

Alimentación autóctona y saludable en organizaciones comunitarias de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires

Healthy and autochthonous food in community organizations within Autonomous City of Buenos Aires

LIC. FIGUEROA MARÍA ELINA^{1,2}, LIC. LÓPEZ ALBA MARIANA^{1,2}, LIC. PÉREZ TAMARA ANDREA², LIC. OHARRIZ ELIDA¹

¹ Fundación H.A Barceló - Facultad de Medicina. ² Programa Apoyo a Grupos Comunitarios, Ministerio de Desarrollo Humano y Hábitat, Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires.

Correspondencia: Lic. Alba López. Email: albamariana2302@gmail.com

Resumen

Introducción: en la Ciudad de Buenos Aires (CABA), se desarrollan iniciativas de seguridad alimentaria destinadas a la población vulnerable, dirigidas por organizaciones comunitarias en comedores. Reconocer la diversidad cultural en los espacios comunitarios permite valorar el significado que tienen los alimentos para la población asistida, como las consideraciones relacionadas a las prácticas alimentarias autóctonas.

Objetivos: contribuir a mejorar la utilización de recursos y adaptar las costumbres culinarias autóctonas en comedores comunitarios para promover la salud y bienestar nutricional de la población asistida.

Materiales y método: estudio prospectivo y descriptivo. Se realizó un análisis sociocultural de las costumbres alimentarias en la población migrante, beneficiarios del Programa Apoyo a Grupos Comunitarios de la CABA. Los datos se recolectaron a través de una encuesta mixta semiestructurada.

Resultados: se encuestaron a 59 personas (52 mujeres) edad promedio 35 años. La distribución poblacional fue heterogénea: 62% bolivianos, 21% paraguayos, 11% argentinos hijos de migrantes, 4% peruanos y 2% chilenos. El 89% considera a las comidas típicas beneficiosas para la salud, el 78% consume alimentos autóctonos ocasionalmente en eventos especiales. Refirieron asociar sus comidas típicas a diversas emociones como felicidad y recuerdos.

Conclusiones: Los comedores comunitarios permiten a la población acceder a los alimentos, lugar donde confluyen culturas diversas. Es necesario promover espacios para valorar los patrimonios gastronómicos, preservar su transmisión a las generaciones que suceden. Dar relevancia a la cultura alimentaria es necesario para promover la soberanía alimentaria.

Palabras clave: Seguridad alimentaria, Diversidad cultural, Costumbres alimentarias, Comedores Comunitarios, Población migrante.

Abstract

Introduction: in the City of Buenos Aires (CABA), food security initiatives are developed for the vulnerable population, directed by community organizations in soup kitchens. Recognizing cultural diversity in these community areas allows valuing the meaning foods have for assisted populations, as well as considerations related to autochthonous food practices.

Objectives: to improve resources and adapt autochthonous food customs in soup kitchens in order to promote health and nutritional well-being within the assisted population.

Materials and methods: prospective, descriptive and longitudinal study. A sociocultural analysis of food customs of migrant population that benefit from the Support Program to Community Groups (CABA) was carried out. The data was collected through a semi-structured mixed survey.

Results: 59 people (52 women) were surveyed; average age 35. The population distribution was heterogeneous: 62% Bolivians, 21% Paraguayans, 11% Argentine (children of migrants), 4% Peruvians and 2% Chileans. Eighty-nine per cent consider typical foods as beneficial for health. 78 per cent consume autochthonous foods only on special social events. They referred association of their typical foods to several emotions such as happiness and memories.

Conclusions: soup kitchens allow access to food assistance, constituting a place where different cultures converge. It is necessary to promote spaces to value gastronomic heritage, and preserve transmission in successive generations. Giving relevance to food culture is necessary to promote food sovereignty.

Keywords: food safety, cultural diversity, food customs, soup kitchens, migrant population.

Introducción

En la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA), se desarrollan iniciativas de seguridad alimentaria destinadas a la población vulnerable, dirigidas por organizaciones comunitarias en comedores.

A través de la experiencia de trabajo en comedores comunitarios, se viene observando cómo los actores involucrados en la elaboración del servicio alimentario vinculan recursos, herramientas y diferentes formas de preparación autóctonas, según la región a la que pertenecen, para lograr un plato típico acorde a sus costumbres, brindando así una mayor satisfacción a los comensales.

