

Estrategias de consumo alimentario de los hogares en situación de pobreza de la Ciudad Capital de Santiago del Estero

Autora: Analía Marcela Valentini Cristina
Universidad Católica de Santiago del Estero
analiavalentini@gmail.com

Licenciada en Sociología. Especialista en Enseñanza de la Educación Superior. Especialista en Investigación Educativa y Formación Docente. Magister en Ciencias Sociales. Coordinadora del Área Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud de UCSE

Resumen

En este artículo compartimos las estrategias que organizan cotidianamente el acto de comer en los hogares santiagueños en situación de pobreza. Condicionantes como los ingresos, el número de comensales, la presencia de enfermedades, limitan y justifican las decisiones de cada hogar; pero además enlazan la historia, la cultura, la tradición y los afectos.

A partir de entrevistas a los encargados de los hogares sobre lo que comen a diario, los circuitos de abastecimiento, las formas de preparación y los principios que organizan la



comensalidad emergen preguntas que movilizan y preocupan en la mayoría de estos hogares ¿qué comeremos hoy? ¿comeremos hoy? A partir de ellas recuperamos una serie de decisiones que se asumen en forma colectiva en cada familia y organizan la cotidianeidad alimentaria, reinventando estrategias para satisfacer a los comensales.

Las cocinas familiares de los hogares en situación de pobreza de nuestra provincia se inscriben y reproducen formas de organización como la familia numerosa y extensa, activan redes solidarias, remiten a formas de producción y clasificación relacionadas con el origen rural de alguno de sus miembros y enlazan rituales festivos que otorgan una fisonomía particular a la mesa de estos santiagueños.

Palabras clave

estrategia alimentaria – cocinas familiares- comensalidad -hogares en situación de pobreza

Abstract

In this article we share the strategies that daily organize the act of eating in Santiago households in poverty. Determinants such as income, the number of diners, the presence of diseases, limit and justify the decisions of each household; but they also link history, culture, tradition and affections. From interviews with the heads of the households on what they eat daily, the supply circuits, the ways of preparation and the principles that organize commensality, questions emerge that mobilize and worry in most of these households, what will we eat today? Shall we eat today From them we recover a series of decisions that are taken collectively in each family and organize daily food, reinventing strategies to satisfy diners. The family kitchens of poor households in our province register and reproduce forms of organization such as the large and extended family, activate solidarity networks, refer to forms of production and classification related to the rural origin of some of its members and link festive rituals that give a particular appearance to the table of these people from Santiago

Key Words

food strategy- family kitchens- commensality - households in poverty



Introducción

Este trabajo tiene como propósito compartir algunas reflexiones y resultados que se desprenden de una investigación interdisciplinaria aprobada y financiada en el marco del Concurso SeCyT - Convocatoria 2016. (Res 247/17 Universidad Católica de Santiago del Estero), la cual tuvo como objetivo general comprender las estrategias de consumo alimentario en hogares pobres de nuestra provincia. La búsqueda se orientó a captar las prácticas que las familias pobres realizan en el marco de la vida cotidiana para mantener o mejorar la alimentación y las razones que se aducen para justificarlas.

Existe cantidad de literatura que evidencia la relación entre la nutrición de las personas y el desarrollo económico de las mismas. Una persona bien nutrida tendrá mayor capacidad de trabajo lo que redundará en un aumento de los ingresos, mientras que aquellas personas con una alimentación deficiente tienen mayor riesgo de enfermarse lo que acarreará otra clase de privaciones sumiendo a las personas en el círculo vicioso de la pobreza.

En la Argentina cada gobierno de turno fue implementando distintos programas de ajuste económico. Estos tuvieron su impacto en el patrón de consumo de los distintos sectores sociales produciendo cambios materiales y simbólicos a la hora de organizar la comensalidad. El contexto político en el que se inscribió nuestro trabajo profundizó el ajuste impactando directamente en los consumos básicos.

Ante este panorama los pobres presentarán un doble riesgo para su salud, por un lado un déficit de micronutrientes; que tiene que ver con la falta de consumo de alimentos protectores como las frutas, las verduras, carnes y lácteos, y por el otro lado problemas de sobrepeso por el consumo de alimentos altamente energéticos. Un tipo de alimentación que predispone a la pérdida de la salud, y si tenemos en cuenta los grupos críticos que conforman algunas familias, veremos que presentan un doble riesgo de vulnerabilidad nutricional. Por un lado una dieta nutricionalmente deficiente y por el otro lado, la organización de la comensalidad privilegiando al hombre proveedor con platos más abundantes; mientras que las mujeres, niños y ancianos suelen servirse de platos más escasos.

Si bien todas las clases sociales organizan cotidianamente su acto de comer, son los sectores en situación de pobreza quienes deben invertir mayor tiempo e ingenio táctico para ello. Para Huergo (2016), este dispositivo, denominado gestión diaria del comer familiar, no hace alusión a acciones de repetición mecánica, por el contrario, obedece a razones culturales propias de las condiciones de privación material en las que se inscribe su existencia.

Este proyecto se enlaza en gran medida con la Responsabilidad Social Universitaria, entendida como una exigencia ética de sostenibilidad que nos obliga como actores fundamentales en tanto comunidad universitaria a preocuparnos de las consecuencias sociales y ambientales de nuestros actos.

La responsabilidad social nos interpela desde la fragilidad de otros cuya carencia



condiciona sus estrategias de vida y las orientan a la reproducción de desigualdades.

Comer en contextos de pobreza

El comer es una de las prácticas cotidianas que se repiten día a día en el seno de cada familia y que, si bien cumple una función primaria, como es la de ingerir nutrientes para sobrevivir; también cumple una función social muy importante ya que genera identidad social, marca la pertenencia a una cultura o grupo social.

