

ESTUDIO ALIMENTARIO SOBRE LA COMENSALIDAD EN LA CIUDAD AUTÓNOMA DE BUENOS AIRES Y SU PERIURBANO

**Mariano Daniel Jäger¹, María Carolina Feito², Julie Le Gall³,
Noelia Vera⁴; Romina Martínez⁵ y Verónica Castellano⁶ y Gabriel Parellada⁷**

Los autores agradecemos muy especialmente a todas aquellas personas que nos abrieron las puertas de sus hogares, nos presentaron a sus familias, nos permitieron sentarnos a sus mesas, nos mostraron el contenido de sus alacenas y heladeras y dedicaron largas horas de su tiempo a otorgarnos intensos e importantes relatos sobre cuestiones tan personales e íntimas como el comer. Sin su desinteresada y valiosa colaboración, no habiéramos podido realizar el trabajo de investigación que aquí presentamos.

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo es el resultado de parte de un estudio más abarcativo que fue financiado por Nutricia- Bagó Early Life Nutrition y Danone Argentina SA , en el que el Centro Argentino de Desarrollo Sustentable (CADDES) estudió las prácticas y significados del consumo de alimentos de familias que residen en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y en el periurbano que la rodea, haciendo foco en las prácticas vinculadas al cuidado de la salud y en los alimentos lácteos. Se estudió

¹ Presidente del Centro Argentino de Desarrollo Sustentable (CADDES). Director Instituto de Medio Ambiente de la Universidad Nacional de La Matanza (UNLaM).

² Asesora del Centro Argentino de Desarrollo Sustentable (CADDES). Docente de la Universidad Nacional de La Matanza (UNLaM).

³ Investigadora del Centre de Coopération Internationale en Recherche Agronomique pour le Development (CIRAD).

⁴ Investigadora del Centro Argentino de Desarrollo Sustentable (CADDES). Docente de la Universidad Nacional de La Matanza (UNLaM).

⁵ Investigadora del Centro Argentino de Desarrollo Sustentable (CADDES). Profesora de Antropología de la Universidad de Buenos Aires (UBA) y en la Universidad Nacional de José C. PAZ (UNPaZ). Plan Nacional de Seguridad Alimentaria del Ministerio de Desarrollo de la Nación.

⁶ Investigadora del Centro Argentino de Desarrollo Sustentable (CADDES). Docente de la Universidad de Buenos Aires (UBA).

⁷ Especialista en temas de microeconomía y consumo de alimentos, cuencas lecheras e industria láctea. Instituto Nacional de Tecnología agropecuaria. Coordinador de investigación del CICPES.

particularmente la relación entre los contextos socioeconómicos de sustentabilidad del sistema alimentario de la metrópolis y la representación que la gente tiene sobre la comida y la bebida, respecto de su propia salud, y más específicamente en torno a los menores (bebés, niños y adolescentes).

La investigación permitió conocer los significados que la gente da a los alimentos y sus prácticas alimentarias. En este trabajo se presentan los resultados en lo que hace a qué comen y beben y cómo y cuándo lo hacen.

Para el estudio realizado entendimos por sustentabilidad alimentaria a aquella que no daña el medioambiente, es lo menos artificial posible y económicamente no representa ningún tipo de explotación. De esta forma se contempla la sustentabilidad del medioambiente, así como de la producción agropecuaria, y del consumo. Se trata de una concepción holística del desarrollo sustentable aplicada a la alimentación.

El Contexto geográfico

El área de estudio fue la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y su periurbano. En este espacio las desigualdades y heterogeneidades sociales y/o socioeconómicas tienen también una expresión espacial determinada. Obviamente esto se refleja también en las desigualdades a nivel alimentario. Las estadísticas para medir estas desigualdades con precisión no siempre están disponibles. Es ante esta situación que la investigación debe basarse en la bibliografía y el conocimiento preliminar respecto a los criterios que influyen la situación de inseguridad alimentaria: nivel de ingresos, tipo de empleo, nivel educativo del jefe de hogar y de las mujeres, edad, composición familia, etc..(Sen, 1981 ; Brunel, 2005).

Se estratificó socioeconómicamente el área de estudio y a las aglomeraciones urbanas que la integran revisando un grupo de indicadores habitualmente utilizados por la literatura especializada para abordar estudios de estratificación social.

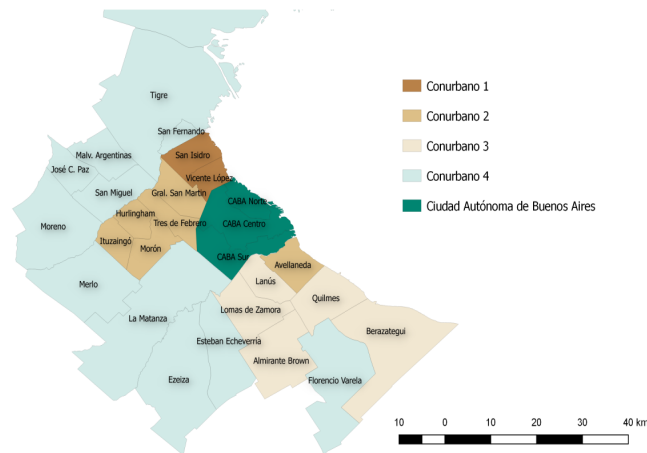
Para estratificar el área de estudio se realizó una identificación de dimensiones e indicadores en base a fuentes seleccionadas para visibilizar la ubicación espacial de grupos con dinámicas sociales diferenciadas.

Las dimensiones consideradas para el tratamiento estadístico de cada una de las áreas fueron las que se presentan en el **Cuadro N°1**.

Cuadro N°1: Dimensiones consideradas para el tratamiento estadístico de cada una de las áreas	
Número	Dimensión
1	Características de las viviendas
2	Composición demográfica de los hogares
3	Características educativas de la población

4	Atributos de inserción en el mundo laboral
5	Indicadores de condiciones de vida

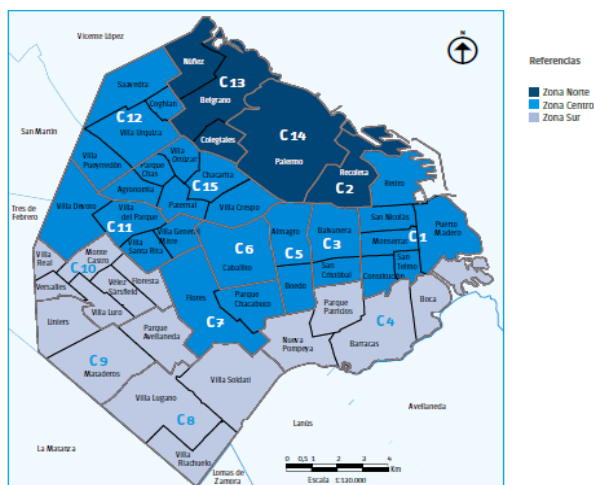
Referencias. 24 Partidos del Gran Buenos Aires y Ciudad Autónoma de Buenos Aires.



Las zonas

La idea de heterogeneidad alude a la existencia de diferentes situaciones sociales y económicas en las que se encuentra la población de un determinado territorio, y estas situaciones están, por lo general, referidas a una desigualdad, en términos de carencia o logro, que supone una diferenciación relativa (mejor/peor) respecto de un patrón o juicio basado en los valores predominantes en una sociedad determinada (Carello y Moreno, 2007)⁸.

