimientos nutricionales que resultan en muchos casos ampliamente difundidos se basan a menudo en evidencias empíricas muy discutibles. Y, aún en aquellos casos donde la fundamentación empírica parece sólida, ésta no lo es tanto debido a las enormes dificultades reales para establecer una relación entre un estado de salud o enfermedad y una dieta a largo plazo: la cantidad de factores que intervienen es de tal magnitud y tan difícil de controlar, que todo resultado no deja de ser provisional. Un precepto de salud que hoy parece generalmente aceptado puede ser mañana impugnado: al igual que recomendaciones y conocimientos pasados resultan

---

<sup>184</sup> Así, en la actualidad, ya parece aceptado por los investigadores médicos que la dieta tiene una influencia mínima, para la mayoría de la población, en la presencia de colesterol de baja densidad (el “malo”) en la sangre. Sin embargo, las campañas sanitarias –y la publicidad alimentaria de productos “bajos en colesterol”- siguen insistiendo en que toda la población controle el colesterol que ingiere.

hoy caducos, las recomendaciones y conocimientos presentes también llegarán a ser, en el futuro, conocimientos pasados y en algunos casos caducos. La celeridad con la que los “descubrimientos” pasan a formar parte de las recomendaciones lleva, en muchos casos, a recomendaciones que, de seguirse, provocarán poco efecto en la salud, cuando no efectos contrarios a los inicialmente previstos<sup>185</sup>. A ello se le añade el hecho de que publicitar recomendaciones que tienen pocas probabilidades –por las razones descritas- de ser seguidas por la población puede llevar, como efecto no previsto, a aumentar los riesgos de salud de la población. El ejemplo más claro es la exhortación a la pérdida de peso a toda la población –sin distinguir entre los riesgos de la obesidad y del sobrepeso-. Dado que para la mayoría de la población la modificación de la dieta a largo plazo es una labor ardua, una verdadera “roca de Sísifo”, la mayoría de las dietas de adelgazamiento –en torno al 95%- fracasan. Ello lleva a que la recomendación sanitaria se traduzca, en la realidad, en el conocido efecto yoyó: se pierde peso durante un período corto de tiempo que luego es inmediatamente recuperado.

Lo anterior nos lleva a formular una primera recomendación general, de cara a una política pública de salud: limitar claramente los objetivos a conseguir, así como las poblaciones concernidas.

La limitación de los objetivos a conseguir se apoya, en primer lugar, en uno de los hechos que mejor hemos establecido en esta investigación: la enorme dificultad de cambiar a corto plazo y simplemente mediante campañas de información los hábitos alimenticios de la población<sup>186</sup>. Esta dificultad se debe a hechos varios, ya señalados: en la alimentación interfieren, con la dimensión de salud, otras dimensiones que en la vida cotidiana de los sujetos son fundamentales. Esto es evidente, por poner sólo dos ejemplos extraídos de la investigación, en casos como los de las mujeres trabajadoras o los jóvenes. En el primer caso, la responsabilidad de la alimentación cotidiana, dada la persistencia de una división tradicional de género, recae en unas mujeres que, sin posibilidad de recurrir a una ayuda doméstica asalariada –como las trabajadoras de clase media- se ven sobrepasadas por la “doble jornada”. Aquí, el objetivo de intentar modificar hábitos de alimentación choca con toda una organización doméstica que, desde su posición, resulta difícil de modificar. Plantear a estas mujeres, como se hace desde diversos discursos nutricionistas fundamentalistas, la obligación de seguir de forma voluntarista unos objetivos nutricionales prácticamente imposibles de conseguir en la práctica, sólo redundará en una culpabilización de estas mujeres. A su vez, en el caso de los jóvenes, la estigmatización de sus prácticas alimentarias es, según parece a

---

<sup>185</sup> En Levenstein (2003) se encuentran numerosos ejemplos. Así, se pasó de preconizar el consumo de margarinas a temer el efecto que podrían tener las margarinas hidrogenadas sobre el riesgo cardíaco; la carne a la parrilla fue en un tiempo alabada como menos grasa, para luego ser acusada de contener elementos cancerígenos; el aceite de maíz es ensalzado en los años sesenta del pasado siglo, para bajar del pedestal y ser sustituido por el aceite de oliva en los ochenta...



la luz de esta investigación, a la vez inútil y resultado de una inquietud excesiva. Inútil porque la identidad joven se define en oposición a la identidad adulta y, por tanto, la trasgresión de los preceptos del mundo maduro se convierte en condición de posibilidad de la revalorización ante el grupo de iguales. Resultado de una inquietud excesiva, porque las prácticas desviantes juveniles no generan una “cultura” considerada como valiosa por los jóvenes. Estos consideran las prácticas propias como irracionales – “no me gustaría que mi hija fuera como yo”- y, como se ha comprobado, el acceso a posiciones centrales en la gestión doméstica –por ejemplo, en tanto que estudiantes universitarios- desencadena procesos de corrección de las propias prácticas a la vez que de recuperación -selectiva- de la cultura alimenticia del grupo doméstico.