Estos actores, representantes de las diferentes culturas alimentarias prevalentes en la comunidad, manifiestan esto como una necesidad. Dichas preparaciones de comidas típicas, influyen en la calidad nutricional, la inocuidad y la optimización de los recursos disponibles.

El presente estudio se encuentra enmarcado en un proyecto de extensión universitaria de la Fundación Barceló y tuvo como fin conformar el diagnóstico, a través de relevamiento de información en relación a problemáticas relacionadas a la alimentación, utilización de recursos e interacción alimento-cultura. El proyecto se planteó como objetivo “Contribuir a mejorar la utilización de recursos y adaptar las costumbres culinarias autóctonas en comedores comunitarios para promover la salud y bienestar nutricional de la población asistida”

Desde la planificación de los diferentes programas alimentarios, especialmente en las cuestiones técnicas, se destaca una primacía de criterios nutricionales, dirigidos a establecer “metas nutricionales”, priorizando por sobre otras consideraciones en relación a la alimentación, como es la cultura alimentaria. Nos interesa resaltar el abordaje de la alimentación, desde su complejidad social y biológica, señalando el carácter multidimensional de este hecho. Considerando que “la comida es más que una fuente básica de nutrientes; es también un componente clave de nuestra cultura, central a nuestro sentido de identidad. Las identidades, no obstante, no son construcciones sociales fijas, sino que son construidas y re-construidas dentro de formaciones sociales dadas, reflejando las construcciones estructurales existentes e imaginadas y

las experiencias vividas por los sujetos. Como una etapa espacial y culturalmente transicional, el proceso inmigratorio introduce posibilidades de cambio y resistencia a nuevos hábitos, nuevos comportamientos y nuevas experiencias culturales” (1).

Materiales y método

Para esta etapa del proyecto se planteó un estudio de tipo descriptivo; se realizó un muestreo intencional por conveniencia, quedando conformada la muestra por 3 comedores que prestan servicios alimentarios ubicados en la Villa 21-24 barrio de Barracas, villa 1-11-14 barrio de Flores y Barrio de Pompeya. Asimismo, se seleccionaron como informantes claves a los referentes de dichos comedores. De esta forma la muestra estuvo constituida por población adulta migrante beneficiarias del Programa Apoyo a Grupos Comunitarios de la CABA que asiste estas organizaciones. Los criterios de inclusión fueron: personas que participaron en forma voluntaria del estudio; mayores de 18 años; con lugar de nacimiento en Paraguay, Bolivia, Perú y Chile; o hijos de migrantes de las regiones de estudio. Se realizaron 59 encuestas, constituyéndose la muestra final por 3 responsables y 56 beneficiarios. Se aplicó una encuesta mixta semiestructurada constituida por preguntas abiertas y cerradas. Se indagó acerca de aspectos socio demográficos, preferencias alimentarias, percepciones y sentimientos relacionados a la alimentación. Se utilizaron dos modelos diferentes de encuestas, uno destinado a los responsables de los comedores y otro a los beneficiarios.

Resultados

El perfil en relación al origen de la población muestra que la misma es proveniente de 4 países de Latinoamérica y descendientes directos. (Tabla 1).

En relación a género, la mayor proporción estuvo conformada por mujeres, alcanzando un 89% para la muestra de beneficiarios. Estos datos confirman que son las mujeres las que asumen los trabajos de tipo reproductivo, de crianza y cuidados, y quienes se encargan de las tareas relacionadas a la alimentación; considerando además que el

Tabla 1. Distribución por nacionalidad

Nacionalidad	N	%
Argentino/a	6	11
Boliviano/a	35	62
Chileno/a	1	2
Paraguayo/a	12	21
Peruano/a	2	4
Total	56	100

servicio que ofrecen los comedores estudiados es modalidad de entrega de viandas, son las mujeres quienes se acercan a retirar las mismas.