En base a estos criterios y a las dimensiones consideradas enumeradas en el **Cuadro N°1**, para la Ciudad de Buenos Aires se reconocieron tres zonas: Norte, Centro y Sur.



Administrativa en la ciudad de Buenos Aires: ¿nueva
 'gentinas de Estudios de Población. Asociación de
 rodo, 2007.

Para los Partidos del Conurbano Bonaerense se reconocen cuatro cordones denominados Conurbano 1, Conurbano 2, Conurbano 3 y Conurbano 4⁹

El objetivo

El objetivo general del estudio del cual se desprende el presente artículo fue abordar prácticas y significados relacionados con la preparación y consumo de alimentos en familias que residen en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA) y en el periurbano que la rodea, focalizando en la sostenibilidad del sistema alimentario de la metrópolis, en relación con la sustentabilidad de la alimentación y cómo la gente percibe esta última, respecto de su propia salud.

La hipótesis

El cambio en consumo de lácteos en la adolescencia, así como el cambio en la alimentación de los niños al incorporarse a la mesa familiar y los itinerarios alimentarios son el ingreso a la escuela primaria y su egreso, dependen en gran medida del ámbito geográfico en el que residen, del nivel socioeconómico (ingresos, clase social, formas de sociabilidad cotidiana, nivel educativo) y de la composición familiar y sus relaciones y sociales.

Se supuso también que la construcción de las representaciones y significados atribuidos a los distintos alimentos está influenciada por la globalización de los patrones de consumo.

La metodología

La investigación se planteó desde un abordaje cualitativo, conocido como enfoque etnográfico, centrado en el estudio de narrativas y prácticas de los sujetos y en la reconstrucción de sus trayectorias de vida (Geertz 1992; Guber 1991). Este enfoque busca comprender los fenómenos sociales desde la perspectiva de sus miembros.

El relevamiento de los datos se obtuvo a partir de la aplicación de las técnicas de entrevistas en profundidad y semiestructuradas de modo de permitir el acceso a las experiencias y subjetividades de los actores sociales: la gente habla de lo que sabe, piensa, opina, siente y cree en el contexto de una situación dada de la que se obtiene información sobre algo interrogando. Se parte del supuesto de que el

⁹ Para mayor detalle ver Morano, C. y Lorenzetti, A. (1994) Conurbano Bonaerense. Los distintos espacios sociales y sus personificaciones socioeconómicas. Evolución reciente. Congreso Nacional de Estudios del Trabajo.

Maceira, V. (2012) *Notas para una caracterización del Área Metropolitana de Buenos Aires*. Boletín Informativo. Observatorio das Metropoles. Año III, Número 224, febrero. Instituto Nacional de Ciencia y Tecnología, Brasil.

sentido de la vida social se expresa a través de discursos informales tales como comentarios, anécdotas y conversaciones.

Otra de las características de esta técnica es que quien entrevista participa de la situación de activamente asumiendo una mayor iniciativa en cuanto a la forma de preguntar; se combinan preguntas preestablecidas con nuevos interrogantes que surgen durante la entrevista y propician la expresión de temáticas, términos y conceptos significativos para el entrevistado.

Dada la complejidad del acto alimentario, este enfoque nos permitió tener una visión holística y profunda de la complejidad de la vida social: aspectos económico-productivos influenciados por aspectos sociales, políticos y culturales.

Con la técnica utilizada se produce una cierta conjunción entre un ámbito físico, las personas y las actividades; un recorte de lo real efectuado por el investigador, que se compone no solamente de fenómenos observables, sino también de prácticas y nociones, conductas y representaciones, es decir, la significación que los sujetos le asignan a su entorno y a la trama de acciones que los involucra. A los hechos presentes observados por el investigador se suman hechos pasados a los que pueden referirse representaciones y nociones.

Para la obtención de información, no partimos de un modelo teórico acabado con categorías conceptuales preestablecidas, pues creemos que la problemática de nuestro interés se especifica en el contexto elegido. Para el desempeño de nuestro trabajo de campo utilizamos la no directividad a través de técnicas no invasoras.

La relación del investigador con sus informantes expresa la bidireccionalidad del proceso de conocimiento a través de la retroalimentación.

En nuestro caso, la observación participante ha sido limitada, lo que no impidió una observación aguda de los espacios de vida de los informantes (barrio, casa, lugar de la casa donde se llevó a cabo la investigación, situación de interacción).

Para la realización de nuestras entrevistas consideramos el hecho de "dejar hablar" al informante, retomando constantemente sus aportes como técnica de motivación.

En el registro de la información, realizamos una reconstrucción *a posteriori* de cada sesión de campo, listando los temas abordados y una detallada transcripción de la situación del encuentro y además destacamos los aportes del documento oral como una valiosa fuente de información.

La guía

La encuesta se desarrolló sobre la base de una guía de entrevista de 6 secciones que debió ser ajustada 3 veces de forma de responder a la doble exigencia de:

- ✓ Indagar respecto de las prácticas y significados del consumo de alimentos en familia, al vínculo entre la sostenibilidad del sistema alimentario y de la alimentación y la salud del ser humano, al rol del entorno alimentario en la forma de alimentarse como individuos y familia, al valor de los productos lácteos dentro de un proceso global de transición y,
- ✓ Responder a las preguntas *que el Grupo Danone* esperaba responderse a través del estudio.

Como resultado y respondiendo a las necesidades la guía desarrollada tiene 6 secciones:

- i. Relatos
- ii. Asociación de ideas
- iii. Línea de vida
- iv. Mapa de compras
- v. Preguntas generales
- vi. Perfil

El trabajo de campo

El trabajo de campo se confió a tres encuestadoras, a las que se sumó, al final del proyecto, una de las investigadoras principales del equipo.

Las seis secciones de la guía constituyen un bloque, sin embargo, el encuestador tuvo la libertad de llevar a cabo la entrevista hacia dónde y durante el tiempo que desea.

La información recabada representa el relevamiento de 24 horas de comida por lo que la primera pregunta que se hizo fue: ¿podés contarme tu comida / bebida desde ayer? Luego, las siguientes preguntas van a derivan de “ayer” hacia otras situaciones.

La muestra

Seleccionamos dos criterios para la confección de la muestra:

- El **muestreo por cuotas** que tiene como finalidad “representar al total de la población a través del establecimiento de sectores proporcionales o cuotas que reflejen las diferentes categorías que son características en el universo que se vaya a estudiar” (Ander Egg, 1995).
- El **muestreo bola de nieve**, que se logra a través de amigos, parientes, contactos personales y conocidos (Serbia, 2007).

En el **Cuadro N°3** se presentan las características de las cuotas de hogares a entrevistar.

Cuadro N°3: Cuotas de hogares identificadas al principio de la encuesta.	
Tipo de familias - 1/3 de familias - madres con bebés (< 2 años) - 1/3 de familias con niños y adolescentes (puede haber bebés también) - 1/3 de familias particulares: padres, monoparentales...	Residencia - 1/3 de hogares en espacios urbanos - 1/3 de hogares en espacios periurbanos urbanos - 1/3 de hogares en espacios periurbanos rurales
Tipo de ingresos - 1/3 de hogares ingresos bajos (< 15000) - 1/3 de hogares ingresos medios (15000-50000) - 1/3 de hogares ingresos altos	

(>50000)	
----------	--

Por el tiempo que se disponía, dos meses para el trabajo de campo, y con los medios humanos disponibles, se pensó en un principio en hacer treinta entrevistas. La muestra final contó con treinta y cinco personas entrevistadas, repartidas entre los distintos criterios, como lo muestran los siguientes cuadros. En todos los casos el número de entrevistas (N) fue 35.