Es más, la pretensión de modificar a la población para que asuma la “norma” de alimentación sana puede tener aquí también efectos perversos. Esto es muy evidente en el análisis que hemos hecho de las madres: la multiplicación de las exigencias nutricionales puede conseguir, en vez del efecto deseado, un discurso defensivo que obvie todas estas exigencias ante la imposibilidad de tenerlas todas en cuenta a la vez. En el caso de los jóvenes, la obsesión por ajustar los comportamientos a una norma puede contribuir a sellar como patológicos comportamientos de naturaleza provisional y localizada. Un cierto alarmismo, resultado de unas prácticas informativas demagógicas y exageradas, nutre ya el repertorio de descalificaciones disponible en la vida cotidiana: los enunciados “todas somos –o “todas son”- anoréxicas” o “estamos –o “están”- al límite de la obesidad” comienzan a ser de curso corriente entre los grupos juveniles más sometidos a las campañas de prevención de riesgos en torno a la alimentación. Ciertamente, la anorexia, la bulimia y la obesidad existen y no seremos nosotros quienes juguemos al relativismo acerca de la gravedad de tales trastornos. Pero un comportamiento desviado no es –como sabe cualquiera que conozca los mínimos rudimentos epistemológicos de la psiquiatría y la psicología- sin más el síntoma de un cuadro clínico y tampoco, por un efecto mágico de infección, ese comportamiento arrastra al conjunto de los comportamientos que definen una enfermedad. Si esto se olvida, se promueve la utilización incontrolada de categorías médicas para degradar comportamientos relativamente inocuos y, con ello, se puede contribuir a volverlos sólidos y estables: se puede impulsar así el primer tramo de una verdadera carrera desviante<sup>187</sup>.

---

<sup>186</sup> *Con ello no queremos decir que los hábitos de alimentación de la población sean “muy difíciles” de modificar. De hecho, están cambiando continuamente. Pero en estos cambios juegan múltiples dimensiones: condiciones de vida y trabajo, formas de organización doméstica, posibilidades de acceso a distintos tipos de alimentos, esquemas simbólicos –de dimensiones múltiples- ligados a los distintos tipos de alimentación, etc. Entre estas dimensiones, la información accesible relativa a la relación entre los tipos de alimentación y la salud, es solamente una más. Una dimensión en la que, además, intervienen múltiples emisores: desde las autoridades sanitarias hasta la industria alimentaria, pasando por todo tipo de agencias informales, sectas alimentarias –vegetarianos, crudívoros, etc.-, vendedores y propagandistas de dietas y productos “milagrosos”, etc. Esta multidimensionalidad de las condiciones de la persistencia y el cambio alimentarios es la que obliga a una modestia –a un realismo- a la hora de considerar las posibilidades de modificar las prácticas alimentarias desde la administración sanitaria.*

<sup>187</sup> *Sobre estas cuestiones véase Moreno Pestaña (2005).*

En esta limitación de objetivos generales, un punto fundamental a tener en cuenta es el ya señalado de la “cacofonía dietética”. La proliferación de mensajes en torno a los supuestos efectos nocivos de múltiples alimentos o formas de alimentación pueden tener un efecto no deseado mucho más general: deslegitimar a las propias autoridades sanitarias como emisores de mensajes de salud nutricional. En este aspecto, la constante emisión de mensajes sobre supuestos peligros de los alimentos puede tener el mismo efecto que las constantes alertas sobre presencia de lobos imaginarios por el pastor del cuento: cuando llega el lobo de verdad, nadie acude.

La limitación de los objetivos en torno a la nutrición de la población en la política de salud pública supone, así, un sano ejercicio de realismo político frente a posibles excesos de algunas las políticas de prevención. Estas, bajo el lema “más vale prevenir que curar”, se deslizan continuamente de las enfermedades más graves a sus primeras manifestaciones, de éstas, a los factores de riesgo y a los comportamientos supuestamente responsables, y, en una vuelta más de tuerca, de los comportamientos inmediatos a los más lejanos en el tiempo; de esta manera, la chuchería ingerida en la infancia puede ser inculpada, en un juicio sumarísimo, de dejar tras de sí una verdadera masacre de muertes prematuras. Con el lenguaje de los “comportamientos de riesgo” y de los “factores coadyuvantes”, con relaciones estadísticas en muchos casos débiles, se puede llegar a propugnar, bajo el salvífico lema de la “prevención”, una exhaustiva vigilancia nutricional a la que debería someterse toda la población desde el mismo momento de su nacimiento. Frente a este utopismo nutricional del control absoluto del comportamiento de toda la población, el realismo político impone intentar cambiar sólo aquello que es posible modificar y sólo en aquellos casos en que el riesgo sea importante y esté bien fundamentado científicamente –lo que supone reducir las prescripciones a aquellas que estén suficientemente demostradas y ceñirse, en la mayoría de los casos, a poblaciones bien delimitadas, en lugar de predicar *urbi et orbe* consejos y prescripciones que sólo podrían ser verdaderamente útiles a determinados segmentos de población -. De esta manera, se evitarían, además del derroche de numerosos recursos destinados a “misiones imposibles”, los característicos movimientos de péndulo de los utopismos: tras intentar la grandiosa hazaña de la “salvación” de la población –esto es, que ésta adecue sus pensamientos y prácticas a la “racionalidad” del profeta salvador- y constatar, un tiempo después, el –inevitable- fracaso de la empresa, se buscan las causas del fracaso en la población que no ha dejado salvarse, que se ve así acusada, culpabilizada.

Todo lo anterior nos lleva, además de a una restricción de los objetivos para hacerlos más realistas, a incidir en la necesidad de sustituir las campañas generales por acciones más localizadas que, aunque tengan mucha menor visibilidad mediática, puedan ser mucho más efectivas. Aquí el papel de los profesionales de la salud es

fundamental: es en la interacción directa con estos profesionales, con ocasión de las enfermedades familiares, como la mayoría de la población –y especialmente las madres de familia- accede a preceptos e informaciones que intenta aplicar. Así, una primera medida de la administración sería facilitar a estos profesionales materiales explicativos de tipos de dietas a seguir, de alimentos a evitar y a ingerir, en caso de determinadas enfermedades o predisposición a las mismas –así como en las consultas de pediatría-. Estos folletos, dirigidos a poblaciones concretas, distribuidos en los centros de salud y en las consultas médicas ante los casos concretos, tienen muchas más posibilidad de ser seguidos –aunque sea con reinterpretaciones- que los preceptos generales difundidos mediante campañas generales. A su vez, como hemos visto, dado que la mayoría de las clases populares sólo están dispuestas a modificar realmente su dieta ante problemas de salud tangibles, la interacción directa entre médico y paciente con ocasión de estos problemas de salud parece ser la principal intervención factible –aunque sea ante una población muy limitada y con resultados limitados- para lograr evitar o aliviar los problemas de salud más directamente ligados a la dieta. A su vez, estos materiales –y las explicaciones verbales- deberían ser lo más concretos posibles, pues, como hemos visto, preceptos generales como “hacer una comida equilibrada” o “dieta mediterránea”, precisamente debido a su inconcreción, son los más fácilmente aceptables por la población porque son los que les confortan en sus creencias y prácticas previas –esto es, porque no tienen apenas eficacia en cambiar las prácticas efectivas-.