Las edades más prevalentes entre los beneficiarios se encontraron dentro del rango de 30 a 39 años representando el 84% del total de la muestra, coincidiendo con la denominada edad económicamente activa, esto podría relacionarse con las razones de inmigración que refirieron los encuestados (tabla 2). El 7% respondió haber llegado a la Argentina para conocer el país, es decir de forma temporal, sin embargo, actualmente conforman parte de la población migratoria que reside en forma permanente. Los resultados reflejan a Buenos Aires como centro de atención para los migrantes de países limítrofes, quienes llegan a la ciudad atraídos por mejores ofertas y/o condiciones laborales, educación de mejor calidad y por los sistemas públicos de salud.

Los resultados relacionados al perfil socio-demográfico en la población encuestada señalan los bajos niveles de escolaridad, y la alta tasa de desempleo ya que sólo un 32% posee actualmente trabajo. La mayor parte de los encuestados recibe algún tipo de asistencia económica por parte del estado, coexistiendo con la asistencia alimentaria que perciben a través del comedor al que concurren. El 80% de la población desempleada recibe asistencia de organismos del estado. Este contexto ayuda a comprender la situación de vulnerabilidad socioeconómica

Tabla 2. Motivo de migración a la ciudad de Buenos Aires

Motivo de migración	N	%
Trabajo	32	57,14
Familiar	15	26,79
Conocer el país	4	7,14
Salud	4	7,14
No contesta	1	1,79
Total	56	100

en la que se encuentra inmersa la población, sumado a que la mayor parte de ellos, el 67% de los beneficiarios y el 100% de los responsables, tiene hijos a su cargo lo que agrava la situación de inseguridad.

Los comedores comunitarios permiten a la población vulnerable tener acceso a los alimentos, promoviendo uno de los ejes de la seguridad alimentaria, sin embargo al tener en cuenta el tiempo de permanencia de los beneficiarios en los comedores, los mismos no contribuirían a desarrollar algún tipo de autonomía, en busca de metas de soberanía alimentaria; el 14% de la muestra asiste a estos comedores desde hace más de 5 años y el 46%, de 1 a 5 años. No obstante, se considera necesario evaluar otras variables relacionadas para un análisis más exhaustivo.

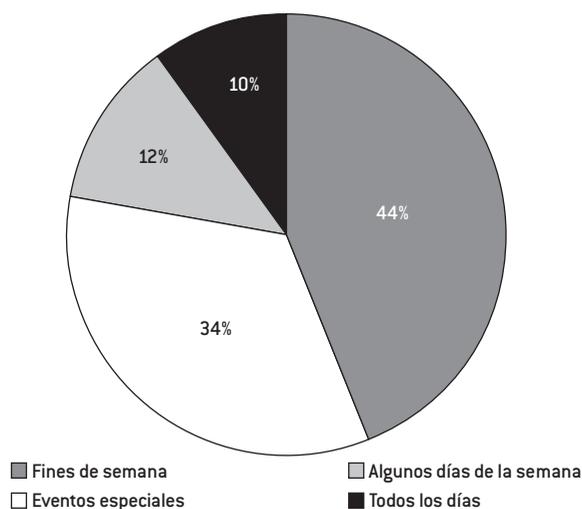
En este contexto donde la diversidad cultural y las costumbres atraviesan al grupo de personas que comparten experiencias alimentarias en los espacios comunitarios, es de importancia conocer la experiencia de cada uno de ellos frente a una realidad cultural diferente representada por los platos alimentarios de la gastronomía argentina, principalmente de estas regiones metropolitanas; para esto resulta pertinente conocer el significado que tienen los alimentos para la población asistida así como las consideraciones relacionadas a las prácticas alimentarias autóctonas.

A través de los resultados se observa que la mayor parte de los encuestados, el 89% de los beneficiarios y los tres responsables consumen comidas típicas de su región, esto da cuenta de que a pesar de estar inmerso dentro de una cultura alimentaria diferente, persisten las preferencias alimentarias de origen.

La mayor parte de los beneficiarios refirió consumir este tipo de preparaciones en situaciones especiales como es el caso de cumpleaños o eventos festivos, un menor porcentaje los fines de semana y en forma diaria (Gráfico 1).

Estos resultados reflejan que estas preparaciones quedan relegadas en mayor medida a situaciones esporádicas y relacionadas a eventos festivos, donde la identidad cultural cobra relevancia en estas celebraciones en forma simbólica, y es aquí donde pareciera que la alimentación adquiere significación relacionada al momento de placer y de interacción social.