Cuadro N° 4: Zona – Lugar de residencia		
Urbana	17	Floresta, Liniers, Balvanera, Belgrano, Villa Crespo, Flores Sur, Villa del Parque, Almagro, Villa Santa Rita.
Periurbana urbana	11	Los Aromos, Libertad, Ramos Mejía, Ciudadela, Castelar, Lomas del Mirador, Francisco Álvarez, Villa Ballester, Barrio Nuevo.
Periurbana rural	7	Los Hornos, Jáureguí, Gonzalez Catán, Ezeiza.

Cuadro N° 5: Nivel de ingresos del grupo familiar (pesos argentinos en marzo de 2018)		
Bajo	12	Menos de \$ 15.000. NB: varias personas entrevistadas declaran ingresos muy por debajo de los \$ 15.000, que los ubican muy por debajo de la línea de pobreza.
Medio bajo	5	Entre \$ 15.000 y \$ 25.000
Medio alto	7	Entre \$ 25.000 y \$ 50.000
Alto	11	Más de \$ 50.000

Cuadro N°6: Características de las familias entrevistadas (número de familias)	
Monoparentales	12
No monoparentales	23
Con bebé 0-1 año	11
Con adolescentes	8
Cuadro N°7: Características de las	

madres entrevistadas (número de madres)	
Primerizas	11
Amamantando	12
Cuadro N°8: Características de la persona entrevista	
De edad > 45	8
Mujeres entrevistadas	26
Hombres entrevistados	2
Parejas entrevistadas	7
Chicos presentes	16
Migrantes	4
Restricciones alimentarias	8

Se bebieron considerar muestra.

tres límites a la

- La dificultad de encontrar familias que responder a las preguntas
- La dificultad de encontrar madres con bebés que quisieran responder ya que la entrevista puede durar hasta cuatro horas.
- La dificultad de encontrar padres de familia solos. La búsqueda de personas susceptibles de responder a las encuestas nos llevó a las madres de familia. En las entrevistas efectuadas en presencia de los padres o con los padres, esta rara vez demostraron interés por la temática alimentaria.

encontrar
acepten

Dada e tiempo en que debió realizarse el estudio, no pudo respetarse el objetivo inicial de concentrarse en zonas geográficas de características diferentes entre ellas, aunque lo suficientemente homogéneas socialmente y estadísticamente. A propósito entonces buscamos madres con bebés a los que estuviesen amamantando o padres solos, sin tener éxito en este segundo punto, con niveles de ingresos altos, sin importar cuál fuese el lugar de residencia.

La Comensalidad

Para comprender por qué la gente come lo que como come y como lo hace, hay que estudiar que se piensa acerca la forma en que los alimentos se comparten, considerando que el momento de compartir la comida es un momento privilegiado de la reproducción física y social de individuos y grupos.

¿Qué se come en la cotidianeidad?

En la comida cotidiana, los alimentos más mencionados en las entrevistas para el desayuno fueron: en los sectores de ingresos medios y altos, una marca líder de yogur local y las galletitas. Los sectores de ingresos bajos lo refieren muy poco, en general desayunan con mate cocido y pan. En todos los sectores de ingresos, si los niños van a escuela pública, no desayunan en casa sino en la escuela, generalmente, yogur bebible. Para las meriendas, considerando la misma como la comida de la tarde, la mayoría de los entrevistados refiere consumir estos alimentos, individualmente o combinados entre ellos: fruta/galletita/yogur. No encontramos testimonios que refieran a meriendas saladas.

En el almuerzo y cena, se mencionó variedad de comidas: arroz con tuco y papa; fideos con tuco; pollo al horno; milanesa pollo carne o pescado; hamburguesas caseras; pizza ;guiso y polenta.

Las familias de menores ingresos que residen en el periurbano rural, refieren comer “lo que más llena”, es decir comidas como: sopas y guisos. Siempre platos rindidores, de olla.

Las bebidas más comunes del almuerzo y la cena son: agua; jugo; muy ocasionalmente segundas marca de gaseosa y muy excepcionalmente primeras. También es ocasional el consumo de cerveza-vino.

Es interesante que tanto las bebidas gaseosas como las alcohólicas no ocupan lugar en la mesa cotidiana. No pudimos detectar un patrón de combinación de alimentos en almuerzos y cenas. El menú no se planifica, se define en el momento. Esto podría relacionarse con la falta de tiempo para cocinar en las familias, situación en general asociada a los trabajos de horario completo. En general, no detectamos en los testimonios la presencia de un postre luego de los platos principales.

Generalmente, la madre tiene un concepto diferente al de los demás miembros de la familia, especialmente el padre, sobre qué bebida se toma en la comida cotidiana. Para ella, se debe tomar agua. Las madres que contestaron de esta forma, dicen que el agua es más “sana”, y que los niños no deberían tomar gaseosa habitualmente porque “no es sana”; el padre acepta en cambio la gaseosa. Esto a veces genera conflictos en la mesa, por la dificultad expresada por la madre de tener que explicarle a los hijos que sólo el padre puede tomar gaseosa.

Los entrevistados refieren realizar dos comidas diarias: el almuerzo, que se realiza entre las 12 hs. y las 14 hs. aproximadamente y la cena que se come entre 20 y 22 hs. aproximadamente. El desayuno no se toma como una “comida” y la merienda, es referida en algunos testimonios como “picoteo”.

Es significativo y destacable que en ningún testimonio de la muestra surgió la importancia de hidratarse tomando agua, más bien hay una falta de conciencia de la necesidad de tomar agua. Los entrevistados refieren tomar infusiones como té, mate o mate cocido varias veces por día pero al preguntarles si las consideran como hidratación, responden que no. En las representaciones de los entrevistados, no se vislumbra relación entre las aguas y las infusiones. No se pudo inferir de los testimonios recogidos cuál es el rol de las infusiones¹⁰.

Las porciones son generalmente más grandes para el padre o los hijos varones presentes, a quienes, además, se suele servir primero. Después de ellos, no encontramos en los testimonios un orden específico de servir a los demás integrantes de la familia.

El contenido de la canasta familiar en la mayoría de los casos está determinado por el ingreso familiar, en consecuencia, la elección de los alimentos también se hace en función del rendimiento y la practicidad. Se cocina de acuerdo al presupuesto.

La mayoría de los testimonios relevados refieren el consumo de una dieta variada en tipos y grupos de alimentos, destacándose la importancia de variar el gusto, diversificando la oferta de alimentos.

Por variación se entiende consumir alimentos de los distintos grupos: cereales y derivados, verduras y frutas, lácteos, carnes y huevos, aceites y grasas, azúcares y dulces. El gusto se transmite de padres a hijos. El niño aprenderá los gustos de acuerdo al gusto de sus padres. Las madres intentan cocinar combinando estos distintos grupos de alimentos en la dieta cotidiana de la familia, intentando no repetir muy seguido el mismo grupo (por ejemplo, cocinando platos un día a base de carne, al otro día, pastas, al siguiente, verduras, etc.). Algunas madres dicen que, de este modo, pueden tener más contentos a todos los miembros de la familia, porque cocinan considerando distintos tipos de alimentos “yo busco que les guste a todos”. Esto podría ilustrarse con el conocido refrán popular, aplicado a distintas situaciones, no sólo la alimentación: “en la variedad está el gusto”.

