



**Nombre de alumno (a): Elisa  
Fernanda Navarro Arizmendi**

**Nombre del profesor: Daniela  
Montserrat Méndez Guillen**

**Nombre del trabajo: ENSAYO**

**Materia: Alimentación y cultura**

**Grado: 1°**

**Grupo: LNU**

## Alimentos como fenómeno cultural

### Cultura

Mientras la nutrición es un proceso biológico muy semejante en todas las personas, la alimentación es un proceso cultural que adopta formas muy variadas porque depende de los alimentos que hay disponibles en una sociedad, y de la elección que hacen de ellos las personas. Las sociedades con un bajo desarrollo económico tienen malas comunicaciones y sus habitantes baja capacidad adquisitiva, de manera que los alimentos que disponen tienen una procedencia local y están poco transformados. En los países menos desarrollados los alimentos son frescos más que transformados, y como en cada uno se consumen los alimentos propios de su entorno inmediato. Un componente importante para entender la disponibilidad de los alimentos y, sobre todo, su elección, son las características de la cultura a la que pertenecen las personas. La cultura incluye la actividad cognitiva, la afectiva y el comportamiento de las personas. Estas tres actividades presentan cuatro características importantes:

- Son consideradas como normales o deseables
- Se encuentran más o menos formalizadas.
- Son compartidas por una pluralidad de personas.
- Son adquiridas y transmitidas.

La cultura es un concepto amplio formado por distintos componentes: las creencias, los valores sociales, los símbolos, las normas sociales, los hábitos sociales, y las sanciones. Las creencias son ideas compartidas y aceptadas como verdaderas acerca de la forma y esencia última de la realidad y de la existencia humana. Las creencias pueden ser interpretaciones del pasado, explicaciones del presente o predicciones del futuro. Las creencias religiosas influyen de forma importante en el comportamiento alimentario: la creencia de los budistas en que debe respetarse a otros seres vivos, explica que no sacrifiquen animales para disponer de su carne. Esta creencia contrasta con la del cristianismo, que señala que los animales fueron creados por Dios y están al servicio de las personas. Valores sociales Son la parte de las creencias que se refieren a la moral, a lo que debe considerarse como deseable. A partir de estos valores, las personas definimos nuestros fines, actuamos y nos juzgamos a nosotros mismos y a los demás. Algunos valores sociales posibles son el éxito profesional, la racionalidad, el honor, el valor, la lealtad o la eficiencia. El símbolo es una representación concreta que sirve para designar o referirse a una realidad abstracta. Pueden ser:

- objetos concretos (pañuelo, bandera...).

Al usarlos formamos parte de lo que el objeto simboliza ciertos comportamientos (participar en comida, comprar una marca ...). Al hacerlo se transmite una idea o sentimiento. Normas

alimentarias, las normas sociales hacen referencia al comportamiento, a lo que se debe hacer en una situación determinada. Las normas se establecen a partir de las creencias o de los valores existentes, y su cumplimiento hace que éstos se reproduzcan. Las normas proporcionan las guías de comportamiento para todas las actividades y, con ello, ayudan a que la conducta sea previsible y que se mantenga el orden social. Los hábitos sobre la alimentación se adquieren en la infancia y son resistentes a los cambios. Es por tanto muy importante desarrollar hábitos adecuados para tener una alimentación adecuada en el futuro. En este sentido, si los niños se acostumbran a tomar un desayuno escaso, mantendrán este hábito el resto de su vida y será muy difícil cambiarlo.

## Socialización

Son quienes participan en la socialización de las personas, en la transmisión de la cultura. Los agentes de socialización más importantes en nuestro contexto son los seis siguientes: La familia se considera que es el principal agente de socialización; la principal transmisora de la cultura. En las familias se realiza el primer acercamiento al mundo exterior, y con la comida se transmite emociones, sentimientos (felicidad, seguridad o tensión), y actitudes vitales. Estos contenidos se mantendrán toda la vida. Los grupos de edad son los formados por personas de edad semejante. Son habituales a partir de la adolescencia. Los jóvenes son un colectivo que es utilizado con frecuencia para introducir nuevos alimentos y nuevas normas sobre la alimentación porque están más predispuestos a introducir cambios y porque sobre ellos se ejerce menor presión para que se ajusten a las normas. La escuela es muy importante durante la infancia. La mayoría de las comidas proceden de las cocinas de empresas de catering más que de cocinas de los propios centros por lo que los alumnos están ajenos a la preparación de los alimentos. Existen ciertas experiencias que están teniendo éxito en acercar los alimentos y su preparación a los escolares como la huerta escolar del Colegio. En la empresa una de sus mayores influencias en el ámbito de la alimentación es mediante los horarios laborales que imponen a sus empleados. Son horarios pensados en organizar de manera eficaz la producción, pero que condicionan el tiempo disponible para comer y, en consecuencia: donde, qué, cómo y con quien se come. Los movimientos sociales sin ánimo de lucro suelen influir en la alimentación ofreciendo al consumidor información alternativa a la existente con el fin de que se modifiquen ciertos hábitos. Los medios de comunicación Adquieren una especial importancia en las sociedades modernas, especialmente la televisión, porque llegan a la práctica totalidad de las personas mediante unas técnicas muy seductoras. Por término medio, se ven unas 4

horas de televisión al día en España. Esto significa que los niños dedican más tiempo a lo largo del año a ver la televisión que a permanecer en la escuela. En el ámbito de la alimentación, la televisión afecta de dos maneras: mediante la publicidad, mediante las series y películas de televisión donde se muestran a actores populares consumiendo ciertos alimentos y de una manera determinada que otorga un significado implícito de la comida.

Bibliografía: Antología Alimentación y cultura UDS