Se partió de la premisa que todo proceso de empobrecimiento llevará sin duda a restricciones en la calidad de vida e impactará en la alimentación de los hogares, pero no se puede convertir linealmente pobreza en hambre y desnutrición. Dependiendo en gran medida del punto de partida, de su vulnerabilidad, de sus saberes y sus posibilidades: comerán distinto, sustituirán productos caros (frutas, verduras, lácteos, carnes) por otros más baratos (pan, fideos, grasas, azúcares), comerán menor variedad de productos y platos únicos (comida de olla), se “llenarán” con pan y mate, cambiarán la manera de distribuir la comida entre los miembros del hogar, se reunirán con otras familias en su misma condición para intentar acciones comunes, recurrirán a instituciones públicas o privadas en busca de asistencia, etc. Es decir, generarán estrategias para afrontar la carencia.

Las familias “hacen cosas” ponen en juego su saber y su creatividad, lo que aprendieron en el pasado y lo que en otros hogares “funciona”, y con esas prácticas cotidianas, a fuerza de invertir su creatividad y su energía, logran mejorar sus condiciones de existencia (Huergo, 2016).

Las estrategias domésticas de los hogares nos permiten comprender como se organiza el acto cotidiano de comer. Para Aguirre (2004) estas estrategias no son individuales sino familiares, a pesar que son los individuos los que actúan, sus prácticas están fuertemente condicionadas por las decisiones del hogar, a través de un procesos de negociación sobre el destino de los ingresos y egresos, la preparación, distribución y consumo de los alimentos, todo esto justificado por creencias y valores acerca de qué se debe o puede comer y a quién le corresponde cada cosa.

En lo que respecta a las preparaciones alimentarias propias de los contextos de pobreza, hay que distinguir los vínculos entre los platos más característicos y las formas de cocción más frecuentemente empleadas. En relación a los primeros, predominan los platos colectivos, que son funcionales a la comensalidad, al tiempo de la cocinera, a la tecnología de cocción, y a las representaciones alimentarias de las clases populares: alimentos fuertes para cuerpos fuertes (que realizan trabajos de fuerza), que se comen colectivamente. Las limitaciones de vajilla e instrumentos de cocción (instrumentos necesarios para la preparación de un plato), hacen que la comida deba prepararse teniendo en cuenta un solo fuego y un solo recipiente, esto limita las preparaciones posibles a: sopas, guisos o frituras.



Estas preparaciones, ofrecen la posibilidad de “estirarse” con el agregado de agua si más integrantes se unen a la mesa, y pueden acompañarse con pan para dar volumen y mayor saciedad (Aguirre, 2011)

Por otra parte, en el mundo de lo posible no de lo elegible, las decisiones que hacen a la autonomía de las familias en relación al cómo se vive, cómo se obtienen/apropian los alimentos/comidas y cómo se come está reescrito para estos sectores por las definiciones que el Estado toma sobre su alimentación a través de políticas subsidiarias (Huerdo, 2016). Reconstruir las prácticas de alimentación supone también “historizar” el comer de un lugar, no sólo se trata de lo que comemos “nosotros” en tanto “gusto de clase”, sino también que comemos “nosotros los santiagueños”, lo que hace a la identificación de un pueblo y sus tradiciones.

Para Di Lulo (1935) hay una relación ineludible entre el comer y el vivir; por lo tanto son distintos los hombres y los pueblos, según la forma, cantidad y calidad de su ración alimenticia. El autor describe la alimentación popular santiagueña en los siguientes términos: “de una sólida y permanente materia nutricia, se complace, no obstante en la diversidad gustativa de sus adobos, salsa y formas culinarias” (p.118)

Con este estudio se intentó recuperar prácticas alimentarias con un pensamiento situado, que no desconoce la perspectiva estructural pero que intenta dar cuenta de patrones locales que redefinen el acto de comer y posibilita acercarse a la mesa familiar del santiagueño.

Contexto del estudio

El estudio se llevó a cabo en algunos barrios en situación de pobreza en Ciudad Capital de Santiago del Estero, los mismos están mayormente emplazados en la nueva periferia¹. De estos seleccionamos los barrios Bruno Volta, Cáceres, Don Bosco, General Paz, John Kennedy, Juan Felipe Ibarra, Juan Díaz de Solís, La Católica, Mosconi y 8 de Abril con una población total de 45.753 según un estudio realizado en estos barrios (Caumo, Santillán y Gómez, 2017).

La nueva periferia en Santiago del Estero acompaña en forma envolvente las actuales líneas de fijación y está conformada por veintitrés barrios, heterogéneos en su superficie, número de habitantes y equipamiento. Mantienen características urbanas de escaso dinamismo. Se advierten sectores reducidos con viviendas surgidas por iniciativa oficial, que coexisten con prevalencia de viviendas realizadas por iniciativa privada.

En ellos se observa en general, un tejido urbano discontinuo con un importante número de

¹ Según un estudio realizado por Colucci, Caumo, Santillán, Cantos, Moreira y Gioria (2012) las actuales líneas de fijación incorporan dentro de ellas diez barrios de la antigua periferia. De ellos Seleccionamos los barrios impactados con distintos programas y acciones desde la Universidad Católica de Santiago del Estero.



espacios vacantes, calles sin pavimentar, viviendas precarias, basurales espontáneos, que señalan entre otras cosas la vulnerabilidad de sus habitantes (Colucci, Caumo, Santillán, Cantos. Moreira y Gioria, 2012).

El ingreso a los hogares de los barrios seleccionados fue a través de las Unidades Primarias de Atención, llamadas actualmente también Unidades de Pronta Atención (UPA). Las mismas se crearon en nuestra provincia con la finalidad de poner a disposición de la población una serie de servicios básicos en 35 centros de salud del nivel I de complejidad, para descomprimir la atención de emergencias en hospitales de mayor complejidad y dar respuestas rápidas en zonas de mucha población.