Las ocasiones especiales

Distinta es la situación de las comidas en ocasiones especiales. La ocasión especial mencionada por excelencia en casi todos los entrevistados es el cumpleaños. Secundariamente, otras ocasiones especiales mencionadas son: que

¹⁰ Es notable el reciente interés por el estudio científico de las propiedades funcionales de uno de los alimentos- emblema de los argentinos: la yerba mate. Desde 2013, el Instituto Nacional de la Yerba Mate organiza las jornadas científicas Yerba Mate y Salud en distintas facultades de Medicina de diferentes universidades del país. Al respecto, ver: <http://www.inym.org.ar/cada-vez-son-mas-las-investigaciones-cientificas-sobre-yerba-mate-y-salud/>

vengan parientes (especialmente en familias de migrantes, cuando los visitan sus parientes desde sus lugares de origen) o amigos; cuando hay plata; cuando se cocina algo que hace mucho no comen; cuando la situación es más relajada ya que no hay que levantarse temprano o la comida semanal en casa de abuelos paternos o maternos.

Los tipos de comidas más mencionadas en estas ocasiones son tres: asado, pizza o empanadas. En los testimonios se reflejan diferencias de género que a su vez, muestran el perfil cultural machista de la sociedad: el asado siempre lo preparan los hombres; las empanadas y las pizzas son cocinadas por mujeres. Mientras que el hombre asador merece la famosa frase popular “un aplauso para el asador”, la mujer “amasa la masa” y por lo general no recibe las mismas palmas. Esta situación no es percibida como desaire por las mujeres, sino que expresan que cocinan para poner contentos a los demás miembros de la familia. Este rol de cocinera se transmite a las niñas, con lo cual se puede prever que en futuro próximo no habrá cambios en la equidad de género en este sentido del cocinar.

Para los niños, se suelen servir comidas prácticas, que puedan autoservirse y comer con la mano, sin necesidad de platos: salchichas y/o papas fritas. Las bebidas más mencionadas son: algo de alcohol (cerveza, vino, aperitivos como Gancia o Fernet) y para los niños, la bebida más nombrada para comidas especiales es la gaseosa. Las madres pueden tener trucos muy creativos para lograr que los niños coman determinados grupos de alimentos que no les gustan, como por ejemplo, mezclar las verduras pisadas en el puré de papas, dándole un color verde a parte del plato, que llama la atención a los niños. Si les dan las verduras solas, sin mezclar, dicen que no las comen. De este modo, las madres establecen estrategias de negociación, prometiendo a los niños algún premio tal como ver televisión un rato más, estar jugando en la computadora después de comer en lugar de ir a la cama inmediatamente, etc., para que los niños coman determinados alimentos. Esto, en función de lo ya comentado de la estrategia de diversificar la ingesta familiar para que todos los integrantes de la familia puedan comer variado.

A continuación se presentan frases textuales de los relatos para ilustrar lo dicho:

“ocasión especial, cuando vienen todos mis familiares o algún cumpleaños se comen empanadas y se toma gaseosa y vino”

“ocasión especial, cumpleaños. O una juntada con tiempo libre. La comida es muy elaborada, ñoquis caseros. Se toma gaseosa de lima limón, jugo agua saborizada. Placer y cerveza”.

“Una comida especial la hacemos según sea la distribución de la semana, o sándwiches de carne, o se pide pizza. También están los típicos snacks que todos consumimos, no lo voy a negar, picadas que se hacen en casa.”

“Una comida en una ocasión especial, es un asado. Una ocasión especial es que vengan parientes. Cuando hacemos asado, se toma más tiempo

para preparar y para hacer las ensaladas. A veces nos juntábamos a tomar los sábados por la tarde, hacíamos algo al horno, comíamos algo y tomábamos X¹¹"

"Pizza o empanadas con amigos, asado o ñoquis. O pedimos comida china. Las bebidas de las reuniones con amigos suelen ser cerveza o vino, antes éramos más de Fernet (no tanto por el precio) con gaseosa o gaseosa y agua saborizada, en algunas ocasiones hago peceto y preparo yo los sandwiches, porque los de miga son muy caros, antes sí podíamos comprarlos. Otra opción es que mi esposo haga parrillada y después hacer sándwiches con eso. Se toma vino, cerveza, aguas saborizadas y gaseosas, pero trato de que no haya tanta gaseosa. No hay menú especial para los chicos".

"En los cumpleaños de los chicos preparo empanadas de jamón y queso y últimamente pongo frutas como cereza, melón, almohaditas, y los chicos lo comen, les gusta. Los padres se copan, me comentaron que estaba buena la idea, algunos lo replican. Yo no sirvo panchos, sino salchicha sola y algo de papas fritas."

"Especial es los fines de semana, pescado, cortes de pollo o falda, todo a la parrilla".

"Especial es porque o es algo que hace mucho no comemos, es un cumpleaños o cuando hay plata. Comemos pizza o empanadas caseras, milanesa napolitana. Bebida gaseosa o jugo, cumpleaños de adultos, cerveza".

"Los chicos piden mucha gaseosa en los cumpleaños, tuve que ir en el último a comprar porque había puesto solo jugo, no puede no haber gaseosa".

También se considera comida especial a las comidas compradas:

"Compramos ya hecho, pollo frito, milanesa, comida boliviana por la familia de ella, a los chicos les gusta salchipapa, pero sólo cuando se puede, ahora está todo caro"

Algunos mencionan cocinar con lácteos en ocasiones especiales:

"Receta con lácteos es un postre casero, cuando vienen visitas".

¹¹ Bebida alcohólica.

Salir a comer afuera

El lugar más mencionado para salir a comer es una cadena de hamburgueserías famosa a nivel mundial. Lo siguen a este las pizzerías, los restaurantes étnicos y comprar comida con entrega a domicilio (aunque sea en el mismo hogar, el concepto emic es “comer afuera”).

No se ha podido establecer una jerarquía de lugares para salir a comer, como tampoco los tipos de platos específicos que se consumen en una salida a comer afuera. Los entrevistados hicieron más foco en las respuestas en las modalidades de comer que en los tipos de alimentos consumidos.

Para la población entrevistada de ingresos medios y altos, la salida para comer no es muy habitual, y es considerada también como especial, se realiza en las ocasiones definidas emic como especiales: cumpleaños, visitas de parientes residentes en otros lugares, etc.

La población entrevistada de bajos ingresos, no sale a comer afuera, muchos no lo hicieron jamás, y esto se explica claramente por su restricción presupuestaria. Para estos entrevistados, salir a comer afuera representa un sueño o una expectativa que se sabe que rara vez se podrá cumplir. Un viejo chiste popular refleja muy bien esta situación: el marido le dice a la mujer “vieja, saca la mesa al patio”, ya que la única posibilidad de “comer afuera” es comer al aire libre, pero dentro de la misma casa.

Por otra parte, algunas familias de ingresos altos, tampoco suelen salir a comer a restaurantes por desconfianza sobre lo que se prepara y se sirve fuera de la casa.

Las salidas a comer proporcionan una ocasión de relajación respecto de la preparación de la mesa y de las comidas, relevando a la madre de las actividades relacionadas con esta función.

Las familias con bebés, hasta dos años, no pueden ir a comer afuera, dado que no se cumple la función esencial de la salida que es relajarse, disfrutar un rato en familia y pasarla bien: no se relajan, lo perciben como negativo. Algunos testimonios textuales sobre esto son:

“Hace dos años que no salimos, por el bebé”.