Gráfico 1. Frecuencia de consumo de preparaciones/comidas típicas



Para su elaboración, estos platos típicos requieren alimentos cuya disponibilidad es baja en mercados convencionales, no hay producción local y suelen ser meramente exclusivos de sus regiones de origen. Estos condicionantes elevan sus precios, disminuyendo la accesibilidad lo que podría ser uno de los causantes del consumo menos frecuente de dichas preparaciones.

Para tener una aproximación acerca del nivel de inseguridad alimentaria se interrogó si realizan comidas en sus hogares además de las del comedor, el 91% de la población refirió cocinar en sus hogares; las principales preparaciones que elaboran son sopas, guisos y carnes en sus diferentes formas: estofados, pucheros, salsas. Esto da cuenta de las prácticas cotidianas y domésticas que se realizan en cada hogar, que según Aguirre P. (14) conforman “las estrategias domésticas de consumo alimentario” considerándolas como “las prácticas que los hogares realizan en el marco de la vida cotidiana para mantener o mejorar la alimentación y las razones que se aducen para justificarlas”. Todas son preparaciones económicas, “rendidoras” y provechosas desde el punto de vista de la optimización de los recursos alimentarios.

El acceso a los alimentos que las integran es a través de la compra en ferias de barrio (33%), estas suelen tener ofertas u ofrecer alimentos a un menor precio que los mercados tradicionales. Una de las estrategias mencionadas por una de las responsables de los comedores, es proveer a los be-

neficiarios de aquellos alimentos no utilizados en los menús del comedor, debido a la “escasa aceptación” de las formas de preparación que el “mosaico de menús” propuesto por el Programa Apoyo a Grupos Comunitarios; tales como zapallitos para la guarnición de revuelto de zapallitos, acelga para la guarnición arroz a la florentina y choclo para la guarnición fideos con vegetales. Esta estrategia implementada por la responsable del comedor ayuda a promover la seguridad alimentaria en las familias como así también estimula, a que cada una de ellas pueda elegir y experimentar sus preparaciones acorde a sus gustos y costumbres como así también favorecer la comensalidad; las familias elaboran preparaciones como croquetas fritas, tortillas y sopas con dichos alimentos.

En este estudio se tuvo en cuenta las consideraciones relacionadas a las influencias que condicionan las preferencias alimentarias, entre ellas se intentó conocer el vínculo entre las emociones y la alimentación. Los beneficiarios mencionaron que los olores y sabores de sus preparaciones típicas les devuelven recuerdos relacionados a su familia, la infancia, momentos de la vida en su región de origen y les generan sensaciones de felicidad. Estas alusiones demuestran a la alimentación como una construcción social con fuerte influencia en la identidad cultural y las costumbres, centrando al alimento y/o el plato típico como movilizadores de recuerdos que conformaron parte de esa identidad (Tabla 3).

Si bien las elecciones alimentarias están influenciadas por las costumbres, hábitos, enseñanzas, religión y emociones, también suelen estar

Tabla 3. Sentimientos asociados con el consumo de preparaciones típicas (n=54)

	N	%
Nostalgia	14	26
Recuerdos de su familia	13	24
Recuerdos de su infancia	6	11
Recuerdos de su vida en su región	2	4
Felicidad	12	22
No le genera sensación	7	13
Total	54	100

condicionadas por el rol de los alimentos en relación a la salud, reconociéndolos como saludables y no saludables; al indagar este aspecto, un 70% de los encuestados refirió considerar a las mismas buenas para la salud.

A través de las entrevistas a los responsables de los comedores, se indagó acerca de las preparaciones autóctonas que realizan, los métodos de cocción y de los ingredientes utilizados, con el fin de tener una aproximación y estimación acerca del su valor nutricional. Algunas de las preparaciones mencionadas fueron, kawii, pique a lo macho, sopa paraguaya, charque, chipa guazú, picante de pollo y pollo frito. Estos platos se caracterizan por utilizar métodos de cocción mixtos, sellado de los alimentos en aceite y frituras; el uso de carnes, cereales y papas como base de las preparaciones; y la adición de condimentos picantes. Teniendo en cuenta los ingredientes que lo conforman y los métodos de cocción y elaboración se los puede correlacionar con preparaciones de alta densidad calórica.

En los tres comedores se observó un cambio y adaptación del menú programado. Hubo modificaciones parciales o totales, siendo esta una práctica frecuente. Se reemplazaron ciertas verduras frescas (acelga, zapallitos redondos, choclo, zanañoria y tomate) por hortalizas feculentas y cereales.

Los responsables refirieron que los cambios de los métodos de cocción y preparación son en base a la demanda de los beneficiarios en relación a sus gustos. También mencionaron que para la elaboración de los menús suelen utilizar condimentos diferentes a los que están provistos en el menú estandarizado, tales como laurel, comino y ajo, refiriendo que estos resaltan mejor el sabor de sus comidas.

Las opciones del menú planificado por el Programa Apoyo a Grupos Comunitarios corresponden a una estandarización de diferentes platos que son parte de la cultura alimentaria argentina; se indagó acerca del nivel de aceptación de éstos por parte de la población asistida. El 75% refirió que el menú que se les brinda en los comedores es de su agrado, teniendo en cuenta que es frecuente la modificación de los menús.

Considerando que las cocinas tradicionales de los principales países de procedencia de la población estudiada se caracterizan por platos con-

dimentados con sabores fuertes y métodos de cocción que resaltan el sabor, se intentó conocer si esto es una característica que influye en la aceptación del menú.

En respuesta a si incorporarían algún otro alimento al menú y cual sería, los responsables mencionaron: condimentos y ajo, ensalada de frutas, albóndigas y pan de carne. También dos de ellos, manifestaron que quitarían del menú la opción lasaña y ravioles, por no ser de agrado de los comensales. Uno de ellos resaltó la preferencia de milanesas y pollo al horno por parte de los beneficiarios. Se observó que, en relación a las preferencias en el menú, las percepciones de los responsables, a veces, no coinciden con lo que realmente menciona la población asistida.

La mayor parte de la población encuestada considera que las opciones de menú son adecuadas para conservar la salud, la tendencia hacia esta respuesta fue significativa ya que el 95% de los beneficiarios así lo considera al igual que el 100% de los responsables.

Discusión

Los comedores comunitarios facilitan el acceso a los alimentos a la población en situación de vulnerabilidad socioeconómica, promoviendo así la seguridad alimentaria. Estos espacios, no sólo se caracterizan por propiciar el plato de comida para saciar el hambre sino que también conforman sitios donde confluyen culturas diversas, produciéndose un cruce cultural entre las preferencias alimenticias autóctonas de las poblaciones migrantes y la oferta de comidas pertenecientes a la cultura local de nuestro país. Pudimos entrever, entre los resultados encontrados, una alta aceptación de los menús, tanto por ambas partes, referentes y beneficiarios, identificando a las pastas (ravioles y lasañas) como comidas menos aceptadas. Pudimos identificar prácticas de adaptación de menús, tanto en técnicas culinarias, como elaboración de platos típicos. Las mismas, serían nutricionalmente equivalentes, si utilizan ingredientes aportados por el Programa; respecto a técnicas culinarias, hay preponderancia a métodos mixtos y frituras, lo cual podría ser plausible, de introducir mejoras en

ese aspecto. Desde los programas alimentarios debería existir un rango de flexibilidad que permitan estas adaptaciones, dadas en modalidad informal, y abarcarlas desde la formalidad en la medida de lo posible.

Si bien el principal interés de la aproximación diagnóstica, tiene que ver con la consideración de los diferentes grupos culturales dentro de la programación técnica del menú del Programa de Apoyo a grupos Comunitarios, los resultados hallados nos orientan a la necesidad de revalorizar los conocimientos y prácticas alimentarias de los grupos de origen migrante.

Conocer los saberes previos en relación a los alimentos y las influencias culturales que movilizan las elecciones alimentarias, nos permiten adecuar las propuestas de los programas alimentarios, teniendo presente que las prácticas alimentarias se encuentran fuertemente relacionadas no solo a lo meramente nutricional sino también a costumbres arraigadas, a lo cultural y a lo emocional.

Se pudo observar, como se dan las gramáticas culinarias, según Fischler C. (19), en tanto “reglas que involucran la preparación y combinación de alimentos, no sólo como proceso mecánico, físico y químico de transformación de la materia orgánica en platos de comida, sino como el marco normativo y de sentido de las prácticas de cocinar y comer”.

Conclusión

En conjunto con el grupo poblacional con el que se trabajó se dio un proceso de aprendizaje mutuo, dándose lugar al diálogo de saberes, tan necesario para preservar los derechos a una alimentación segura y soberana, manteniendo la dignidad de cada persona.

Es necesario promover espacios para valorar los patrimonios gastronómicos y preservar su transmisión, a las generaciones que suceden, y estas organizaciones pueden tener un rol activo haciendo sus aportes a ello. Dar relevancia a la cultura alimentaria de cada grupo es uno de los puntos que promueve a la soberanía alimentaria.

Agradecimientos

Agradecemos el apoyo de Gustavo Posteraro, Gerente operativo del Programa Apoyo a Grupos Comunitarios, Ministerio de Desarrollo Humano y Hábitat, Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires; el apoyo del área de Extensión Universitaria y de la Carrera de Nutrición de la Fundación H.A Barceló, a su Directora Norma Guezikarain y la participación activa de las estudiantes de nutrición Araceli Valloñe, Estefanía D’Ursi, Amalia Piloto, Dulce Ábalos, Milagros Gandini y Anabel Rodríguez Paquete.

Referencias bibliográficas

1. Mustafa Koc y Jennifer Welsh. Alimentos, prácticas alimentarias y experiencia de la inmigración. Centro de Estudios en Seguridad Alimentaria. Universidad de Ryerson, Toronto, Canadá. 2002.
2. Cerruti Marcela. Diagnóstico de las poblaciones de inmigrantes en Argentina, serie de documentos de la Dirección Nacional de población. 2009.
3. Contreras Jesús. Alimentación y cultura, reflexiones desde la antropología. Revista chilena de antropología 1992; 11.
4. Aranceta Bartrina Javier. Preferencias y hábitos alimentarios. Nutrición comunitaria. 2000.
5. Cristiano Nunes dos Santos. Somos lo que comemos: identidad cultural y hábitos alimenticios. Estudios y Perspectivas en Turismo, 2007; 16.
6. Mónica García Barthe. Del alimento a la comida. Las transformaciones en la comensalidad y su efecto en los cuerpos de los niños. Rev. Hosp. Niños (B. Aires) 2014; 56(255): 237-248.
7. Ley 25.724. Publicada en el BO 17/01/2003. Programa de Nutrición y Alimentación Nacional.
8. Pascucci Silvina. Ponencia: Bolivia en Argentina: Para un estado de la cuestión sobre los inmigrantes bolivianos en nuestro país. 2009.
9. Maceira Daniel. Stechina Mariana. Salud y Nutrición. Problemática alimentaria e intervenciones de política en 25 años de democracia. 2011.
10. Santarsiero Luis. Los comedores comunitarios como fenómeno social, político y alimentario en la Argentina de los últimos treinta años: una “guía práctica” para su comprensión. En: Cuestiones de sociología n°9, UNLP, 2013.
11. Vázquez Gudiño, Irene. Los alimentos como código comunicacional. ALASRU. 2013; 79: 67.
12. Cuadernillo n°2. Organización Internacional para las Migraciones en Dirección Nacional de Migraciones. 2012.
13. Organización Internacional para las Migraciones Buenos Aires. Perfil Migratorio en Argentina. 2008.
14. Aguirre, Patricia. Ricos flacos y gordos pobres. La alimentación en crisis. 2004.
15. Piaggio; Solans. Enfoques Socioculturales de la alimentación. Lecturas para el Equipo de Salud Akadia. Editorial Akadia. 2014.
16. Aguirre, Patricia. Una historia social de la comida. Lugar editorial Edunla cooperativas. 2017.
17. Pierre Bourdieu. La construcción social del gusto. Puentes entre la alimentación y la cultura Bs AS. Libros del Zorzal 2010.
18. Aguirre, P. Polischer G. Díaz Córdova, D. Cocinar y comer en Argentina Hoy. Fundasap. 2015.
19. Fischler, C. Gastro-nomía y gastro-anomía. Sabiduría del cuerpo y crisis biocultural de la alimentación moderna. Gazeta de Antropología, 2010, 26 (1), artículo 09.