Las Upas se organizan y llevan a cabo actividades de promoción de la salud y de prevención de la enfermedad, a partir de los Programas implementados desde el Ministerio de Salud. Tienen acercamiento efectivo y permanente a los domicilios de las familias que se encuentran en el área de cobertura, a través de los agentes sanitarios, quienes se constituyeron en informantes claves y “porteros” a los efectos de nuestra investigación.

El ritmo del trabajo de campo estuvo condicionado por la disponibilidad de cada UPA para recibirnos, ya que las mismas dependen de un calendario anual para sus actividades, de vacunación, de implementación de campañas de prevención y promoción. Pese a la buena predisposición de los agentes sanitarios, la coyuntura política² nos obligó a redefinir algunas decisiones de orden metodológico.

Objetivos

Objetivo General:

- Analizar las estrategias de consumo alimentario de los hogares en situación de pobreza de la Ciudad Capital de Santiago del Estero

Objetivos Específicos:

- Describir la rutina alimentaria de los hogares en situación de pobreza
- Indagar las justificaciones en la elección de los alimentos, comidas preferidas y los circuitos de abastecimiento alimentario de la familia.
- Caracterizar las cocinas familiares y la organización que determina la comensalidad de los miembros del grupo familiar.

² En el transcurso del corriente año, como consecuencia de los ajustes realizados en el sector salud, renunciaron algunos profesionales o fueron removidos de sus lugares, se redujo no sólo el número sino los perfiles profesionales. Esto generó una redistribución de recursos humanos, con la consecuente sobrecarga de actividades en los Centros y en los agentes sanitarios.



Materiales y metodos

La comprensión de estrategias generadas en los hogares pobres para enfrentar el problema alimentario supone la discusión de perspectivas teóricas en torno al problema de la alimentación y el concepto de pobreza con las consiguientes decisiones metodológicas, dado que tales dimensiones son inseparables en un proceso de investigación

En el marco de este estudio la unidad de análisis fue la unidad doméstica (hogares) considerada la misma como el centro de las actividades ligadas a la reproducción cotidiana de los individuos que la componen.

Para el cumplimiento de los objetivos se definió un diseño exploratorio. A través de una mirada cualitativa y participativa se procuró recuperar la perspectiva de los actores sociales, con la convicción que esta perspectiva demanda una generosa dosis de reflexividad ¿Qué queremos decir con esto? Básicamente que apelamos a reconocernos como parte del mundo que estudiamos, indagar reflexivamente de qué manera se co-produce el conocimiento a través de sus nociones y sus actitudes y desarrollar la reflexión crítica acerca de sus supuestos, su sentido común, su lugar en el campo y las condiciones históricas y socioculturales en que el investigador lleva a cabo su labor (...) esto suele designarse como “reflexividad” (Guber, 1988).

En cuanto a las técnicas de recolección de datos, se administraron veinticinco entrevistas semi estructuradas en los domicilios familiares en compañía de agentes sanitarios. Las mismas se anunciaban con anticipación respetando la organización cotidiana del encargado del hogar.

También se realizaron tres entrevistas grupales en la sala de espera de una de las Upas. El tiempo de espera para turnos médicos, especialmente para consultas a pediatras y obstetras facilitó el acceso a mujeres mayormente jóvenes o de mediana edad quienes a veces asistían acompañadas de algún familiar. Estas entrevistas se llevaron a cabo en horarios de la siesta por ser lo previstos para la atención de pacientes. El equipo de investigación era presentado por los agentes sanitarios de turno, solicitando su consentimiento y colaboración. Seguidamente se exponía en términos sencillos los propósitos y se realizaban preguntas disparadoras para romper el hielo entre los participantes. Los encuentros fueron filmados y grabados previo consentimiento.

La entrevista grupal fue una modalidad que se adoptó al no poder realizar los talleres participativos previstos en el proyecto, por dos motivos principalmente: la falta de un espacio adecuado para interactuar y porque los asistentes a la Upas estaban acostumbrados a la organización “de espera” y temían perder sus turnos si retiraban del recinto que cumple esa función.

La entrevista grupal tomó la modalidad de una charla amena acompañada con algunas confituras o dulces que llevamos para compartir mientras transcurrían las mismas.

En ambos casos, entrevistas domiciliarias y entrevistas grupales, se focalizó la atención en la



narrativa del encargado del hogar, esto es aquel que organiza y dispone la adquisición, elaboración y distribución de la comida. No obstante estuvimos atentos a los aportes de los acompañantes, sean estos hombres o mujeres, que en muchas ocasiones se mostraron deseosos de participar y relatarnos su experiencia, probablemente por pertenecer al mismo grupo familiar y ser partícipe de las decisiones en torno a las estrategias alimentarias.

Se inició el proceso con algunas certezas e intuiciones, transitamos zonas de incertidumbre, invertimos mucho tiempo y esfuerzo en negociaciones para entrar a campo. Experimentamos tal como lo plantea Bourdieu (1995) que no hay nada más universal que la dificultad en la investigación.

Resultados

La rutina diaria del comer: "*no somos delicados*"

Los condicionantes de la preparación de la comida diaria están vinculados fuertemente al "hoy" de las familias, básicamente a la disponibilidad de dinero para su adquisición.

Los criterios que organizan la comida diaria de las familias entrevistadas tienen una rutina similar: el mate cocido marca el inicio del día en muchos hogares; la opción por la leche está presente si hay niños en la familia.