“Iba con mi pareja a X¹² Antes de tener a mi bebé. Iba cuando había plata. Iba embarazada. Iba mucho.”

“No podemos ir a comer afuera desde que nació el bebé, porque la logística de él ... todo lo que hay que llevar para estar sólo un rato... si era muy chiquito no queríamos ir a un lugar de tanta gente y ahora con el frío tampoco. Si vamos a casa de amigos, yo voy con el tupper y le llevo para procesar, se le lleva una sillita que se incorpora a las sillas normales o pasa de brazo en brazo, que le encanta y mientras vamos charlando vamos

¹² hamburguesería famosa a nivel mundial.

embuchándolo, sino en otros momentos pasa al piso o en brazos. Pero no fuimos a comer a restaurante con el bebé.”

La desconfianza en las comidas preparadas por extraños, de las cuales no se conocen la proveniencia de los ingredientes ni la forma de cocinarlos, es un factor que hace que las familias eviten comer fuera de la casa. Estas expresiones muestran cierto valor a la comida “hecha en casa”, en las cuales uno mismo selecciona los ingredientes y la forma de preparación. Un testimonio elocuente sobre esto fue:

“Muy rara vez voy a comer afuera, porque soy muy desconfiada, ya no recuerdo cuándo fue la última vez que fui a comer afuera”.

Para las familias con niños, salir a comer es una de las salidas habituales para que los chicos tengan entretenimiento y diversión, y como los entrevistados consideran que la comida no entretiene a los chicos, hay que agregar que el lugar tenga elementos para niños (juegos, peloteros, animación). Para ellos, es más importante jugar que comer, según sus padres.

La salida a comer afuera, aunque en algunos casos puede no ser considerada por sus protagonistas como una “ocasión especial”, tiene similitudes con la ocasión especial, dadas sus características de buscar relajación, diversión, entretenimiento, ser atendido, no preparar la comida, no poner la mesa, no lavar los platos, es percibida como un premio o un gusto, algo que otorga mucho placer.

La comensalidad

Esa parte trata tanto de la preparación, del comportamiento en la mesa y de la comensalidad, como del rol de cada integrante de la familia.

En cuanto a cómo son los comportamientos en la situación de la comida y los roles de cada uno de los integrantes de la familia, se pueden realizar las siguientes generalizaciones, de acuerdo a los testimonios relevados:

- Se sirve primero al papá o al hijo varón en caso de mujer en hogar monoparental una porción más grande o se les ofrece repetir.
- La mujer es en casi todos los casos quien prepara la comida, muy pocos refirieron ayuda de los maridos y/o de los niños. A veces pueden repartirse las tareas domésticas: la madre cocina y el padre o adolescentes lavan los platos.
- En las familias de ingresos medios y altos, la comida que se comparte en el cotidiano es la cena, es cuando se produce la reunión familiar y se puede conversar sobre los problemas o situaciones de cada uno de los miembros.

- El almuerzo se pasa en el trabajo con compañeros de trabajo en la oficina, a veces en el mismo escritorio una vianda llevada de la casa, o comprada en el momento cerca del trabajo, o se sale cerca del trabajo solo o con compañeros.
- No es frecuente el regreso a la casa a almorzar, debido a las distancias entre el trabajo y la casa. En el caso de tener la casa cerca, la suma del tiempo que lleva el transporte hasta la misma, el tiempo de preparar algo para almorzar (ya que en la mayoría de los casos, la persona que prepara las comidas también está fuera en su trabajo) más el tiempo de comer, más el tiempo de regreso al trabajo, hacen que en la mayoría de los casos no valga la pena regresar a almorzar.
- En la comida referenciada como la que se comparte en familia, que es la cena, comen todos juntos.
- Las mujeres que se quedan solas en la casa porque no trabajan y los niños almuerzan en la escuela, comen solas o directamente no almuerzan por no cocinar, picotean antes de la cena.
- En las familias de ingresos bajos, se comparte el almuerzo.
- En las familias con bebés les sirven primero a ellos y los adultos, niños y/o adolescentes comen después. A los bebés les da de comer generalmente la madre, pero encontramos casos en los que el padre le da de comer mientras la madre cocina para el resto de la familia. Esto dura aproximadamente unos 20 minutos, media hora.
- En general no se refieren conflictos durante las comidas; los que se mencionaron fueron entre el marido que quiere un plato muy preparado al llegar del trabajo y la mujer que no quiere cocinar elaborado aunque ella también trabaje.
- Se pueden producir tensiones porque algunos miembros prefieren otro tipo de comida que la que eligió y preparó la madre o porque los niños quieren comer lo permitido para los adolescentes. Ejemplo de esto son las comidas más condimentadas, con picantes o los fritos.
- Las sobras de las comidas tienen un tratamiento diferencial según los ingresos: en las familias de ingresos altos, se freezan para el día siguiente para llevarse como vianda al trabajo; en familias de ingresos bajos, en todos los casos refieren que no sobra nada.

Los Horarios

Respecto de los horarios de las comidas, si hay bebés se cena más temprano por la atención que requiere el mismo para darle la comida, la madre no puede comer al mismo tiempo.

Se suele dar de comer al bebé alrededor de las 20 hs., porque los padres finalizan la jornada laboral entre las 17 y las 18 hs., y entonces, suelen llegar de regreso a sus hogares entre las 18.30 y las 19.30 hs.. Si hay niños, también se adelanta el horario de cena, sobre todo si los niños almuerzan en la escuela, porque almuerzan muy temprano y entonces tienen hambre más temprano, al fin de la tarde, a las 20 hs. como máximo. En cambio, si son parejas con niños más grandes o adolescentes, la cena se posterga hasta las 21 o 22 horas. Esto muestra cierta adaptación de las familias al ritmo institucional de la escuela y el trabajo, para poder organizar la estrategia cotidiana de las comidas.

Así lo reflejan algunos testimonios:

- ✓ *“No comemos en la casa, sino que al mediodía, sale la nena del colegio y la llevo a mi trabajo y ahí comemos. Pero los fines de semana, cuando estoy en casa hago polenta o guiso o fideos hervidos”.*
- ✓ *«Siempre está la tele y mi nena está con el celular viendo videos. Hacemos dos comidas diarias, yo no como nada ni al levantarme ni antes de acostarme. Los nenes comen conmigo, porque tanto a la más grande como al nene les tengo que dar de comer yo. Primero comen los niños, se les sirve primero. La comida no se planifica. Sí hay conflictos, siempre por ganas de cocinar, él (el marido) quiere comer un pastel de papa y yo un fideo con tuco”.*
- ✓ *“No sobra nada, la comida no se planifica, depende de la plata que tengo en el momento y lo que me alcance.”*
- ✓ *“Generalmente comemos mi marido y yo al mismo tiempo, y con el nene varía, a veces come con nosotros y a veces un poquito antes. Generalmente se sirve primero al nene, así yo me relajo.*

“Mi esposo llega a comer entre las 14 y 15hs, en ese momento ni yo ni el nene nos sentamos a comer pero estamos en la mesa con él, a veces yo lo acompaño y el nene pica algo, como haciendo un juego, especialmente si él está comiendo milanesa. A la noche siempre comemos juntos los tres. En el almuerzo, como sola o con mi socia en una cocinita que tengo en el trabajo. En otras oportunidades salgo a comer para despejarme y voy a La Continental que está cerca”.