A su vez, en estas intervenciones, hay que tener en cuenta los distintos esquemas que los distintos grupos sociales ponen en juego en su categorización de salud y enfermedad, así como de los distintos grupos de alimentos. Es por ello, por lo que a continuación vamos a aplicar algunos de los resultados de la investigación para orientar la información hacia estos distintos grupos.

## **MUJERES**

Debido a la división sexual del trabajo doméstico, las mujeres son las encargadas, en las clases populares, de la salud y la alimentación familiar: ser una buena madre implica proporcionar a la familia una alimentación sana. Los distintos preceptos sobre alimentación sana suponen así elementos fundamentales en la valoración social de las madres: lo que se pone en juego, a través del seguimiento o no de estos preceptos, es su valor social y familiar, su propia identidad. De ahí que sean las mujeres las que están más al tanto de los conocimientos nutricionales. Ahora bien, esta responsabilidad no viene acompañada de una capacidad de decisión equivalente: como hemos visto, los gustos de marido e hijos son determinantes en la decisión del menú familiar. De ahí

que, a falta de poder establecer las comidas que se ven como mejores, se manejen estratégicamente los esquemas de alimentación sana para adecuarlos a las prácticas efectivas. Este marco general de la situación de las mujeres en las clases populares nos lleva a dos reflexiones.

En primer lugar, debido a que las mujeres son generalmente las encargadas de la alimentación familiar, se suele atribuir a ellas la responsabilidad de la alimentación familiar, y dirigir hacia ellas la información nutricional. Si bien esto no es insensato, sí supone una atribución de responsabilidad que no se corresponde con la situación real y que puede tener en muchos casos el efecto de culpabilizar a las madres por prácticas de las que no son, ni mucho menos, las únicas responsables. Este efecto no deseado de las intervenciones dirigidas a las mujeres debería ser tenido en cuenta para minimizarlo en la medida de lo posible: fundamentalmente, distribuyendo la responsabilidad –así, dirigiendo los mensajes tanto a hombres como mujeres–.

En segundo lugar, debido al manejo estratégico de los mensajes sobre alimentación sana –para situarse simbólicamente en la posición de buena madre– aquí se hace más preceptivo que los mensajes no sean generales, susceptibles de múltiples apropiaciones estratégicas, sino muy concretos. Esta concreción, además, debería ir acompañada de otro rasgo: no insistir en los peligros asociados a la alimentación, sino en las ventajas de determinados tipos de alimentos. Es precisamente, como hemos visto, la proliferación de peligros asociados a la alimentación la que justifica mejor la postura de “todo da igual”.

Otro dato fundamental a tener en cuenta es la tensión en que se hallan estas mujeres entre la legitimidad tradicional y la “moderna” en su papel de amas de casa. La legitimidad tradicional es la que se sigue utilizando mayoritariamente para acusar a *otras* de *malas madres*; sin embargo, como hemos visto, en la posición mayoritaria lo que se busca son razones para, al tiempo que se mantiene la legitimidad tradicional de buena madre, una pueda liberarse de parte de las cargas que supone este papel tradicional. Así, por ejemplo, el mensaje de que es posible comer rápido y sano, a pesar de ir contra el esquema de natural, tiene tantas más posibilidades de ser recogido cuanto que permite salvaguardar la legitimidad de buena madre al tiempo que ahorrar tiempo de gestión doméstica.

En lo que sigue, hay que trasladar información fundamentalmente pensando en las posiciones tradicional y mayoritaria, dado que en el polo legítimo, al convertirse el discurso nutricionista en un elemento fundamental del papel de buena madre, no parece necesaria ninguna intervención especial.

En el polo **tradicional**, como hemos visto, salud y enfermedad se conciben como dos estados disjuntos y el cuidado de la alimentación sólo corresponde al estado de enfermedad. Este esquema resulta difícil de modificar, tanto más cuanto más cerca del polo tradicional nos hallemos: cuanto mayores las mujeres y menos escolarizadas. Por ello, con estas mujeres la intervención en salud pública ha de ir dirigida a facilitarles en la medida de lo posible los tipos de menú a tomar y a evitar en caso de enfermedad. Se trataría de hacerles llegar informaciones sencillas sobre alimentos a tomar y a evitar en el caso de las enfermedades más comunes –que serían interpretados en la lógica de alimentos-remedio-, así como de tipos de elaboraciones (recetario). Esta información tendría máxima legitimidad y difusión si fuera facilitada en los propios centros de salud: se trataría de hacer pequeños materiales educativos y recetarios sencillos de los que dispondrían los médicos en la consulta y que suministrarían a las mujeres afectadas por cualquiera de estas enfermedades. El recetario debería consistir en elaboraciones similares a las más extendidas entre estas amas de casa, con pequeñas modificaciones –cuando fuera necesario- para poder cumplir con los requisitos dietéticos (así, quitar el tocino del cocido, etc.). De lo que se trata es de que se respeten los sabores más extendidos, de que la elaboración no suponga técnicas de cocción distintas a las habituales, y de que la ingesta de estos alimentos no se vea como un sacrificio del paladar.

Un punto importante, y de fácil consecución, sería el que se asimilara, como se hace en la postura mayoritaria, las tasas elevadas (de azúcar, colesterol, etc.) a enfermedad, a un estado en el cual una ya no se halla en estado de salud y por lo tanto, *es legítimo y necesario cuidarse*. Se trataría aquí también de elaborar materiales similares a los reseñados para las enfermedades más comunes para los casos en que se tuviera el colesterol, azúcar, etc. en niveles en los cuales fuera preciso un control de la alimentación cotidiana. En estos materiales, aparte de informar sobre tipos de alimentos a evitar o tomar y tipos de elaboraciones, habría que legitimar el hecho de tener una dieta separada y el cuidado de sí: insistir en el hecho de que las tasas elevadas exigen un cuidado de la alimentación y del cuerpo similar al que exige tener una enfermedad.

En la posición **mayoritaria** de amas de casa, lo más efectivo serían también los materiales referidos a enfermedades comunes y a las tasas –de colesterol, azúcar, etc.- más comunes. Debido a que estas tasas ya son equiparadas a enfermedades, aquí los efectos serían más inmediatos.

Una idea importante que habrá que difundir es la de que cuerpos distintos tienen necesidades distintas. Para estas madres, el hecho de llevar una dieta separada de la de los hijos o el marido se halla en contradicción con el valor de la entrega. En

los grupos, este obstáculo para el cuidado de la dieta materna sólo se puede sortear mediante la idea de que “cuerpos distintos” tienen “necesidades” distintas: a partir del momento en que se habla de esta diferencia de “necesidades” se logra legitimar la existencia de diferencias en las comidas.

Otra idea importante en la que hay que insistir es en la posibilidad de hacer comidas sanas y rápidas a la vez. Como acabamos de señalar, la posibilidad de comidas sanas y rápidas, aunque va contra el esquema de lo natural, tiene muchas posibilidades de ser acogida precisamente porque permite mantener la legitimidad de buena madre al tiempo que descargarse de parte del trabajo doméstico. Estas comidas rápidas y sanas –que también se pueden incluir en recetarios- han de presentar la característica, para ser aceptadas, de ser similares a la “comida de verdad” –una tortilla o revuelto, sí; una ensalada sin más, no-. A su vez, la predisposición de estas madres a pasar de la legitimidad “tradicional” a la “moderna” del ama de casa puede servir para difundir fórmulas de cocción rápida que supongan menos pérdidas de nutrientes: el conocimiento nutricionista legitimaría la descarga de tiempo de cocina (ver epígrafe 3.1.3).

En cuanto a las mujeres **trabajadoras**, como hemos visto, la persistencia de una división tradicional de género las lleva a un recurso constante a alimentos industriales que se justifica por la falta de tiempo. Aquí toda campaña para insistir en que varíen sus hábitos alimenticios tiene poca probabilidad de conseguir un cambio en las prácticas; en todo caso, sólo serviría para culpabilizar aún más a estas madres que asumen tanto el trabajo asalariado como el trabajo doméstico. Por ello, los esfuerzos deberían ir dirigidos, no tanto hacia campañas para “modificar los hábitos alimenticios”, como a facilitarles a estas madres su labor descargándolas de parte de las responsabilidades que asumen. Entre otras medidas, una prioridad podría ser la extensión de todo tipo de comedores escolares y de guarderías para los hijos. Otras medidas, como incentivar la participación masculina en las tareas domésticas o en la cocina, tendrían también efectos positivos sobre la alimentación familiar –y sobre la salud de las madres, por razones que sobrepasan ampliamente la alimentación-, aunque habrían de plantearse a largo plazo. En ambos casos, la mejora de la alimentación familiar pasaría por una necesaria redefinición de las relaciones de género y por una mayor implicación de las administraciones públicas en ayudar a las familias con menos recursos proporcionando servicios que en la actualidad recaen casi exclusivamente en las familias –esto es, en las mujeres de la familia-.

## JÓVENES

El grupo de chicas jóvenes no universitarias se caracterizaba, primero, por la ausencia de competencias domésticas, segundo, por la asunción de prácticas de alimentación desviantes respecto a la norma. La ausencia de competencias domésticas puede indicar una cierta conmoción en la transmisión de los roles de género en familias trabajadoras de origen rural. La asunción de prácticas desviantes se sostiene, por un lado, en la exaltación de una identidad “juvenil” –que supone desde el consumo de comida “rápida” hasta la práctica del botellón-, por otro lado, en la incapacidad de cambiar los gustos alimenticios de origen familiar. Estos gustos alimenticios han sido estigmatizados por los discursos dominantes por su propensión a los alimentos “fuertes” y por los efectos de tales alimentos en la morfología corporal de los individuos. Sometidas a un sistema de descalificaciones múltiples, estas chicas recurrían a la única forma de defensa posible: el nihilismo alimentario. En el fondo, venían a decir, todo el mundo hace cosas que no son sanas y nosotras formamos parte de ese mundo.

Estas chicas se encuentran sometidas a una degradación simbólica máxima. Como jóvenes por realizar prácticas “inmaduras”, como mujeres de clases populares por su propensión a los alimentos que constituyen el cemento afectivo del grupo familiar y con los que se ha construido su sistema de gustos, como mujeres por la necesidad de adecuar su morfología corporal a patrones corporales delirantes. Y, en su situación, la salida no es fácil: si se hacen “maduras” desaparecen del mundo del grupo de iguales, si renuncian a los alimentos domésticos necesitan desbaratar la economía afectiva<sup>188</sup> de la familia –diferenciarse de la comida común supone poner en cuestión los gustos domésticos y amplificar el trabajo de la madre-, si se alimentan con el objetivo de estar delgadas deben de separarse a la vez de muchas prácticas del grupo de pares y del grupo familiar -y, si se olvidan de la “obsesión” por la línea, se convierten en invisibles en el mercado afectivo-.

Como muestra el grupo de estudiantes universitarios, la posibilidad de manejar racionalmente la alimentación cotidiana reposa sobre un cuestionamiento creativo de las tres fuentes de ilegitimidad que padecen las chicas jóvenes. Cuestionamiento de la identidad “juvenil” a partir de procesos de recuperación de pautas de alimentación del grupo familiar: en lo que concierne al tipo de comidas, al número, a la integración de las comidas en un sistema de cálculo y previsión. Cuestionamiento de las prácticas de alimentación familiares en el punto en el que obstaculizan la consecución de los modelos corporales necesarios para volverse visible en el mercado afectivo contemporáneo<sup>189</sup>.

---

<sup>188</sup> Y también, quizá, ya que se trata de familias humildes, la economía material.

<sup>189</sup> Este cuestionamiento se acompaña, también, de la crítica de los modelos legítimos del cuerpo y, de ese modo, de la recuperación de ciertos rasgos corporales de la cultura somática de las clases populares: estar corporalmente grueso es mejor que obsesionarse por conseguir siluetas imposibles.

Cuestionamiento, sobre todo, de la oposición radical sano / insano, oposición que sostenía la descalificación masiva de todos los comportamientos alimentarios existentes por parte de las chicas jóvenes. Entre la alimentación absolutamente sana y la completamente degradada existen múltiples matices. En ellos se juegan las posibilidades prácticas del sujeto y éstas consisten en continuas soluciones de compromiso entre la norma y la posibilidad. Alimentarse bien, pues, requiere autocontrolar y corregir las tendencias juveniles, adquirir poco a poco competencias prácticas en la compra, conservación y elaboración de alimentos. Pero también requiere protegerse de las tendencias que en su celebración de lo natural y lo sano abocarían a consumos alimenticios económica –son alimentos de ricos- y académicamente –un estudiante necesita consagrar tiempo a sus estudios- insoportables.

Las acciones públicas dirigidas a los jóvenes de clases populares podrían, por un lado, rehabilitar las competencias domésticas. Para ello, sería necesario –y resulta extremadamente difícil- despojarlas del efecto opresivo que conlleva su relación con las ocupaciones tradicionales femeninas. La introducción de asignaturas o cursos relacionados con la gestión doméstica –que comprendan desde la alimentación hasta los cuidados de salud- en el sistema escolar podría tener un doble efecto positivo. Primero, separaría la gestión de uno mismo –que algunos de los autores más relevantes de la teoría social contemporánea detecta como uno de los problemas básicos de nuestro tiempo- del ámbito íntimo y lo situaría en la esfera de los problemas respecto sobre los que cabe reflexionar colectivamente mediante la apelación a las disciplinas (nutrición, psicología, sociología...) científicas. ¿Es absurdo pensar en una asignatura con la ambición de ofrecer un marco intelectual en el que cupiesen desde informaciones nutricionales básicas hasta fragmentos de *La distinción*? Tal vez no. Segundo, universalizaría las condiciones de posibilidad de acceso al saber sobre el cuerpo<sup>190</sup>, a su cuidado y a su mantenimiento, sin dejar de incluir en ese saber los análisis que cuestionan críticamente la producción mercantil de angustia estética y las prácticas de explotación y dominación –de género, de clase...- que tal generación artificial de necesidades lleva asociadas. Por otro lado, la provisión pública de comedores baratos y de calidad –similar a la red que, por ejemplo, existe en Francia- contribuiría a mejorar la salud, la economía de los jóvenes y a liberar tiempo de estudio para los que desean rendir académicamente.

---

<sup>190</sup> *La inversión de dinero y tiempo en comprar revistas, leer libros y consultar especialistas vuelve la competición corporal extraordinariamente difícil para los jóvenes de clases populares: el sistema educativo permitiría –dadas las tasas de escolaridad en España- volver, en principio, accesibles a todos los rudimentos de las disciplinas que permiten la reflexión sobre el cuerpo.*



## **HOMBRES**

Todo cuanto se haga para introducir a los hombres en las tareas domésticas nos parece correcto. Además, la introducción del cuidado corporal entre los hombres de clase trabajadora contribuiría, uno, a incrementar su autonomía individual ya que uno de los efectos perversos de la división sexual del trabajo, en lo que a los hombres concierne, consiste en desposeerlos de competencias en la gestión íntima de uno mismo<sup>191</sup>, dos, a convertir a los hombres en individuos competentes en tareas de control familiar tradicionalmente atribuidas a las mujeres.

Comencemos por el primer punto. Esta incapacidad de gestión íntima de uno mismo convierte a los hombres de clases populares en seres extremadamente dependientes respecto de las mujeres y cancela, con ello, sus posibilidades de autogestión personal. Dado que los mensajes de culpabilización –los hombres no comparten el trabajo doméstico y se benefician de la subordinación de las mujeres- son de sobra conocidos, las distintas entidades harían bien en comenzar a insistir en que no se trata sólo de ser justos con las mujeres –compartir cargas, preocupaciones, etc.- sino también en ser justos consigo mismos, con uno de los más valiosos recursos de un trabajador: el cuerpo, que constituye un instrumento de trabajo –la degradación del cuerpo es uno de los precios básicos de las vidas de trabajadores y agricultores y una amenaza básica de muerte social por falta de energía física para trabajar-, pero también un elemento de presentación pública, de intercambio afectivo y social. En ese sentido, las campañas por la expansión de las competencias domésticas entre los hombres deberían formar un conjunto con las medidas de promoción de la salud<sup>192</sup>.

Concluamos con el segundo punto. Como muestra el grupo de discusión realizado con trabajadores, la inserción de los hombres en el mundo doméstico es cada vez mayor. Con todo, los ámbitos del control de la alimentación, la salud y la apariencia estética de los miembros de la familia sigue siendo una competencia y una carga fundamentalmente de las mujeres. En ese sentido, la adquisición de competencias domésticas por parte de los hombres les permitiría convertirse en agentes más eficientes en su lucha por el control de la socialización de la prole. Socialización que percibían crecientemente expropiada por la industria juvenil, la cultura del grupo de pares –en buena medida, derivación de la industria juvenil- y amenazada por las batallas en el interior del espacio familiar por controlar el afecto de los hijos<sup>193</sup>.

---

<sup>191</sup> La excelente película de Fernando León de Aranoa *Los lunes al sol* ofrecía una buena muestra de lo que señalamos.

<sup>192</sup> Uno de los factores de riesgo en el trabajo –que se añade a los peligros derivados de las condiciones laborales de importantes fracciones de la clase trabajadora- es una concepción de la masculinidad que exige, para no pasar por “afeminado”, adoptar conductas de exposición al peligro.

<sup>193</sup> La progresiva autonomía de los miembros de la familia genera que ésta, como hemos señalado, tienda a ser cada vez menos un cuerpo integrado y más un campo en el que se redefinen posiciones y jerarquías.

No querríamos concluir estas conclusiones y recomendaciones sin una reflexión general en torno a las políticas de salud pública. La salud de la población es el resultado de múltiples factores. En los últimos tiempos, los discursos sanitarios ligados al lema de la prevención han insistido sobre todo en la incidencia de los estilos de vida –y muy especialmente, de la nutrición- sobre la salud. En otras palabras, se ha desplazado la responsabilidad sobre la salud de la población a la misma población. Este desplazamiento ha ido acompañado de una serie de actuaciones que han pretendido “cambiar los hábitos” de la población, generalmente con poco éxito efectivo –por razones evidentes para quien haya llegado en la lectura hasta aquí-. Todo lo anterior lleva a cuestionar hasta qué punto una política de salud pública habría de intentar modificar los “hábitos de alimentación” de la población general.

Muchos de los recursos que se invierten en intentar convencer a la población de que ella es la última responsable de su salud –esto es, a la postre, en culpabilizarla por no adecuar sus comportamientos cotidianos a los exigentes preceptos de una *vida saludable*-, como hemos visto en la investigación, tienen poco éxito. Estos recursos podrían emplearse en cumplir las tareas que a la Administración le conciernen: verificar que los alimentos lleguen a los consumidores en las condiciones sanitarias que exige la ley, así como asegurar una mayor y mejor cobertura sanitaria y proporcionar los medios –guarderías, comedores escolares, asistencia de ancianos y enfermos a domicilio...- para que, en una sociedad donde crece el número de familias con ambos cónyuges trabajando, las familias puedan tener un apoyo institucional en esas tareas que tradicionalmente se han reservado a las mujeres.

## APÉNDICE METODOLÓGICO

La investigación se ha basado en grupos de discusión realizados en distintas poblaciones de Andalucía entre marzo y julio de 2003. El primer criterio delimitador fue que la población perteneciera a las “clases populares”: este término, de límites difusos, se tradujo en dos características principales: trabajo manual –asalariado o autónomo– de la persona que asiste al grupo y/o de su cónyuge; nivel de estudios no superior al equivalente de estudios secundarios. En la mayoría de los grupos se mezclaron una parte de personas con estudios primarios o incompletos con algunas personas con secundarios completos o incompletos. En la medida en que el nivel de estudios supone una predisposición mayor o menor a la adquisición de los bienes culturales marcados como legítimos –de los cuales forman parte en la actualidad los conocimientos sobre nutrición–, esta mezcla nos permitiría ver la discusión que se producía, en el seno de las clases populares, entre personas más cercanas y más lejanas al discurso médico sobre nutrición –que es el que goza, a nivel general, de mayor legitimidad, la de la ciencia y la del Estado–.

La pregunta con la que se iniciaron los grupos fue: ¿Hemos logrado tener una alimentación sana? La pregunta inicial se pretendía lo suficientemente general para que el grupo pudiera definir por sí mismo los temas de interés en relación con el tema general de la alimentación sana. La pregunta ya marca un primer camino general: el tema de la alimentación ha de relacionarse con el de salud. Al estar muy marcado este tema por una legitimidad y una moral –lo legítimo y moral es buscar una alimentación sana–, se evitaron preguntas que desde el principio pudieran interpretarse como exámenes sobre la adecuación del grupo a esta moral, tales como “¿Nos preocupamos en la actualidad por tener una alimentación sana?”. Este tipo de preguntas, nos temíamos, podían haber originado desde el principio una postura defensiva frente al intruso procedente de la universidad que, como el médico, evaluaría su adecuación a los comportamientos legítimos.

En el diseño de los grupos se tuvieron en cuenta los siguientes elementos:

1. División de género. En la medida en que las mujeres siguen siendo las principales responsables de la alimentación familiar en las clases populares, la posición de hombres y mujeres ante la alimentación no podía ser la misma. Asimismo, la división de género conlleva también diversas expectativas respecto al cuerpo.

2. División en clases de edad. La juventud y la adolescencia se caracterizan por el hecho de no haber tomado todavía responsabilidades en el ámbito de la gestión de la alimentación. Asimismo, en la actualidad existen una serie de alimentos marcados como propios de esta clase de edad.

3. División, entre los adultos, en función de la edad. En la medida que la difusión del discurso médico sobre nutrición y el acceso a los servicios médicos se han acentuado en las últimas décadas, se suponía que la edad marcaba una diferencia en la exposición a estos discursos, así como en la predisposición a su búsqueda y aceptación. Esta división se tuvo en cuenta para introducir heterogeneidad en el seno de los grupos de los adultos.

4. Hábitat urbano o rural. El hábitat rural se caracteriza por la existencia o la posibilidad de formas de aprovisionamiento directo, aparte de existir en él oficios que suponen la producción directa de alimentos.

5. División, entre las mujeres adultas, en función de la existencia o no de actividad laboral fuera del hogar. Dada la persistencia de la división de género tradicional, la actividad laboral de la mujer introduce unas tensiones en la gestión doméstica debidas a la menor disposición de tiempo que no se dan en la misma medida en aquellas cuya única actividad es la doméstica.

A partir de los elementos anteriores, los grupos realizados fueron los siguientes:

1. Amas de casa, El Cerro de Andévalo. Grupo realizado en el pueblo serrano onubense de El Cerro de Andévalo, con amas de casa de edades comprendidas entre 42 y 58 años<sup>194</sup>. Todas tenían hijos, la mayoría dos, con edades comprendidas entre 15 y 30 años –la mayoría de los mayores de 17 años cursaba o había cursado estudios universitarios. Todas tenían estudios primarios, excepto una, que había estudiado FP-I. Sus maridos eran mayoritariamente obreros –mineros, construcción, la mayoría de los mineros en paro-, con dos empleados administrativos. Los padres de las participantes eran en su mayoría obreros –mineros, casi todos-, y sólo uno de ellos agricultor; sus madres, amas de casa con estudios primarios o incompletos.

---

<sup>194</sup> *Las características que señalamos de los grupos son las que tuvieron efectivamente las participantes, no las instrucciones que dimos a los captadores. Evidentemente, las características reales se derivan –con desviaciones- de las instrucciones generales previstas a los captadores para la realización del grupo –niveles de estudios, hombres o mujeres, actividad, edades, etc.-.*

2. Mujeres Conil. Grupo realizado en la población gaditana costera de Conil de la Frontera, con mujeres de edades comprendidas entre 37 y 42 años. Mayoría de amas de casa, excepto una dueña de un bar que lo trabajaba con su marido y otra auxiliar de clínica. Todas, excepto una, tienen dos o tres hijos, con edades comprendidas entre 7 y 21 años. La mitad tiene estudios primarios, la otra mitad COU o FP-I. Los maridos son autónomos, excepto uno que es empleado de banca. Los padres de las participantes son mayoritariamente autónomos y las madres, amas de casa.
3. Mujeres a dieta, Sevilla. Grupo realizado en Sevilla con mujeres que llevaban o habían llevado una dieta de reducción de peso durante un tiempo continuado –al menos un mes-, con edades comprendidas entre 39 y 50 años. Mayoría de amas de casa con dos trabajadoras –empleada de hogar, vendedora de cosmética-. Dispersión en nivel de estudios: sin estudios, primarios, bachillerato, FP-I. Todas tienen dos o tres hijos, con edades comprendidas entre los 11 y los 27 años.
4. Mujeres Dúrcal. Grupo realizado en Dúrcal (Granada) con mujeres de edades comprendidas entre 35 y 41 años. Todas tienen estudios primarios, excepto una con FP-I y otra –errores de la captación- con estudios universitarios. Todas son madres, con 1, 2 o 3 hijos, con edades comprendidas entre los 11 y los 17 años, estudiantes de primaria o secundaria, excepto una que comienza estudios universitarios. Sus maridos, con estudios primarios, tienen trabajos manuales, ninguno en la agricultura, como autónomos o asalariados –excepto el marido de la licenciada, profesor de instituto-. Los padres de las participantes son agricultores y las madres amas de casa, ambos con estudios primarios.
5. Mujeres Linares. Grupo realizado en Linares (Jaén) con mujeres de edades comprendidas entre 42 y 55 años. Todas tienen estudios primarios y son amas de casa –aunque varias ha tenido experiencias laborales previas-, excepto una con FP, rama sanitaria, que trabaja como auxiliar de clínica. Todas tienen hijos –entre 2 y 4- con edades que van de los 10 a los 30 años y situaciones muy diversas los mayores de 18 (estudiantes universitarios, en paro, técnicos, gestores...). Los cónyuges son obreros con estudios primarios, excepto uno, apoderado de banco. Sus padres, obreros o pequeña burguesía; sus madres, amas de casa; padres y madres tienen estudios primarios, en algún caso incompletos.
6. Mujeres trabajadoras Sevilla. Grupo realizado en Sevilla con mujeres de edades comprendidas entre 31 y 44 años. Excepto la más joven, soltera, todas están casadas y tienen 2 o 3 hijos, con edades comprendidas entre 3 y 15 años. Todas tienen estudios primarios, excepto la soltera, con BUP. Asalariadas con trabajos

manuales o en el comercio. Los cónyuges son trabajadores manuales –asalariados o autónomos-, con estudios primarios, excepto uno que tiene FP. Los padres de las participantes son o eran trabajadores manuales, las madres amas de casa, casi todos con estudios primarios o sin estudios.

7. Jóvenes universitarios Granada. Grupo realizado en Granada con estudiantes de universidad que, procedentes de fuera de Granada, vivieran en ese momento en pisos de estudiantes. Sus padres son obreros y empleados, con estudios primarios y medios.
8. Torredelcampo, Chicas. Grupo de chicas de 17-19 años, estudiantes de medias (ESO, FP, Bachillerato). Hijas de padres obreros y agricultores –excepto en un caso, agente comercial- y de madres amas de casa, con gran mayoría de estudios primarios y un par de casos con, bien el padre, bien la madre, estudios de BUP.
9. Pueblo de Jaén, pequeños agricultores. Grupo de agricultores, de 43-73 años (mayoría de mayores de 70 años), sin estudios en la mayoría de los casos (un par de ellos con primarios o certificado de escolaridad).
10. Calañas, jóvenes trabajadores. Grupo realizado en el pueblo onubense de Calañas, con trabajadores de 22-24 años, asalariados manuales o trabajadores en negocios familiares (bar, pescadería), con estudios primarios o secundarios, hijos de asalariados manuales o pequeños propietarios.
11. Hombres trabajadores, Granada. Trabajadores asalariados manuales (en un caso, pequeño propietario), casados con hijos, con estudios medios.

## BIBLIOGRAFÍA

- BEAUD, S, PIALOUX, M., 1999, *Retour sur la condition ouvrière. Enquête aux usines Peugeot de Sochaux-Montbéliard*, Paris, Fayard.
- BOLTANSKI, L., 1969, *Puericultura y moral de clase*, Barcelona, Laia.
- BOURDIEU, P., 1974, “Avenir de classe et causalité du probable”, *Revue française de sociologie*, nº 1, Vol. 15.
- BOURDIEU, P., 1980, *Le sens pratique*, Paris, Minuit.
- BOURDIEU, P., 1991, *La distinción. Criterio y bases sociales del gusto*, Madrid, Taurus.
- BOURDIEU, P., 1997, *Méditations pascaliennes*, Paris, Seuil.
- BOURDIEU, P., 1997b, *Razones prácticas. Sobre la teoría de la acción*, Barcelona, Anagrama.
- BOURDIEU, P., 2000, *Esquisse d'une théorie de la pratique précédé de trois études d'ethnologie kabyle*, Paris, Seuil.
- CHAMPAGNE, P., 2002, *L'héritage refusé. La crise de la reproduction sociale de la paysannerie française 1950-2000*, Paris, Seuil.
- CHARLES, N. y KERR, M., 1988, *Women, food and families*, Manchester, Manchester University Press.
- ELIAS, N., 1973, *La dynamique de l'Occident*, Paris, Calmann-Lévy.
- ELIAS, N.; SCOTSON J. L., 1997, *Logiques de l'exclusion*, Paris, Fayard.
- GARABAU-MOUSSAOUI, I., 2002, *Cuisine et indépendances, jeunesse et alimentation*, Paris, L'Harmattan.
- GERMOV, John; WILLIAMS, Lauren, 1996, “The Epidemic of Dieting Women: The Need for a Sociological Approach to Food and Nutrition”, *Appetite*, 27, pp. 97-108.

- GOFFMAN, E., 1974, *Frame Analysis. An Essay on the Organization of Experience*, Nueva York, Harper & Row.
- GRANDE COVIÁN, F., 1996, *Nutrición y salud. Mitos, peligros y errores de las dietas de adelgazamiento*, Barcelona, Planeta-Agostini.
- GRIGNON, C., 1999, “La règle, la mode et le travail : la genèse sociale du modèle du repas français contemporain”, M. AYMARD, C. GRIGNON, F. SABBAN (dirs.), *Le temps de manger. Alimentation, emploi du temps et rythmes sociaux*, Paris, Maison des sciences de l’homme/INRA.
- GRIGNON, C., GRUEL, L., 1999, *La vie étudiante*, Paris, PUF.
- GRIGNON, C. GRIGNON C. [Christiane], 1980, “Styles alimentaires et goûts populaires”, *Revue française de sociologie*, XXI.
- HOGGART, R., 1970, *La culture du pauvre. Étude sur le style de vie des classes populaires en Angleterre*, Paris, Minuit.
- LAHIRE, B., 2004, *La culture des individus. Dissonances culturelles et distinction de soi*, Paris, La Découverte.
- LEVENSTEIN, H., 1988, *Revolution at the Table. The Transformation of the American Diet*, New York, Oxford University Press.
- LEVENSTEIN, H., 2003. *Paradox of Plenty. A Social History of Eating in Modern America*, Berkeley-Los Angeles, University of California Press.
- MARTÍN CRIADO, E., 1998, *Producir la juventud. Crítica de la sociología de la juventud*, Madrid, Ed. Istmo.
- MARTIN CRIADO, E., 2000, “Del respeto a la confianza”, en E. Martín Criado, C. Gómez Bueno, F. Fernández Palomares y A. Rodríguez Monge, *Familias de clase obrera y escuela*, Donostia, Iralka.
- MORENO PESTAÑA, J.L., 2004, “Cuerpo, género y clase en Pierre Bourdieu”, en LE. Alonso, E. Martín Criado, J. L. Moreno Pestaña (eds.), *Pierre Bourdieu. Las herramientas del sociólogo*, Madrid, Fundamentos.



- MORENO PESTAÑA, J.L., 2005, “Jerarquías corporales, discursos científicos y construcción de identidad en los trastornos alimentarios ” en N. Corral (coord.), *Nadie sabe lo que puede un cuerpo*, Madrid, Talasa.
- PASSERON, J.C., 1991, *Le Raisonnement sociologique. L'espace non-poppérien du raisonnement naturel*, París, Nathan.
- POVEY, R., CONNER, M., SPARKS, P., JAMES, R. y SHEPHERD, R., 1998, “Interpretations of healthy and unhealthy eating, and implications for dietary change”, *Health Education Research*, Vol.13 no.2, pp.171–183.
- POULAIN, J.-P., 2002, *Sociologies de l'alimentation*, Paris, PUF.
- SCHLOSSER, E., 2003, *Fast Food*, Barcelona, DeBolsillo.
- SCHWARTZ, O., 2002, *Le monde privé des ouvriers. Hommes et femmes du Nord*, Paris, PUF.
- VALIENTE FERNÁNDEZ, C., 1997, “¿Algo más que “ganadores del pan”? El papel de los hombres en el ámbito familiar en España (1975-1996)”, *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, num 79, pp. 221-243.
- YOUNG, M.; WILLMOT, P., 1986, *Family and Kinship in East London*, Londres, Penguin Books.



[www.juntadeandalucia.es/salud](http://www.juntadeandalucia.es/salud)