El "cocinar" se asocia a la complejidad de ese hacer, los encargados del hogar sostienen que "*cocina una vez al día*" por el tiempo que demanda la elaboración y se prioriza el almuerzo. En la cena se elaboran platos más simples, recalentando... "*si queda se calienta o sino se cocina...*" o reciclando "*si queda guiso, eso ya no quieren*"... "*por ahí uso huevos porque me gusta hacer torrejita del guiso que te queda*". La idea siempre es "*comer algo más livianito*" a la noche y esto puede ser "*una taza de leche o mate cocido*" cuando hay adultos en la casa; si hay niños o jóvenes la opción "liviana" es fiambre, papas fritas, "revueltos" o tortilla de papa. Una premisa en estos hogares frente a la decisión de lo que se come es "*no somos delicados*".

Se establecen reglas y rituales que las familias comparten entre sí como la idea que un buen mate "no va solo nunca", "se procura el pan de cada día" y "la comida no se tira". La comida casera, es decir, hecha por uno mismo en el hogar se venera y marca una diferencia importante: "*yo cocino siempre, y...hago de todo, yo prefiero hacer que comprar*", pero los avatares que impone la precariedad económica, hace que se resigne este hábito cediendo a la urgencia... "*cuando él llega (refiriéndose al marido)..., a eso de las cuatro, a veces, cruzo al frente, a la despensa y compro un poco de fiambre o unas milanesas*".

El mate acompaña la rutina "*mate todo el día...a medida que vamos haciendo cosas, vamos tomando mate,...ya viene el otro y seguimos así, todo el día*", para muchos matiza la siesta. La constante es que el mate se endulza con importantes cantidades de azúcar "*un bolsón de*



azúcar (10 kg) me dura tres días...somos muchos... ¡como 60 kilos tengo que comprar! (risas). El uso de edulcorante se asocia a enfermedad, especialmente la diabetes.

Entre lo que se prefiere y lo que se puede: "*Sí o sí tienes que cocinar*"

Entre las preparaciones nombradas con más frecuencia, se destacan el guiso, la sopa, "la salsa", "la milanesa", "la empanada".

"Bueno cuando ellos quieren comer un guiso, si se hace, o una salsa, se hace... generalmente de pollo, poco la carne, poco, está muy cara..." (Estela)

"Guiso y sopa casi todos los días" (Jazmín)

La sopa que antaño era un plato que complementaba el menú diario, se convierte en "relleno" para "completar una comida no tan sustentosa"... *"si te toca bife, la carne está cara y hacemos uno así para cada uno con ensalada (marca una porción pequeña con la mano como de diez cm)...ahí completamos con sopa..."* (Juan).

Pese a la notoria preferencia por la carne, algunas frituras y salsas suculentas también los entrevistados manifiestan su interés por las comidas que consideran saludables. Es decir, sostienen que se debe comer variado, muchas verduras, pescado y leche, argumentando sus beneficios: *"pescado trato de comer, porque tengo tiroides y leí una vez en una revista "Selecciones" que es muy bueno, así que como pescados, tomate en lata y lentejas... y arvejas en latas, pero... cada taaanto"* (Carola)

"Zanahoria no les pongo mucho porque no, no los convence (por la hija y el marido) yo sé que es la "proteína segura", pero la verdad por ahí no" (Doris)

Es posible que se trate reproducciones de discursos nutricionales aprendidos sobre la alimentación o de dar cuenta de hábitos saludables delante de los agentes de la salud que nos acompañaron *"...le hago para ella la dieta especial que tiene, por ahí, sí le hago pollo... con ensalada de, de verduras crudas, achicoria, tomate. Ella sabe que debe cuidarse"* (Estela)

En muchas entrevistas se destaca la disposición para describir las estrategias de aprovisionamiento, detalles de lugares y precios y justificaciones de la elección, dando cuenta de una especie de experticia en la economía doméstica.

"Busco el precio de la verdura. Detalla los precios: \$50 el kilo de pan, \$20 y \$30 el fideo Tío Nico en Montenegro, \$45 el aceite de litro "900 cm" \$248 el kilo de palomita, \$75 el kilo de pollo en el barrio, tres kilos de pierna por \$154, \$25 el kilo de menudo. -aclara que gasta dos mil pesos por semana para mercadería, eso es lo que puede destinar-. Compro una pieza entera de queso,- recuerda que la última vez pago \$415-. Busco el mejor precio en el barrio. Compro la verdura cuando pasa el verdulero en su camión, dos kilos de papa por \$25, \$20 el kilo de zanahoria, \$45 el kilo de pimiento, \$25 el kilo de cebolla, cocina con gas en garrafa, pago \$315 la garrafa de 10 kilos. Cuando quedo sin gas cocina con leña. Pago \$85 la bolsa,



pero dura mucho. A mi marido le encanta el locro, pero no hace últimamente por el gasto”
(Andrea)

Coincidimos con Cattáneo (2000) que la experiencia vivida, la multiplicación de otras instancias mediadoras a las que se ha transferido parte de la responsabilidad en el reparto de alimentos, ha modificado en cierto sentido esa percepción del acceso alimentario como un desafío cotidiano de vivir.

“A la leche me la dan en la sala, es marca Manfrey. Cuando se me acaba la compro en la plaza del ocho de abril a algunas mujeres retiran de la UPA y la vende algunas a 75 y otras a 100: -“A veces sacas dos cajas por 150,... están apretadas y venden... y yo pienso, te están dando tus hijos deben consumir” (Andrea)

Estrategias como “buscar la oferta”, “aprovechar cuando pasa el verdulero”, “comparar precio y distancia”, implican un “sacar ventaja” para procurar el alimento diario: *“si o si tienes que cocinar”*

La creatividad es puesta en práctica por la mayoría de las familias, forma parte de la gestión diaria del comer. La misma no se reduce a una repetición mecánica sino que obedece a razones culturales propias de las condiciones de privación material en las que se inscribe la existencia de estos hogares.

“Nosotros aquí somos humildes pero la comida aquí, como le digo, no falta” (Claudia).