“La preparación la hacemos con mi esposo. Si bien hay preparación de alimentos, no es demasiado el tiempo que se le dedica a las preparaciones, son en general comidas de procesos simples.”

“la madre prepara sin ayuda, todo en función de lo que le gusta al nene, el menú lo elijo yo, en base a los gustos del nene”.

“Comemos sentados todos a la mesa, generalmente mirando tv . A veces el nene quiere ver algún videíto o algo el entonces le ponemos una mesita ahí, alguna vez cada 15 días, él ve lo que quiere mientras come y nosotros en ese momento vemos algo en la televisión que queramos ver nosotros”.

“Comemos todos juntos en la cena, porque el almuerzo cada uno come en su trabajo y en la escuela. El horario de la comida es a la noche y más o menos entre las 8 y las 8 y media”.(...)

En relación a la planificación del menú, en general las familias no planifican el menú cotidiano, se va comprando a medida que se necesitan alimentos, o de acuerdo a lo que quieran comer ese día, principalmente definido por el dinero disponible, en todos los niveles de ingresos.

¿Qué comemos hoy?

¿Por qué las familias comen lo que comen? ¿Quién o quienes toman las decisiones acerca de qué comer?

Se observa algo transversal a todas las entrevistas, vinculado al rol de los niños como formadores y modificadores de los hábitos alimentarios familiares. Como sugiere Aguirre: *“Libres de toda regulación la publicidad de los alimentos infantiles sugiere que son los niños los que deben elegir su comida (Aguirre, 2004).*

Mientras en la infancia las madres han tratado de abrir el abanico de los sabores diversificando la oferta para enseñar a comer “de todo” (obviamente limitado por la categoría cultural de lo comestible, preparando el camino para la aceptación de la comida que se pudiera conseguir. Hoy el vaciamiento de saber de las madres hace que ellas no se sientan autorizadas a enseñar a sus hijos a comer.

Veamos algunos testimonios, que condicen con lo expresado por Aguirre:

“Comemos así porque seguimos la dieta de la pediatra por la obesidad de la nena”.

“El menú lo elijo yo, en base a los gustos del nene”.

Lo anterior sucede mientras las familias de bajos ingresos, comen lo que comen condicionados por su presupuesto. Por otro lado, las familias con algún integrante enfermo cocinan de acuerdo a la dieta necesaria para él.

“he comido carne de la basura años atrás, décadas (...) la nena tiene obesidad y tiene restringidas galletas y cosas dulces, pero igualmente los come... a la nena con anemia le hago preparaciones con lentejas y seso”.

La comida especial

Para las comidas especiales, se pudieron verificar algunas diferencias en la comensalidad, respecto de las comidas cotidianas. No hemos verificado en los testimonios que se perciba una gradación o jerarquía de comidas especiales, cosa que se podría suponer, por ejemplo, entre distintas formas de la comida especial, como podrían ser: comer frente a la tele si no se lo hace habitualmente, salir a comer, comer con amigos.

Del mismo modo que en las comidas habituales, los miembros de la familia y los invitados (en caso que los haya) comen todos al mismo tiempo, sólo que en ocasiones, los niños son ubicados en una mesa aparte, tanto los propios de la familia junto con los de las familias visitantes. Se explica que hace esto para poder conversar relajadamente los adultos sin tener que estar preocupados por la vigilancia de los niños.

Los adolescentes se levantan antes que en las comidas habituales, esto es porque no cuentan justamente con la vigilancia de los padres, que están ocupados recibiendo y atendiendo a sus visitas.

En el caso de no haber visitas, también se aliviana la vigilancia sobre los niños y los adolescentes. No se controla tanto lo que comen o como lo comen, tampoco si terminan el plato, que tipo de bebidas toman, si ponen límite a los dulces o grasas, etc..

La mayoría de los testimonios refieren que no se puede controlar a los niños y adolescentes, como se suele hacer en una comida cotidiana, y uno de los motivos más mencionados es por vergüenza del qué dirán los invitados si se reta a los niños o a los adolescentes propios, teniendo en cuenta que están también presentes niños o adolescentes de las visitas que pueden tener costumbres diferentes.

En las ocasiones especiales se pueden preparar comidas que también se sirven en el cotidiano, pero la diferencia está en la comensalidad. Como dijimos más arriba, se realizan y permiten conductas que en la comida cotidiana son rechazadas o corregidas.

En el caso de familias con niños con alguna enfermedad, la ocasión de fiesta es percibida como una especie de liberación por parte de la madre que cocina, respecto de la rígida dieta impuesta por el médico para la alimentación del niño enfermo. El sentido de la fiesta entonces, estaría superando a las

recomendaciones del médico o profesional. Es más importante la fiesta que cuidar la dieta.

“En una fiesta de adultos, preparo lo que me gusta a mí y no tengo que estar pendiente de lo que haya que prepararle a la nena”

El picoteo

El picoteo¹³ es practicado por casi todos los entrevistados de manera cotidiana. Tanto los adultos en sus casas o en sus trabajos, como los niños en la escuela durante los recreos y los adolescentes en distintos momentos del día, picotean algún snack o fruta, y en estos casos, el yogur de pote es muy mencionado. No se suele picotear ni antes del desayuno ni antes de acostarse, generalmente el picoteo se realiza a media mañana, entre el desayuno y el almuerzo, y a fin de la tarde, entre la merienda¹⁴ y la cena. Los testimonios expresaron que no se tiene conciencia de picotear líquidos.

Algunos referencian yogur, también en adolescentes, al fin de la tarde, entre la merienda y la cena. El yogur es mencionado también como un premio para los niños y como una forma de picoteo de los adolescentes, en lugar de ser considerado como parte de una comida, por ejemplo, como postre.

Los niños suelen tener libre acceso a las alacenas o heladera, sólo en algunos casos de familias de altos ingresos encontramos cierta regulación en el acceso de los niños a alimentos para picotear. Según expresan los padres entrevistados, pueden elegir lo que quieran y a cualquier hora, sin control adulto.¹⁵

La vianda

El término vianda deriva del francés, más exactamente de “viande”, que puede traducirse como “comida y sustento” y procede del “vivanda”, que emanaba del verbo “vivere” (“vivir”). El concepto puede emplearse para nombrar a los alimentos que ingiere un ser humano y a la comida que se ofrece en la mesa. La idea de vianda suele utilizarse para nombrar al recipiente o la bandeja que incluye una ración de alimentos. Las viandas, en este sentido, pueden trasladarse desde el hogar hacia otro lugar para comer fuera de casa (en un parque, por citar una posibilidad) o ser entregadas a la hora del almuerzo o de la cena en un lugar determinado (una escuela, una empresa, etc.).

¹³ Comer algo fuera de las comidas principales.

¹⁴ Vale aclarar que la merienda no se considera en los testimonios como una comida. Al preguntar ¿cuáles comidas hizo ayer?, en el relato sobre las últimas 24 hs, se responde describiendo las comidas almuerzo y cena.

¹⁵ No pudimos deducir de los testimonios recogidos a qué edad se permite cocinar a los niños solos (manipular fuego, energía eléctrica, etc)

Pocos entrevistados han referido utilizar viandas para comer. Los que lo hacen lo sienten como algo obligado, porque almuerzan afuera de sus casas en su trabajo o porque tienen que llevarle el almuerzo a la escuela a los niños o los adolescentes. La vianda es visualizada como una solución para no gastar dinero extra durante el día laboral, además de conllevar una valoración de la comida preparada en casa y el control de los alimentos con los que la comida se preparó.