De las cocinas familiares en Santiago del Estero: *“comer mucho y bien en fiesta”*.

Para Fischler (1995) la cocina es mucho más que la suma de ingredientes y técnicas que se utilizan para cocinar, ya que representan las creencias y prácticas asociadas a ella y que comparten los individuos pertenecientes a una misma cultura.

Las cocinas familiares se construyen y las modalidades familiares de llevar adelante la práctica de comer presentan tanto coincidencias como diferencias de familia a familia. En ese marco la gramática culinaria estructura la cocina, codificando, evaluando y controlando con precisión (por medio de marcadores tanto sensoriales como sociales) cada uno de sus engranajes: hora, número de comidas, asociaciones de alimentos, preferencias, valores simbólicos y tradiciones familiares, modos de preparar, servir, distribuir y compartir la mesa, los tiempos y los espacios (Huerdo, 2012)

Di Lulo (1935), pensando en Santiago del Estero, planteaba que un renglón de las costumbres, harto descuidado era la cocina. Y sin embargo, nada más importante que ella para conocer el carácter de los individuos, desde que es posible descubrir, a través de sus predilecciones, modalidades psicológicas bien interesantes.

La tarea de analizar las cocinas familiares comienza con la descripción de su puesta en marcha a través de sus gramáticas culinarias. Para Huerto (2016) la construcción analítica



de la gramática culinaria familiar presenta cuatro dimensiones relacionales que adoptaremos a los fines de este análisis: Carta de menús familiares (comidas/bebidas frecuentes, comidas in-imaginables de existencia, comidas que generan curiosidad de ser probadas, comidas consideradas no comidas, comidas que se extrañan, sus modificaciones); Cocinero (Transmisión de los haceres/saberes culinarios, Rol asumido al cocinar, Criterios para elegir el menú, sensibilidades asociadas al cocinar, normativa impartida); Comensales (Niños como destinatarios, Adultos como destinatarios); La situación de compartir el espacio-tiempo de comer (Con un nos-Otros, Con un-Otro de clase, Significados del compartir la comida).

Cartas de Menús Familiares

En las primeras décadas del siglo pasado, Di Lulo (1935) marcaba un patrón en la alimentación de nuestro pueblo, afirmaba que el régimen carneo fue y es la base de la alimentación popular de Santiago. Era natural que la carne interviniese en la preparación de los más diversos platos, a tal punto que los que no la contenían eran designados como comida de “gringos”:

Santiago del Estero tiene predominio de población rural, por lo cual muchas familias, de distintos sectores atan sus raíces o guardan relaciones de parentesco con familias rurales. En los relatos se marca la continuidad de ciertas costumbres y patrones alimentarios.

Según Zapata, Roviroso y Carmuega (2019) en Argentina los hogares rurales presentan mayor consumo aparente de gran parte de los grupos de alimentos. Para los autores estas diferencias observadas se relacionan con las condiciones en la disponibilidad y la accesibilidad de algunos grupos de alimentos en el entorno rural como, por ejemplo, el caso de los alimentos frescos de más difícil acceso, y la carne ovina y porcina que, por ser muchas veces de producción local, se consume en mayor cantidad.

“De todo traigo cuando voy al campo, una bolsa de anquín, gallina, huevos...aquí es caro y feo. Usted no sabe lo que salen los bizcochuelos con huevos caseros” (Estela)

Existen en las cartas de menú alimentos que evocan la nostalgia, alimentos biográficos. Su preparación se asocia a recuerdos gratificantes, personas queridas y lugares que forman parte de la historia y crianza de quienes ejercen el rol de cocinero en las cocinas Santiagueñas.

“A la siesta o a la tarde en vez de hacerles matecocido les preparo “masa blanca” como nos hacía mi abuela”. Andrea repasa afanosamente la receta, cuenta que sus abuelos eran del campo y que ellos les enseñaron a cocinar, con maíz tostado.

“A mi me encantaba la añapa³, no sé si usted ha escuchado nombrar... lo lavamos a la

³ Añapa (quechua,kakán) beb NOA, Catamarca, Salta, La Rioja, Santiago del Estero. Bebida refrescante que se prepara con algarroba machacada, macerada en agua que no se deja entrar en fermentación. A diferencia de la aloja que es una bebida fermentada con una preparación similar. Definición extraída de Alimentos, saberes y sabores. Pequeño atlas del patrimonio gastronómico del Noroeste Argentino de Jorge Alberto Garufi Aglamisis.



algarroba, y le sacas el palito de ahí y luego lo machacamos con la mano del mortero y así sabía hacer mi mamá y mi papá en el campo” (Carmen)

Cocinero/a

En la cultura occidental, las “gramáticas culinarias” (Fischler, 1995) son transmitidas principalmente por vía materna y están fuertemente vinculadas a la trama familiar que a su alrededor se configura.

“Aprendí de mi mamá y viendo (silencio) y viendo, buscando recetas y de ahí...Y... en la tele, revistas, en cosas que encuentro” (Marcela)

Así cobra centralidad la estrecha vinculación entre el significante cocina y rol materno. Tanto la presencia de los hijos como prioridad al momento de seleccionar, elaborar y compartir los alimentos, como las comidas provistas en algún momento de la vida por madres y abuelas otorgan una carga simbólica tal a las prácticas culinarias que permanece vigente frente a las complejas formas de vida de la sociedad actual.

Los recuerdos sobre quién les enseñó el oficio de cocinar forman parte de las decisiones y elecciones de las cocinas que dirigen los encargados del hogar. El afecto pasa por la transmisión de los saberes aprendidos de generación en generación.

“En mi casa, en mi mamá, ella me enseñó a cocinar, ella me enseñó la comida, a envasar las frutas, los dulces, todo eso hacía ella” (Carola)

“Así sabía hacer mi mamá y mi papá y yo he aprendido de ellos” (Carmen)

Los recuerdos y aprendizajes no siempre se relacionan con los afectos, a veces originan angustia. Los relatos están atravesados por emociones e imágenes contundentes, y definen “el saber y el hacer”:

“Aprendí a cocinar sola, mi mamá no nos dejaba acercarnos a la cocina... (rompe en llanto), no nos dirigía la palabra” (Roxana)

Si bien hoy en día este rol de hacerse cargo de la cocina ha sufrido algunas transformaciones, especialmente en ciertos grupos y sectores y el rol de la mujer se ha ido modificando estratégicamente al interior de los diferentes estratos sociales (Del Campo y Navarro, 2012), pero quienes tienen el privilegio de ejercerlo en las familias entrevistadas son las mujeres.

“Y bueno generalmente yo decido que es lo que se va a comer” (Cecilia)

Este rol se acompaña principalmente por hijas mujeres y nueras y eventualmente por hijos varones o maridos en ocasiones especiales, en comidas como el asado u otras preparaciones en parrilla u horno de barro.

“Mi marido él hace tortilla por ahí, hacemos, por ejemplo, hace dos kg y ya nos queda tortilla para toda la semana” (Jazmín)



Comensales

La comensalidad como engranaje de la historia de las cocinas familiares, es entendida por las familias, como el acto en el que se reúnen a comer y beber alrededor de la mesa; comprende el: “dónde”, “cuándo”, “quiénes” y “qué” se come.

Una de las prácticas que contribuye significativamente a acceder a los alimentos, es la articulación entre unidades familiares sumando sus provisiones para comer juntos. En otros casos se trata sencillamente de hogares extendidos, esto es, un grupo formado por la familia nuclear (matrimonio con hijos) y otras personas emparentadas donde varios aportan económicamente para la elaboración de la comida principal

“nosotros tenemos comedor comunitario en casa” su mujer acompaña con risa cómplice... “todos pasan a la hora de la comida y ya se quedan, mi hija, el yerno, el chiquito...el otro también... compramos la gaseosa nomás...dicen que rico y se sientan. Ella es buena cocinera y yo pago con esto (golpeándose con palmadas la espalda)...los domingo somos dieciocho y los otros días como catorce”

“Mi hijo de 32 años y yo ponemos la plata para las compras. Mi nuera cocina. Comemos todos juntos, somos trece. Puede ser dos kilos de milanesa y una botella de aceite de 900ml para que alcance o sino guiso de arroz con pollo o ensalada, la hacemos con pollo hervido y verdura, como salpicón” (Roxana)

Del acompañamiento y la presencia alrededor de la mesa se desprenden sensaciones, sentimientos y hasta el propio gusto por la comida: *“Antes estábamos todos, ahí hacía todo eso. Yo hacía todo casero, pastas, mayonesa, ahora ya no, somos dos nomás,...cuando vivíamos con mi marido, por ejemplo... se comía asado, pizzas empanadas...” (Palmira)*

La presencia del otro, referente afectivo, garantiza el disfrute y que el acto de comer no se vuelva una simple rutina. Siempre se cocina de acuerdo al gusto de los comensales y de sus necesidades.

“Mi hija también aparte de su miastenia, y por su osteoporosis también y por su diabetes, (...), entonces generalmente nosotros no cocinamos cosas que puedan hacer mal, por ejemplo, muchas harinas, no” (Estela)

Los comensales especiales son los niños, destinatarios tanto de alimentos considerados saludables para su crecimiento *“por ejemplo, a ella no le podría faltar la leche... si ella no tiene leche, no se... yogures, eso sí, también!” (Daniela)* Los abuelos tienen sus reservas para los nietos que van de visita; *“por ahí hago flan, compro flan, gelatina y les tengo ya”*

En referencia a la comensalidad, se observó por parte de todas las familias, la importancia del “comer juntos”, tanto en su pasado como en el presente. La costumbre de la reunión familiar, se concreta pese a cualquier circunstancia.

-“Los fines de semana, cuando nos invitan nuestros viejos un domingo, sí, comemos asado” (Jazmín)

Ir a comer a la “la casa de los padres”, más allá de constituir una estrategia racional de



“ahorro”, se relaciona principalmente con sostener los lazos familiares.

Las fechas especiales se celebran con comidas especiales y abundantes. Cumpleaños, bautismos, casamientos, aniversarios, feriados y otras fechas significativas son ocasiones de encuentro con familiares y amigos. Los anfitriones preparan comida en abundancia exhibiendo sus dotes culinarias.

“Aquí todos, a mi todos me viene por la empanada. Yo... todos los eventos, así, 15 y casamiento... siempre vienen y me encargan empanada, empanada.”(Marcela)

El locro... cuando cumpla años yo los 25 de mayo” y nos deleita con su receta que “cuando se puede” (haciendo referencia a lo económico) incluye todo tipo de cortes de carne (especialmente vísceras) y legumbres: *“Le hago amanecer al poroto y al maíz, después lo pongo tempranito (...) mucho zapallo, me lo sale re cremoso, chorizo, lleva tripo gorda, chorizo común o puede ser el colorado, este... el mondongo, pucheritos de chanco, eso, pedacitos e carne, de pala, puchero, de todo...”*

Di Lullo (1935) al respecto comentaba: las matronas rivalizaban en la preparación de platos succulentos que se obsequiaban entre las familias. La comida es un placer y las familias se enorgullecen de dulces, de pastas, de arropes, de fórmulas delicadas y se esmeran en prolijos métodos

Se trata de “comer mucho y bien en fiesta”, enfada quedar excluido... “yo estaba operada de vesícula y era día del padre, de todo han hecho...y yo con el pollo y las verduritas,...a eso de las 4 hey sacado todo de la heladera, de bronca, todo hey comido: el lechón, chorizo, empanadas, me he mando un fernet con las chicas, hey agarro la bici y me hey ido para mis amigas...mirá si ellos nomás van a festejar, con la faja de la operación puesta andaba todavía” (Susana)

Tiempo y espacio del comer

El escenario privilegiado para comer es el del hogar donde se conviven aunque no suele ser a un acto a “puertas cerradas”. La precariedad habitacional, algunas veces impone cocinar al aire libre, con una mesa improvisada que oficia de mesada durante la preparación de la comida y mesa a la hora de servirla y compartirla.

En algunos casos este momento es compartido con “otras mesas”, especialmente por los niños que asisten a escuelas estatales: *“Los más chicos comen en la casa y en el comedor de la escuela”* (Roxana)

También se entretienen en torno a estos espacios otros vinculados a organizaciones vecinales: *“En algunos casos se juntan en una casa familiares y vecinos y realizan una comida comunitaria”*; *“Le están ayudando con mercadería y dinero para poder pasar el día”*; *“Están tratando de realizar alguna huerta, aunque sea en macetas”* (Entrevista grupal)

El comer juntos en un tiempo y espacio determinado otorga identidad y sentido a las vivencias de cada integrante de la familia, *“Pero como todos la mayoría vienen todos los*



días, vienen en total 12 o más también, 15, vienen los hijos y sus nietos, más está aquí que allá” (Cármen)

En muchos hogares a los miembros de la familia que vuelven de trabajar fuera se los espera para almorzar: *“Si, por ahí ya a esa hora ya cocino yo, por q, ahí eh.. esa hora viene pue él y esa hora comemos juntos” (Jazmín)*

Así, la comida del mediodía se extiende con el mate de la siesta, muchas veces como tiempo deseado y buscado de unión y especialmente los fines de semana.

El olorcito a asado que atrae, aglutina y genera felicidad y sirve para “presumir” que estoy compartiendo con la familia ese alimento deseado por todos los vecinos; todos se sientan a la mesa cuando está lista la comida.

Espacios que transcurren mayormente entre pisos de tierra y cemento, dónde las preparaciones del día a día todavía se desarrollan con la noble leña y el carbón y se crean asadores improvisados o espontáneos entre chapas, con algunos ladrillos que se encuentran en los terrenos, puede ser al fondo o adelante a la vista de todos, como buscando los testigos vecinales de este tiempo que se comparte para adentro y para afuera con orgullo.

“... de hambre, de ahí en más, no nos vamos a morir” (Marcela).

Conclusiones

Desde una matriz interpretativa procuramos desentramar sentidos y significados compartidos por los santiagueños en torno a las prácticas cotidianas del comer en contextos de pobreza. Acercarnos a las mesas familiares santiagueñas e indagar qué se come cada día implicó el desafío de escuchar historias “con sabores” y “sin sabores” sobre sus estrategias para afrontar la carencia y satisfacer una necesidad básica irrenunciable.

En coincidencia con autores que nos sirvieron como punto de partida en estos hogares (Aguirre, 2011; Huergo, 2016 y Sottile, 2015) predominan las “comidas de olla”, “rendidoras”; elaboradas a base de salsas y aceite, preferentemente condimentadas y con carne.

La mesa familiar santiagueña es predominantemente extendida y participan de ella comensales fijos (los que están todos los días) e invitados (frecuentes, ocasionales y circunstanciales); se trata de compartir “lo que se tiene” porque se considera que “donde comen muchos, puede comer uno más”.

Se observó que las familias santiagueñas en contexto de pobreza generan numerosas estrategias para afrontar la carencia en el marco de sus restricciones. El hecho de “buscar la oferta”, de establecer prioridades en la provisión de alimentos para niños y los enfermos da cuenta del esfuerzo, tiempo y energía investida para planificar las estrategias alimentarias.



Se distingue una comensalidad cotidiana, la de todos los días, y una comensalidad especial, de ocasiones particulares. En referencia a la primera, se organiza en función de horarios y obligaciones (trabajo, estudio y rutina del hogar). Y representan momentos para compartir, para cuidar la unión familiar y conversar. Las ocasiones especiales se caracterizan por la mayor dedicación de las cocineras en la elaboración de las comidas: celebraciones con platos especiales y cargados de afecto. Muchos y muy frecuentes son los motivos de celebración, van desde cumpleaños, casamientos, bautismos y aniversarios a celebraciones patrias.

Los denominados Alimentos biográficos construyen la identidad de la cocina santiagueña y estos resultados, en coincidencia con Sottile (2015), dan cuenta que la transmisión cultural es más que el aprendizaje de una técnica de cocina o de manejo del fuego -en nuestro caso con leña y carbón- abarca la historia en que está inmersa nuestra comunidad, la historia de vida de sus integrantes, y la historia de las comidas en sí mismas según ingredientes, estilos, procedencias. Refiere también a la formación de un gusto específico por ciertas comidas o ciertos condimentos que no son universales, sino particulares del grupo de procedencia: son señas de identidad. Esas que se desarrolla en torno al “Olorcito a asado” ligado a nuestro régimen cárneo, al “locro del cumpleaños de la abuela” y al comer todos juntos el domingo en “la casa de los padres”.

Coincidimos con Sottile (2015) que “la cocina como práctica cargada simbólicamente constituye uno de los lugares donde se han gestado y modificado los roles atribuidos socialmente a hombres y mujeres y la formación de sus respectivas identidades” (p. 9). En este sentido, existen trabajos que muestran la vinculación entre alimentación cotidiana y mujeres así como entre prácticas y representaciones alimentarias e identidades de género en coincidencia con nuestros resultados que ubican mujer como organizadora y principal estrategia (emocional y racionalmente).

Sin embargo el hombre aparece en nuestro caso como auxiliar y compañero que colabora en algunos casos activamente con la mujer en la cocina familiar santiagueña.

La cocina continúa siendo una práctica con una función trasmisora de valores y de identificación de roles de género, en permanente tensión con otros discursos y prácticas sociales. Punto que este que quedará como elemento futuro de investigaciones en relación al género que pudieran surgir a partir de la presente.

Una reflexión que se desprende de la investigación es que no hay registro en los relatos de la asistencia económica por parte del Estado. Los encargados de hogar refieren mayormente a la inversión de dinero obtenido a diario de trabajos informales; sólo en algunos casos se hizo referencia a la Tarjeta Social⁴.

Las estrategias alimentarias de las familias santiagueñas en contexto de pobreza, involucran

⁴ La Tarjeta Social es un programa del Ministerio de Desarrollo Social que permite que las familias que se encuentran por debajo de la línea de indigencia compren alimentos que ayuden a cubrir sus necesidades nutricionales básicas.



la gestión diaria del comer, apelando a la creatividad y planificando en el marco de sus restricciones económicas. Esta organización incluye la cotidianidad donde se esfuerzan por garantizar al menos una comida y el gasto festivo de comer en el marco de la familia extendida. La Carta de menús familiares, la generosa inclusión de otros comensales, en contextos de carencia se la lleva como estandarte de resistencia y protección de la historia alimentaria familiar, cultural e histórica. Cuando se puede, se celebra, cuando se celebra se “come mucho y bien en fiesta”

Referencias bibliográficas

- Aguirre, P. (2004). Ricos flacos y gordos pobres. La alimentación en crisis Claves para Todos. Editorial Capital Intelectual, Buenos Aires.
- Aguirre, P. (2008). Los alimentos rendidores y el cuerpo de los pobres. Recuperado de <https://unlp.edu.ar/frontend/media/72/4572/ff3f7792dddcf8ea6286301d455f1d56.pdf>
- Bourdieu, P. & Wacquant L. (1998). Respuestas por una antropología reflexiva. Ed. Grijalbo, México.
- Cattáneo, A. (2000). Alimentación, salud y pobreza: la intervención desde un programa de desnutrición. Recuperado de <https://unlp.edu.ar/frontend/media/70/4570/398f110f8e483e934a91cfd00244649a.pdf>
- Colucci, A., Caumo M., Santillán H., Cantos A., Moreira, L. y Gioria; A. (2012). La expansión de la ciudad de Santiago del Estero. Los servicios de salud, educación y transporte en la nueva periferia. Nuevas Propuestas, 51&55, 93-124.
- Caumo M., Santillán O. y Gomez D. (2017). Los barrios del sector periférico de la ciudad de Santiago del Estero. Características socio-territoriales. Revista Trazos Universitarios. Recuperada de <http://revistatrazos.ucse.edu.ar/index.php/2017/05/29/los-barrios-del-sector-periferico-la-ciudad-santiago-del-estero-caracteristicas-socio-territoriales/>
- Di Lulo, O. (1935). La Medicina Popular de Santiago del Estero. La Alimentación Popular de Santiago del Estero. Editorial El Liberal, Santiago del Estero.
- Eguía, A. (1997). Un estudio comparativo de las vías de acceso al consumo alimentario de familias pobres urbanas en el Gran La Plata (1988-1994) Programas estatales, autoabastecimiento y autoayuda. Consumo alimentario de sectores pobres en el Gran La Plata. Recuperado de <http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/libros/pm.188/pm.188.pdf>
- Guber R. (1988): El salvaje metropolitano. Colección Comunicación y Sociedad. Editorial Legasa, Buenos Aires.
- Hammersley, M.; Atkinson, P (1994). Etnografía. Métodos de Investigación. Paidós, Barcelona.
- Hintze, S. (1997). Apuntes para un Abordaje Multidisciplinario del Problema Alimentario. Cadernos de Debate (Revista do Núcleo de Estudos e Pesquisas em Alimentação - NEPA/



UNICAMP), Campinas, v. V, p.1-20.

Huergo J (2012). Encima que les dan, eligen, Políticas alimentarias, cuerpos, emociones. Revista Latinoamericana de estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad N° 8. Año 4. Abril-Julio 2012. Argentina, p. 29 a 42

Huergo J (2016) Reproducción alimentaria-nutricional de las familias de Villa La Tela, Córdoba, Universidad Nacional de Córdoba. Editorial del Centro de Estudios Avanzados, Córdoba, Argentina

Huergo, J (2016). Darse un gustito. Cocinar y comer en familia. Villa La Tela, Córdoba, Argentina, Physis Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, 26 [4]: 1125-1159, en <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-73312016000400004>

Patiño, F. y Milena, S. (2010). Aportes de la Sociología al estudio de la alimentación familiar Contributions of sociology to family nutrition dynamics. Manizales, 2010-04-30 (Rev. 2010-09-12) Revista Luna Azul ISSN 1909-2474 Recuperado en <http://www.scielo.org.co/pdf/luaz/n31/n31a10.pdf>

Sottile, C. (2015) A través de la mesa. Los saberes alimentarios y su modificación en la segunda mitad del Siglo XX, en la Ciudad de Buenos Aires. Tesis de Licenciatura Universidad de Buenos Aires. Facultad de Filosofía y Letras Departamento de Ciencias Antropológicas
R e c u p e r a d o d e <http://antropologia.filo.uba.ar/sites/antropologia.filo.uba.ar/files/documentos/Sottile%20-%20Tesis.pdf>

Zapata, M., Rovirosa, A., Carmuega, E. (2019). Urbano y rural. Diferencias en la alimentación de los hogares argentinos según nivel de ingreso y área de residencia en salud colectiva | Universidad Nacional de Lanús | issN 1669-2381 | eissN 1851-8265 | doi: 10.18294/sc.2019.2201