El prepararle una vianda a los niños para la escuela es considerado como darles un gusto, como algo especial. Sin embargo, en los comedores de las escuelas, especialmente en las privadas, los niños que llevan vianda son objeto de burla por parte de sus compañeros, porque es una muestra de que los padres no le pueden pagar el servicio de comedor. Las viandas generalmente son preparadas por las madres, pero a veces también intervienen las abuelas, llevando a la casa del niño a la noche alguna preparación casera dulce para el día siguiente. Las viandas también pueden ser saladas, especialmente si se utilizan para almorzar, tanto en la escuela como en el trabajo. Las bebidas de las viandas son generalmente jugos envasados, o leche vegetal, que no se considera leche, sino “jugo” o “refresco”. No se suele llevar agua mineral o agua envasada como parte de la vianda, los entrevistados dijeron que las bebidas las adquieren en algún negocio, habitualmente el kiosko del trabajo o del colegio. Para esta compra es usual que a los niños se les entregue dinero en efectivo para comprar, pero no pudimos determinar con exactitud qué tipo de bebidas compran, ni diferenciar bebidas para adultos de bebidas para niños o adolescentes o que llevan en algún termo o recipiente como bebida desde la casa. Tampoco pudimos establecer un patrón para los alimentos y o la forma de preparación que llevan en las viandas. Generalmente se preparan las mismas con las sobras de la comida del día anterior, o se cocina lo mismo pero en más cantidad si al día siguiente algún miembro de la familia debe llevar vianda.

Comer en la escuela

Los niños que van a la escuela a jornada completa y no tienen tiempo de volver a sus casas desayunan y almuerzan en la escuela. Algunos niños, generalmente de familias de ingresos bajos, comen la vianda que les preparan sus madres en sus casas, las llevan en unos envases especiales de plástico con manija que conservan el calor. Otros niños, generalmente de familias de ingresos medios y altos, comen la comida que les da el comedor de la escuela, que se cobra.

Los que comen en escuela pública suelen llevar vianda para recalentar, porque dicen sus padres que es muy caro el comedor. Los de escuela privada, pueden comer en el comedor de la escuela, los cuales tienen menús muy especiales y buenos¹⁶. No pudimos establecer con precisión qué prefieren los niños que comen en el colegio: si la vianda o la comida del comedor, ya que los entrevistados eran los padres.

En las escuelas públicas, en tiempos recientes, sacaron el pan y redujeron la cantidad de comida, con el nuevo Programa Alimentación Saludable, y los padres se quejan porque los niños ahora piden pan en casa, porque vuelven con hambre de la escuela.

En los jardines de infantes privados, como las docentes no pueden manipular alimentos, las madres deben llevar la vianda de los niños en envases bien cerrados, lo cual implica recalentar todos los días la comida, que es peligroso por la posible activación de bacterias, o el uso de contenedores plásticos no aptos para microondas. Es decir que aún con ingresos altos, y pudiendo pagar una buena comida para el niño, éste no come comida de calidad, ni fresca, durante la mayoría de sus almuerzos.

Los bebés que van a jardín maternal durante la lactancia, pueden tomar la leche materna que se envía envasada para que se las den allí las auxiliares.

Conclusiones

Nuestro trabajo de campo arroja resultados similares a los de estudios realizados por Patricia Aguirre en el Área Metropolitana Bonaerense: cada sector de ingresos piensa los alimentos y la comensalidad en forma diferente.

Los más pobres considera necesaria una comida “rendidora”, que se consuma con otros, en una comensalidad colectiva. Los sectores de ingresos medios,

¹⁶ El menú del comedor de la escuela en agosto de 2018, puede oscilar entre unos 120-150\$ diarios sin bebida, en colegios de clase media, y unos 320-350\$ diarios en colegios de clase alta (según información extra que pudimos relevar en algunos colegios). Se suele pagar por mes, por adelantado. Si lo maneja la escuela, se abona junto con la cuota escolar mensual. En el caso de estar concesionado el comedor a alguna empresa, se le abona directamente a la empresa.

consideran necesarios los alimentos “ricos” y la comensalidad “familiar”. Por último, el sector de ingresos altos tienen como valor alimentarse con comida light y en un tipo de comensalidad individual, cada persona es responsable de su propio consumo.

Por otra parte, los alimentos rendidores de los sectores pobres, que alimentan a un cuerpo “fuerte”, deben cumplir tres condiciones: ser baratos, llenar y gustar. Dentro de esta categoría están la carne de vaca, las papas, los fideos, las especias picantes. Las reglas de la cocina de la pobreza exigen preparaciones colectivas como guisos y sopas, que utilicen baja energía, baja tecnología, poco menaje y gran diversificación del tiempo de la mujer, que es quien cocina en la mayoría de los casos.

Como resultado del gusto por alimentos rendidores (pan, papas, fideos, azúcar, carnes grasas), se logra una dieta monótona y que no busca alternativas y minimiza la experimentación: se compra, se cocina y se consumen los alimentos “seguros”.

Para los sectores de ingresos medios y altos, en cambio, comprobamos que la “dieta sana” que valoriza nuevos productos se relaciona con la búsqueda de mayor distinción. Estos estratos son los que se quejan del pollo criado en 45 días con hormonas, los peces contaminados con mercurio, las vacas criadas con anabólicos en feedlots y comienzan a revalorizar las carnes rojas magras: carne de caza, cordero patagónico, vacas orgánicas, o buscan verduras cultivadas sin agroquímicos y por lo exclusivas de mayor precio”. Esta concepción dominante de la cocina de los sectores de ingresos medios y altos tiene que ver con la cocina sana, para el cuerpo sano.

El evento alimentario como acto colectivo que primaba desde hace millones de años en las primeras poblaciones de homínidos, para aumentar la cantidad y calidad de la dieta, hoy, en el mundo globalizado, es al contrario, en la zona estudiada un acto cada vez más individual. Por ello, constatamos que la comida familiar con todos los miembros de la familia alrededor de una mesa, funciona cada vez más como un ideal antes que una realidad cumplida, y entonces, es referida como base de la “comida soñada” o “comida extrañada” la comida colectiva. Esto se explica porque cada vez se realizan menos cantidad de comidas diarias estando juntos, sólo la cena.

Asimismo, cada vez es más frecuente que se incrementen las comidas tomadas fuera del hogar. Esto no es lo mismo que “salir a comer afuera” como una elección, salir a un lugar donde un mozo los atiende y puedan pedir un menú preparado por otros.

Para los más pobres, el comedor institucional repite la dieta monopólica y desbalanceada de guisos y sopas, instalando una comensalidad diferente a la de la mesa hogareña. Probablemente, la única comida de toda la familia junta y

reunida alrededor de la mesa sea la cena, y en algunos casos de familias por debajo de la línea de pobreza, la misma se sirve sólo con mate cocido con leche.

Entre los sectores de medianos y altos ingresos, que pueden decidir qué comer (por tener trabajo y acceder a un ingreso suficiente), también se cuestiona la comensalidad hogareña, ya sea por el horario corrido o por las grandes distancias entre el hogar y el trabajo, que les impiden cortar el día para almorzar en casa. Nuestros registros de campo muestran almuerzos en el trabajo (ya sea en alguna cocina o habitación preparada, junto con los compañeros, o en el mismo escritorio, como vimos, consumiendo una comida rápida y práctica, generalmente el resto de la cena de la noche anterior. Observamos que no sólo los adultos, sino también muchos niños almuerzan fuera de su hogar. Los más pobres, en comedores asistenciales, los que pueden tener por los ingresos de sus familias una educación de doble escolaridad, almuerzan en el comedor de la escuela, el menú fijo. Parecería que sólo las amas de casa almuerzan en su hogar, si lo hacen. Algunas refieren que no se quieren tomar el tiempo para cocinar para ellas solas, porque aparentemente, les molestaría cocinar al tener que hacerlo diariamente para el resto de la familia), es en forma solitaria o con la compañía ocasional de algún pariente que viva cerca y tampoco trabaje (padres, suegros). Esto revela alguna tensión es en el rol de madre: si bien refieren que cocinan ellas para toda la familia, cuando muestran que pueden estar solas, refieren que prefieren no cocinar y picar algo sencillo o frío, o esperar a la comida donde cocinan para todos: la cena.

Como sea cualquiera de estas situaciones particulares, se registra una pérdida general del compartir una mesa, momento en el que no sólo se comparten platos, sino además, constituye una fuerte interacción familiar donde se transmiten normas y valores de la sociedad, la historia familiar y la personal. Sin embargo, todavía la visión tradicional de "la manera de comer" remite a la mesa familiar y la comida casera. Esto explicaría la percepción de las familias entrevistadas de que el ideal o comida soñada es comer en familia.

BIBLIOGRAFIA

Aguirre, Patricia. (2004) Ricos flacos y gordos pobres. La alimentación en crisis. Claves para Todos. Colección dirigida por José Nun. Editorial Capital Intelectual.

Aguirre, Patricia (2004). "Seguridad alimentaria. Una visión desde la antropología alimentaria". En: Desarrollo Integral en la Infancia: El Futuro Comprometido. Fundación CLACYD- Córdoba 2004.

Aguirre, P. (2005). "Qué comen los argentinos que comen". In M. y Davila (Ed.) (primera ed, pp. 101–146). Buenos Aires.

Aguirre, Patricia (2011). La construcción social del gusto en el comensal moderno. En Aguirre, Patricia, Katz, Mónica y Bruera, Matías Comer. Puentes entre la alimentación y la cultura. Buenos Aires: Libros del Zorzal.

Aguirre, Patricia (2010). La comida en los tiempos del ajuste. En Torrado, Susana (dir.) El costo social del ajuste (Argentina 1976-2002). Tomo II. Buenos Aires: Edhasa.

Ander Egg, G. (1995). Técnicas de investigación social. Ed Lumen, Bs As. 24 edición.

Bourdieu, P. (1990) La Distinción. Criterios y bases sociales del gusto. Traducción María del Carmen Ruiz de Elvira. Grupo Santillana de Ediciones, S.A.

Bourdieu, P. (2010). El sentido social del gusto. Siglo XXI Editores.

Buire C. (2012), "Les arts-de-faire du terrain", Annales de géographie, 687-688, pp. 600-620.

Calbérac Y. (2010), Terrains de géographes, géographes de terrain. Communauté et imaginaire disciplinaires au miroir des pratiques de terrain des géographes français du XXe siècle., Thèse de doctorat en géographie, Université Lumière Lyon 2.

Contreras, J. (1993) Los alimentos también tienen significados. En: Antropología de la alimentación. Eudema.

Carrasco, S., Alimentació i cultura, Bellaterra: Servicio de Publicaciones de la UAB, 1992.

Cervera, P. et al., Alimentación y dietoterapia, Barcelona: Interamericana-Mcgraw-Hill, 1994.

De Suremain M.-A. (2004), "Faire du terrain en AOF dans les années cinquante", Ethnologie française, 37, pp. 651-659.

Douglas, M. Isherwood, B. (1990) El mundo de los bienes. Hacia una antropología del consumo. Grijalbo. México.

Durkheim, E (1987): Las Reglas del Método Sociológico. Edit. La Pléyade, Bs. As.

Feito, M.C. (1999): Juego de espejos. Un estudio antropológico sobre las estrategias de los sujetos sociales del sistema agroalimentario hortícola bonaerense. Tesis Doctoral. Facultad de Filosofía y Letras, Universidad de Buenos Aires.

Farb, P. y Armelagos, G. [1980]. Anthropologie des coutumes alimentaires, París: Denöel, 1985.

Fischler, C. (1995) Las funciones de lo culinario en El (h)omnívoro. El gusto, la cocina y el cuerpo. Anagrama. Barcelona. España.

Geertz, C. (1992) La interpretación de las culturas. Gedisa, Barcelona.

Glasser y Strauss (1967). The discovery of the grounded theory. Strategies for qualitative research. Aldine Publishing Company. New York.

Gómez Mendoza, M.A. (200) Análisis de contenido cualitativo y cuantitativo: Definición, clasificación y metodología. En: Revista de Ciencias Humanas, 20. UTP.

González Pérez, Marcos (2008) Revista Omnibus, Número 21, julio 2008. Bogotá, Colombia.

Gracia-Arnaiz, M. (2007) Comer bien, comer mal: la medicalización del comportamiento alimentario. Salud pública Méx. ,vol. 49, no. 3.

Guber, R. (1991) El salvaje metropolitano: reconstrucción del conocimiento social en el trabajo de campo. 1ª Ed. Gedisa. Buenos Aires.

Guber, R.(2001) La etnografía. Método, campo y reflexividad. Grupo Editorial Norma.

Informe Brundland (1987) Nuestro Futuro Común. ONU, Nueva York.

López L; Suárez M. (2003). Fundamentos de nutrición normal. Ed. El ateneo. Buenos Aires.

Martínez, M. (2006). La investigación cualitativa (síntesis conceptual). Revista IIPSI. Facultad de psicología. UNMSM. ISSN: 1560 - 909X. VOL. 9 - N° 1 PP. 123 – 146.

Menéndez EL 1990a. Morir de alcohol. Saber y hegemonía médica. Alianza Editorial Mexicana, México.

Ministerio de Salud (2012). Alimentos Consumidos en Argentina. Resultados de la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud -ENNyS 2004/5. Buenos Aires: Ministerio de Salud.

Mintz, Sidney (2003) Sabor a comida, sabor a libertad. Incursiones en la comida, la cultura y el pasado. Ediciones de la Reina Roja. Méjico.

Nairn K. (1999), "Embodied Fieldwork", Journal of Geography in Higher Education, 98, pp. 272-282.

Narotzky, Susana (2007) El lado oculto del consumo. Cuadernos de Antropología social.

Serbia, J.M. (2007). Diseño, muestreo y análisis en la investigación cualitativa. Facultad de Ciencias Sociales – UNLZ - Año IV, Número 7, V3 (2007), pp. 123 – 146.

Suremain Ch.E. (2007) L'entourage nourrissier de l'enfantÀ partir d'exemples en Bolivie et au Congo. L'Autre, 2007/3 (Volume 8), Grandir. Editor: La Pensée sauvage.

Tylor, S. y Bodgan, R. 1996. Introducción a los métodos cualitativos de investigación. Caps. 6 y 7. Paidós: Buenos Aires.

Zapata, María Elisa; Alicia Roviroso; Esteban Carmuega.(2016). La mesa argentina en las últimas dos décadas: cambios en el patrón de consumo de alimentos y nutrientes 1996-2013. 1ª ed. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil.