

Prácticas alimentarias de adolescentes rurales en Santa María Tecuanulco, México

Food practice of rural adolescents in Santa María Tecuanulco, Mexico

María Eugenia Chávez-Arellano

 <https://orcid.org/0000-0003-1149-706X>

Universidad Autónoma Chapingo

chavez.arellano@correo.chapingo.mx

Resumen: Las prácticas alimentarias en el medio rural de la región de Texcoco guardan relación con los hábitos de consumo alimentario local —basados en el maíz y sus derivados, principalmente—; sin embargo, en ellas influyen una serie de determinantes socioculturales que imponen las formas de consumo urbano-dominantes, como resultado de la constante interacción de las culturas originarias con la vida urbana y su acceso a diversos medios de comunicación. En este documento se presentan avances de una investigación sobre la cultura alimentaria de adolescentes de Santa María Tecuanulco. A partir de su experiencia cotidiana, los participantes —estudiantes de entre 12 y 15 años de edad— aportaron información sobre el conocimiento que tienen acerca de diversos productos locales comestibles (animales y vegetales) y de la forma en que los consumen.

Palabras clave: prácticas alimentarias, rural, adolescentes, cultura.

Abstract: Food practices and behaviors in the rural area of Texcoco region are related to local food consumption practices —fundamentally based on maize—, however, they are influenced by a series of socio-cultural determinants that impose the urban-dominant forms of consumption, as a result of constant interaction of the original cultures with urban life and mass media. This paper presents advances in research on food culture in the region of Santa María Tecuanulco, based on field work done with teenager students in that village. This population group between 12 and 15 years of age contributed very valuable and interesting information of the knowledge they have about edible local products and the way they are consumed.

Keywords: food practices, rural, teenagers, culture.

TRADUCCIÓN:

María Eugenia Chávez Arellano (Universidad Autónoma Chapingo)

CÓMO CITAR:

Chávez-Arellano, M. E. (2018). Prácticas alimentarias de adolescentes rurales en Santa María Tecuanulco, México. *Culturales*, 6, e346. doi: <https://doi.org/10.22234/recu.20180601.e346>

Recibido: 4 de octubre de 2017 / **Aceptado:** 7 de noviembre de 2017 / **Publicado:** 17 de mayo de 2018



Introducción

Las cuestiones alimentarias se han convertido en objeto de interés de estudiosos de diversas áreas del conocimiento, como ciencias de la salud, disciplinas agronómicas, economía, sociología o antropología, debido a su relación con la salud, la producción y escasez de alimentos o su significado cultural. De hecho, la alimentación se ha reconocido como un factor determinante en la evolución de la humanidad, por lo que ha existido interés en indagar el aporte de esta práctica al bienestar de las personas en las diferentes sociedades.

La diversidad de estudios sobre el tema, desde múltiples disciplinas y posiciones teóricas, ha demostrado que la alimentación no puede ser abordada de manera unidimensional, pues además de ser una forma esencial de satisfacer una necesidad primaria, está rodeada de elementos que la convierten en una expresión cultural —con todo lo que ello implica—, en relación con las preferencias de la gente respecto a lo que come o los significados que atribuye a los alimentos. El tipo de productos comestibles que los individuos consumen e ingieren regularmente refleja una forma de vida que estos asumen y reproducen de manera constante. No existen patrones invariables de alimentación, por el contrario, continuamente se modifican al incorporar nuevos elementos que agradan y satisfacen a los distintos grupos humanos.

Los aspectos socioculturales que influyen en las formas de alimentación son un referente necesario para la comprensión de este comportamiento. En circunstancias de bajo poder adquisitivo, lo que se come puede estar definido con base en *para lo que alcanza*, pero aun cuando lo económico guíe la elección de quien se encarga de la tarea familiar de preparar los alimentos, éste puede escoger lo que es mejor aceptado por los miembros de su familia. La aceptación y el rechazo hacia lo que se puede comer o a lo que el mercado ofrece pasan por un tamiz cultural y social que regulará, por así decirlo, la preferencia por

uno u otro producto, así como por aprender nuevas formas de preparación, conservar otras o incorporar nuevas propuestas a las viejas formas de cocinar y de comer.

Con base en estas ideas, el objetivo de este documento es exponer y analizar los resultados parciales de una investigación sobre cultura alimentaria en una comunidad rural-indígena de la región montañosa del municipio de Texcoco, en el Estado de México. Específicamente, interesa dar cuenta de la manera en que los adolescentes identifican las diversas formas en que se consumen los alimentos en su localidad, así como algunas de sus preferencias de consumo alimentario. Los adolescentes participantes estudian la secundaria y representan un importante grupo de población que —por su edad y condición estudiantil— tiene acceso al conocimiento de diversas propuestas de consumo que se aprenden en la interacción con grupos diferentes al familiar.

Sobre lo alimentario: de la nutrición a la cultura

El estado de nutrición de los pueblos como indicador de desarrollo ha sido tema de constante atención. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la malnutrición es —en general— una condición provocada por las carencias, excesos o desequilibrios en la ingesta de nutrientes. En condiciones de desnutrición, la carencia de nutrientes afecta el crecimiento de las personas y puede llevarlas a la muerte. Cualquier caso de malnutrición implica que no existe una ingesta adecuada de nutrientes y calorías que permitan una condición saludable (OMS, 2017).

Aunque la alimentación es una de las necesidades básicas de los humanos, la forma de realizarla no siempre es *adecuada* en términos nutricios. En muchas ocasiones el consumo de alimentos poco tiene que ver con su calidad nutricional, y se justifica más por los valores y las creencias culturales. La antropología ha ofrecido muchas y variadas

visiones al respecto, desde Malinowski (1975), al describir minuciosamente las formas de consumo alimentario de los trobriandeses; Harris (1985), quien basándose en una perspectiva materialista de la cultura logra dar una explicación económica a las formas y decisiones de consumo de alimentos en algunas culturas o, en la misma línea teórica, el texto de Sahlins (1976), sobre el significado simbólico de las prácticas culturales.

En México, los antecedentes de estudios y diagnósticos sobre la situación alimentaria datan de 1958, cuando el equipo del Instituto Nacional de Nutrición Salvador Zubirán (ahora Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán), en colaboración con otros organismos —como la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (conocida como FAO, siglas en inglés de Food and Agriculture Organization of the United Nations), la OMS y el Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia (cuyas siglas en inglés son UNICEF: United Nations International Children's Emergency Fund)— comenzó un seguimiento sistemático sobre el tema, con el fin de proponer acciones que lo solucionaran (Chávez, 1980, 1982). Por otra parte, a raíz de la crisis de la agricultura nacional en la década de los años ochenta del siglo XX, se crearon programas dirigidos a superar el hambre y la mala alimentación. Uno de ellos fue el Sistema Alimentario Mexicano (SAM, en 1980), cuyo objetivo fundamental era elevar el nivel nutricional de la población más pobre a través del logro de la autosuficiencia en la producción de granos básicos. Durante la misma década vieron la luz el Programa Nacional de Alimentos (1983) y el Programa Nacional para el Desarrollo Integral (1985).

Los resultados de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut) de 2012 evidencian un muy ligero descenso en problemas de salud relacionados con la alimentación, tales como anemia, sobrepeso y obesidad, por lo que una y otros siguen

considerándose focos de atención para la población en general. Si bien la desnutrición es un problema de salud a resolver, el sobrepeso y las enfermedades asociadas (como la diabetes) también han tenido que ser reconocidas como problemas de salud relevantes. Lo anterior significa que los padecimientos de la población relacionados con la alimentación no sólo tienen que ver con la falta de nutrientes y comestibles, sino también con los excesos y las deformaciones (causa y efecto, respectivamente).

Las décadas de los años ochenta y noventa del siglo XX y los inicios del presente siglo han sido escenario de importantes contribuciones antropológicas al respecto, a través de trabajos como los Adler y Lomnitz (1987), Contreras (1995), y Vargas y Long (2005). Bertran y Arroyo (2006) coordinan una obra que ofrece una compilación interesante de trabajos sobre el tema, desde un panorama de los estudios de nutrición y alimentación bajo el enfoque de la salud y la antropología, hasta estudios particulares sobre Brasil, España, mujeres o regiones indígenas como la de Yucatán.

En otras fuentes se encuentran aportaciones que también permiten acercarnos a las formas particulares —locales o regionales— de alimentarse, como el trabajo sobre rituales indígenas relacionados con la manera de compartir comida (López, 2001); el que aborda los significados y representaciones de las preferencias respecto a lo que se come en Sonora (Sandoval-Godoy, Domínguez y Cabrera, 2009), o los realizados en torno a mujeres rurales y sus prácticas alimentarias, la percepción de sus cuerpos, y los significados de la comida en diferentes regiones de México (Pérez-Gil y Gracia-Arnaiz, 2013; Pérez-Gil y Romero, 2010; Pérez-Gil, Vega-García y Romero-Juárez, 2007).

No obstante, aunque en México persisten muchas formas de alimentación que se derivan de prácticas ancestrales, es imposible negar el papel que la economía y los procesos de modernización han jugado en las diversas formas de consumo, tanto general como

alimentario en particular. En este sentido, autores como Contreras y Gracia (2005) y Rebato (2009) han señalado la importancia de la globalización en la conformación de una especie de *nuevo orden alimentario* que, por un lado, ha generado —en determinados lugares y entre ciertos grupos de población— el rescate y reivindicación de las comidas regionales, locales y autóctonas; pero que, por otro, ha desplazado formas locales o, en el mejor de los casos, ha llevado a un *sincretismo* de las formas alimentarias, originando en muchos casos efectos alimentarios notoriamente negativos para la salud (García, 2010; Montoya-Sáez, 2012).

En México, las modificaciones en el consumo de alimentos en los últimos años se asocian, en algún sentido, a la incorporación del país al Tratado de Libre Comercio de América del Norte (TLCAN), toda vez que éste no sólo repercutió en una *modificación de la oferta de alimentos* relacionada con la apertura comercial, sino con la caída de precios de los productos mexicanos. La competencia en precios, que ha favorecido la importación de granos básicos como el maíz o frijol, trae consigo el abandono del cultivo comercial de esos productos, pero también, consecuentemente, los diversos productos que se ofertan se han ido incorporando a las dietas populares (Santos-Baca, 2014).

En este sentido, la producción de alimentos industrializados, su amplia presencia en el mercado y su alto consumo indican una predilección por parte de los consumidores, no sólo por lo práctico que estos productos puedan ser, sino porque se han ido incorporando a los estilos de vida de la gente tanto en el medio urbano como en el rural. La oferta y demanda de comida rápida e industrializada es diversa, y en gran medida responde a las necesidades creadas en diferentes ambientes, por ejemplo a través de los medios de comunicación y su presencia cada vez mayor en supermercados, tiendas de conveniencia,

expendios y tiendas locales, como el caso de las sopas instantáneas, cuyo consumo es alto entre diversos sectores de la población (Páez, 2015).

Metodología

Esta investigación se concibió como un trabajo descriptivo y analítico que dará cuenta de los elementos que conforman prácticas y comportamientos de grupos de población, desde una perspectiva cultural e interpretativa, es decir, de comprensión de sentido.

Debido a la complejidad de los acontecimientos sociales, para el logro de esta propuesta se ha planteado una estrategia mixta de recopilación de información, la cual se lleva a cabo mediante instrumentos cuantitativos y cualitativos, de acuerdo con las necesidades de cada etapa.

Con base en la idea de que lo cultural está conformado por una serie de elementos que dan forma y sentido a las prácticas sociales que en las acciones cotidianas objetivan creencias, valores, significados —entre otras cosas—, he partido de la importancia de atender la parte fenomenológica de las acciones sociales (en este caso, comportamientos alimentarios) para tratar de hallar el sentido que la gente da, en un espacio y tiempo determinados, a la elección y el consumo de productos alimentarios. Si se asume que la alimentación es una parte sustancial de las prácticas de la vida cotidiana, necesariamente representa una objetivación de creencias y valores con gran significado. De esta manera, se puede afirmar que para activar el pensamiento y la memoria de los sujetos —adolescentes, en este estudio— acerca de lo que comen o de los alimentos que conocen, así como de su importancia, accesibilidad, aceptación o desprecio, se puede recurrir a identificar las representaciones sociales en torno a los alimentos en relación con los aspectos señalados.

Entre las actividades iniciales que se han realizado hasta el momento, se encuentran:

- 1) Recorridos por los mercados y tiendas locales para identificar el tipo de productos ofrecidos;
- 2) Conversaciones con habitantes de la localidad;
- 3) Grupo de discusión con personas de la tercera edad, durante una reunión celebrada como parte de las actividades promovidas por el municipio con este grupo de población;
- 4) Encuesta a 117 hogares, con el fin de recabar información sobre la adquisición y consumo de los diversos productos alimentarios que permiten a la familia preparar sus comidas, así como los lugares donde los compran, la frecuencia y la proporción del ingreso familiar que se gasta en comida;
- 5) Talleres y grupos de discusión con adolescentes que asisten a escuelas secundarias de Santa María Tecuanulco (realizamos tres talleres con 120 niñas y niños de entre 12 y 15 años de edad).

Durante los talleres con estudiantes de secundaria se aplicaron dos tipos de *instrumentos de asociación de palabras* con un término inductor cada uno, para conocer la forma en que los jóvenes identificaban las diversas maneras de preparación de alimentos, su consumo y algunas predilecciones. En uno de los instrumentos los términos inductores fueron nombres de algunos productos vegetales y animales, para que señalaran por escrito las formas en que los comen (algunos hicieron dibujos). En otro instrumento se les proporcionaron algunos conceptos, como *antojo, hambre, sabroso, caro, barato, nutritivo* y otros (siempre relacionados con alimentos). Debajo del concepto, cada persona debió escribir tres palabras que éste le evocara, y jerarquizarlas por orden de importancia (del 1 al 3). Posteriormente se elaboró una *red semántica natural* (Hinojosa, 2008).

La información obtenida se vació en un archivo de Excel, y se realizó un tratamiento estadístico que consistió en multiplicar la frecuencia de las palabras definidoras (aquellas escritas por los estudiantes) por el valor ponderado (VP) y obtener el peso

semántico (PS) de cada una, con la intención de tener un acercamiento a una interpretación de lo importante y lo significativo que para los participantes tienen los alimentos que forman parte de su entorno cotidiano. El presente trabajo se desarrolla con base en los datos obtenidos en los talleres descritos (los realizados en febrero de 2016 aportaron las cifras que se muestran en los cuadros y figuras, salvo que se indique lo contrario).

Santa María Tecuanulco, Texcoco

Santa María Tecuanulco (en adelante SMT) forma parte del municipio de Texcoco y se localiza en la parte montañosa del mismo —a 2 639 metros sobre el nivel del mar (msnm)—, a 19.5° latitud norte y 98.5° longitud oeste. De acuerdo con los datos más recientes del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi, 2010), esta comunidad, de marginalidad media, tiene una población total de 2 773 habitantes, de los cuales 1 339 son mujeres y 1 414 son hombres. SMT, junto con otras localidades de la zona montañosa de la región, tales como San Jerónimo Amanalco, Guadalupe Amanalco, San Miguel Tlaixpan, Santiago Ixayoc y Santa Catarina del Monte, registran —al menos desde los criterios censales— a 2 144 personas bilingües (náhuatl y español) mayores de tres años (Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas [CDI], 2010; Inegi, 2010). Cerca de 16% de estas personas son habitantes de SMT, la cual ocupa, de estas seis comunidades de la montaña, el cuarto lugar en población.

Los datos anteriores son relevantes dado que, aunque todo el municipio tiene una tradición histórica desde la época precolombina, se considera que las comunidades de la montaña texcocana forman parte de los pueblos originarios que perduran entre costumbres y tradiciones desde antes de la conquista. De hecho, 38.83% de la población de SMT es

identificada como indígena, es decir, se define como tal a partir de su sentido de pertenencia, arraigo o conocimiento de la lengua originaria (CDI, 2010).

Palerm (1993, p. 34) señala que la comunidad de SMT se halla en un área del Estado de México que durante la época prehispánica perteneció al llamado señorío de Texcoco, es decir, estamos ante una población que ha pervivido a lo largo del tiempo, no sin haber sido activa partícipe de los cambios y transformaciones que se imponen históricamente. En este contexto, adquiere relevancia tratar de conocer cómo la gente ha ido incorporando elementos de consumo alimentario diverso en sus prácticas alimentarias cotidianas. Combinación y transformación de prácticas y comportamientos que no necesariamente se dan en términos de conflicto cultural, sino que, por el contrario, en la mayoría de los casos se presentan de manera imperceptible, pero firme.

El acceso a SMT desde la cabecera municipal de Texcoco se ha vuelto de fácil tránsito, tanto por la carretera que va a Veracruz como por el camino que atraviesa el Parque Nacional Molino de Flores (en coche, el viaje se realiza en aproximadamente 20 o 30 minutos, dependiendo del flujo vehicular en el centro de Texcoco). En la actualidad, en ambos casos los caminos se encuentran perfectamente pavimentados, con muy pocos problemas en el asfalto. La cercanía con la ciudad de Texcoco (13 kilómetros desde el centro) y el fácil acceso —tanto en transporte público como en coche— hacen que la población del lugar mantenga una amplia y dinámica movilidad hacia las zonas con más equipamiento urbano del municipio. Sin embargo, no es el actual fácil acceso en transporte ni la mejora en los caminos lo que ha promovido la movilidad de la gente de SMT.

De hecho, y de acuerdo con los testimonios de algunos habitantes, los originarios de Santa María desde hace mucho tiempo han mantenido relación no solamente con el resto del municipio, sino con la Ciudad de México y otros municipios del mismo Estado de

México, mediante la comercialización de productos de la localidad. Inicialmente, desde las décadas de los años veinte o treinta del siglo XX —dicen— salían a pie a vender a Chiconcuac o al centro de Texcoco. Para las décadas de los años cincuenta y sesenta comenzaron a vender en el Mercado de Jamaica, en la Ciudad de México, a donde llevaban escobas de perilla (de varas recogidas del monte) y algunos productos agrícolas.

En el trabajo realizado por Palerm (1993) en la década de los años ochenta del siglo XX, la autora ya lograba un acercamiento a los cambios en la alimentación de la comunidad como resultado de las transformaciones en las ocupaciones de la población. Para entonces, la autora ya daba cuenta de importantes transformaciones en la alimentación, asociadas no sólo a “la creciente sustitución de autoabasto por productos comprados” (Palerm, 1993, p. 104) y a la aparición de pequeñas, pero numerosas tiendas de abarrotes, sino a que algunos productos, otrora cultivados en la comunidad, como el trigo o la papa, no se producían más.

En agosto y septiembre, cuando se llega a la comunidad por el camino procedente del Molino de Flores es posible observar los cultivos de maíz, especialmente a los lados de la carretera, antes de llegar al *centro*, donde está la iglesia. Esta carretera atraviesa la comunidad y pasa frente a la iglesia y la casa de la delegación. Hacia la derecha se levanta la parte más alta de la comunidad; hacia la izquierda, el paisaje de calles y casas se aprecia hacia abajo. Si uno camina hacia la derecha, por las calles que suben, es posible mirar hacia abajo y observar terrazas donde se cultiva maíz y crecen árboles frutales, principalmente de duraznos, peras, manzanas, tejocotes. Ya en ninguna época del año se verán cultivos de trigo o papa. La cantidad de locales expendedores de abarrotes, verduras, pollo, alguna carnicería y la presencia de un mercado itinerante —los miércoles—, son muestra de lo

importante que estos comercios se han vuelto para el abastecimiento de insumos para la preparación de las comidas diarias de muchas familias de la comunidad.

En la actualidad, SMT es una localidad cuyas actividades económicas más importantes son la venta de flores y la música. Sin dejar de lado que hay gente que realiza actividades remuneradas de diversos tipos en la Ciudad de México o en otros municipios del estado, así como personas que han abierto diferentes pequeños comercios en el lugar. La vocación agrícola de la población ha quedado limitada a los árboles frutales y algunos cultivos, fundamentalmente para autoconsumo, como el maíz y un poco de frijol, según testimonios de los habitantes.

Los adolescentes y los alimentos

Los organismos de salud y educación que atienden a población adolescente señalan la importancia que tienen las personas en esta etapa de la vida en términos de desarrollo físico y salud. La adolescencia resulta de interés porque se considera que el periodo comprendido entre los 10-19 o 12-18 años de edad corresponde a aquella parte de la vida en que los seres humanos presentan los cambios orgánicos, sociales y emocionales más acelerados. Por esta razón, se dice: “La alimentación del adolescente debe favorecer un adecuado crecimiento y desarrollo y promover hábitos de vida saludables” (Marugán, Monasterio y Pavón, 2010, p. 307). Más allá de la relatividad de la clasificación etaria, resulta interesante acercarse a la manera en que los jóvenes estudiantes —que efectivamente están en diversos procesos de lo que podríamos llamar *socialización secundaria*, a través de la escuela y grupos de amigos fuera del hogar— perciben y clasifican los alimentos que forman parte de su vida diaria, dentro y fuera de casa.

En México son pocos los trabajos que abordan lo que los adolescentes prefieren comer o con base en qué orientan sus formas de alimentación. La preocupación fundamental y los escritos sobre este sector de población se centran en describir las necesidades y formas que deben seguirse para una alimentación adecuada en el periodo de edad definido como adolescencia. Se parte de una necesidad particular de ingesta de nutrientes que apoyen esta etapa de crecimiento, especialmente ante los crecientes problemas de obesidad que se han generado en México (Jiménez, 2015).

Sin embargo, encontramos algunas aportaciones interesantes al respecto: la primera de ellas es una investigación realizada con estudiantes de bachillerato en la Ciudad de México, para identificar el riesgo de anorexia en razón de sus hábitos alimentarios (Sámano, Flores-Quijano y Casanueva, 2005). Por su parte, Alvarado y Luyando (2013) realizaron 710 entrevistas a adolescentes en la ciudad de Monterrey, para conocer cómo percibían la alimentación saludable. Los autores destacan la poca claridad que los estudiantes tenían en torno a ésta y que se identificó una tendencia a un mayor consumo de alimentos *chatarra* asociada a un menor nivel de ingresos familiar. Otro trabajo sobre las representaciones sociales relacionadas con la alimentación escolar en la Ciudad de México (Théodore, Bonvecchio, Blanco y Carreto, 2011), que incluye entre los sujetos de estudio no únicamente a jóvenes, sino también a profesores y madres de familia, llega a identificar que existe un discurso de la “alimentación saludable científica” entre los actores, que reconoce a la comida *chatarra* como dañina en oposición a la comida *casera*, pero que, no obstante, este tipo de alimentos sigue a disposición de los chicos en las escuelas.

En el caso de la región de Texcoco, donde se localiza la comunidad objeto del presente análisis, en la mayoría de las escuelas de educación básica se ha puesto en marcha un programa de apoyo a la alimentación, para mejorar las formas de consumo alimentario.

Por esta razón se consideró que los alumnos de secundaria eran una rica fuente de información. Además, como grupo de población, los estudiantes adolescentes por lo general aún dependen directamente de la familia de origen en cuanto a su alimentación en el hogar, pero al mismo tiempo están en una etapa en la cual se intensifican las relaciones con sus pares fuera de casa. La educación formal, los medios de comunicación y las redes sociales ponen al alcance de los jóvenes una gran cantidad de información, que incorporarán de una u otra manera a su cotidianidad y que contribuirá en la conservación o modificación de diversas pautas culturales, entre las que por supuesto están las maneras de comer.

Como se mencionó, uno de los objetivos de los talleres era que los jóvenes distinguieran los diversos productos por grupo de alimentos; por ejemplo, los de origen animal, cereales, vegetales, frutas o tubérculos. Se les proporcionaron 19 hojas, cada una de las cuales tenía como encabezado el nombre de un producto (maíz, trigo, nopal, pollo, etcétera) y ellos tenían que escribir la manera en que lo habían comido; algunos hicieron dibujos.

Como resultado de esa actividad, conocimos 501 diferentes formas en que se consumen o preparan 19 *productos* comestibles: dos cereales, tres leguminosas, seis vegetales, un tubérculo, tres frutas, cuatro animales. El cuadro 1 muestra la cantidad de formas de preparación que los jóvenes pudieron identificar para cada producto.

La elección de los productos fue realizada con base en una serie de visitas a la comunidad y a las tiendas, y mediante la identificación de los productos cultivados en la región y ofrecidos a la venta en mercados y expendios.

Como se puede observar, se solicitó información sobre la preparación de dos cereales (trigo y maíz), ocho vegetales (nopal, calabaza, ejote, papa, quelite, jitomate,

tomate y cebolla), dos leguminosas (frijol y haba), tres frutas (manzana, pera, tejocote) y cuatro animales (borrego, res, pollo y cerdo).

Cuadro 1. Formas de consumo de 19 productos comestibles.

Producto	Número de formas de consumo
Frijol	41
Nopal	38
Pollo	38
Haba	32
Calabaza	32
Manzana	32
Cerdo	32
Papa	31
Cebolla	28
Verdolaga	27
Res	24
Trigo	23
Maíz	22
Pera	20
Jitomate	20
Borrego	17
Ejote	16
Tomate	16
Tejocote	12
Total	501

Fuente: Elaboración propia.

Destacan, por la variedad en que se comen o preparan: una leguminosa (frijol); un vegetal (nopal), así como pollo, cerdo y manzana. En cuanto al maíz, si bien los estudiantes no mencionaron una gran variedad de formas de comerlo, su consumo es alto, puesto que forma parte de preparaciones indispensables en las comidas diarias de la gente, como el caso de las tortillas, atole, tamales y un conjunto de bocadillos de frecuente consumo, como las quesadillas, los sopes y los tlacoyos. De esta manera, aunque las variedades de consumo de este cereal parecen pocas en comparación con otros, incluso con las del trigo, al mencionar combinaciones o guisos de otros productos los tacos y las quesadillas ocupan un

lugar preponderante; es decir, en esta forma de consumo el maíz es un ingrediente principal de la dieta cotidiana.

El caso del trigo también merece mención especial: su alto consumo en la localidad no sólo se debe a que el pan es una de las formas principales en que se come en México, sino a que en la época colonial este cereal fue introducido a SMT, y se había cultivado hasta fechas recientes¹. De acuerdo con los testimonios recabados, en la actualidad este cereal se compra a los proveedores que llegan al pueblo a surtirlo. Aún puedo recordar la sorpresa que me produjo —en las primeras visitas a Santa María— el hecho de que me ofrecieran atole y tamales de trigo y no de maíz, como originalmente son elaborados. Existe incluso, en el centro del pueblo, una tortillería que prepara y vende tortillas de maíz combinado con trigo. Los cuadros 2 al 5 muestran las respuestas más destacadas de los adolescentes que participaron en el taller en cuanto a las diversas formas de preparación o consumo de algunos alimentos; el porcentaje corresponde a las menciones de cada variante.

Del consumo de otros productos se identificaron menos variantes. Tal es el caso de las frutas cuyos árboles se cultivan en la comunidad, como peras, tejocotes y manzanas; estas últimas comúnmente se preparan en dulce. Se identificó un muy bajo consumo de quelites, o al menos los jóvenes los reconocen poco; de los productos animales, la leche y el queso ocupan un lugar importante (48% de menciones). Al cerdo lo identifican preparado en forma de *carnitas* y *longaniza*; del pollo, la mención más recurrente fue rostizado (16%), y el borrego en *barbacoa* y *consomé* (42% y 17%, respectivamente).

¹ De acuerdo con el texto de Palerm (1993) y con testimonios obtenidos recientemente, este cereal se ha dejado de cultivar para la venta y el autoconsumo, pero forma parte importante en el consumo cotidiano. Incluso se conserva la costumbre de elaborar pan para eventos importantes, como el Día de Muertos.

Cuadro 2. Formas de consumo de dos cereales.

Maíz	%	Trigo	%
Tortillas	12.9	Tortillas y tostadas	33
Atole	12.2	Atole	21
Tamales	12.2	Pan	20
Esquites	11.8	Sopas (pastas)	9
Elotes	11.0	Tlacoyos, sopes y gorditas	5
Tlacoyos	8.6	Cereal	4
Sopes	5.9	Frituras	3
Palomitas	5.5	Otras	5
Quesadillas	2.7		
Otras	17.2		
<i>Total</i>	<i>100</i>	<i>Total</i>	<i>100</i>

Fuente: Elaboración propia.

Cuadro 3. Formas de consumo de dos vegetales y un tubérculo.

Nopal	%	Calabaza	%	Papa	%
En tlacoyos, sopes o huaraches	30	Con guisados	26	Frituras	22.4
Con huevo	13	En tlacoyos	16	A la francesa	15.1
En caldo	11	En caldo	12	Combinadas	14.7
Refritos	10	En salsa	9	Tacos dorados	8.0
En ensalada	8	Con nopales	5	Con longaniza o chorizo	7.3
Con tostadas	7	En tamales	5	Puré	5.3
Con chorizo o con mole	5	En tostadas	5	Tortitas	3.9
En tortas	4	En sopa	5	Tacos	3.3
Con arroz	4	Con chile de árbol	4	En salsa verde	2.6
En tacos dorados	3	En mole	4	Otras	17.4
Otras	5	Otras	9		
<i>Total</i>	<i>100</i>	<i>Total</i>	<i>100</i>	<i>Total</i>	<i>100</i>

Fuente: Elaboración propia.

Cuadro 4. Formas de consumo de tres leguminosas.

Frijol	%	Haba	%	Ejote	%
Refritos	12.6	En tlacoyos	16	Con huevo	36.2
En tlacoyos	12.2	En caldo	16	En caldo	27.4
Combinados	11.2	Con chile	13	Con chile	15.9
Enfrijoladas	9.8	Con nopales	5	En tacos	7.2
En caldo	8.9	En sopa	5	Cocidos	7.0
Con huevo	8.5	En tamales	5	Con esquites	4.3
En tostadas	7.3	En tostadas	5	Otras	2.0
En sopos	4.9	En mole	4		
Con arroz	4.5	Otras	31		
En tortas	3.7				
Otras	16.4				
<i>Total</i>	<i>100</i>	<i>Total</i>	<i>100</i>	<i>Total</i>	<i>100</i>

Fuente: Elaboración propia.

Cuadro 5. Formas de consumo de dos animales y sus derivados.

Pollo	%	Cerdo	%
Rostizado	16	Carnitas	20
En caldo y con verduras	10	Longaniza	11
Huevo	7	En tacos	9
Relleno en barbacoa	6	Embutidos	8
En salsa	5	En bistec	6
Asado	4	Chuleta	5
Empanizado	4	En salsa	5
Alitas	3	Cueritos	4
Enchilado	3	Chicharrón	4
Con mole	3	Barbacoa	4
Patittas	3	Otras	24
Al carbón	3		
Pescuezos	3		
Otras	30		
<i>Total</i>	<i>100</i>	<i>Total</i>	<i>100</i>

Fuente: Elaboración propia.

El conocimiento de los jóvenes sobre las comidas que con más frecuencia se preparan y consumen en sus hogares parece amplio, y de alguna manera coincide con lo reportado por los adultos en la encuesta respecto al consumo de carne, que es bajo, aunque este producto se ubica entre los cuatro alimentos que consideran *sabroso* (48% de los

encuestados expresó que “casi nunca” come carne —o menos de una vez al mes—. ² Asimismo, cuando se calculó el peso semántico de la expresión *alimentos caros*, éste se concentró en los productos de origen animal (83.21%).

Como parte de las actividades del taller con los estudiantes de secundaria, al final les ofrecimos frituras y golosinas variadas, incluidos algunos dulces tradicionales, como palanquetas de amaranto (alegrías), cocadas, tamarindos enchilados, mazapanes, así como agua natural, refrescos de cola y de sabores variados. Los jóvenes debían escoger una golosina y una bebida. La primera elección de todos fueron las frituras y los refrescos de cola. En un segundo momento se les permitió elegir libremente. Llamó la atención que en la elección de frituras optaron por la marca comercial más conocida (que se anuncia en televisión) y las otras no las quisieron ni en la segunda opción. Los dulces *tradicionales* sí fueron escogidos en la segunda oportunidad. Un dato a destacar es que las respuestas que proporcionaron un peso semántico mayor respecto de las bebidas que consumen cuando tienen sed fueron los refrescos embotellados, el agua de fruta y el agua natural: 26.34%, 21.51% y 32.08%, respectivamente.

Percepción y significado de algunos alimentos

Los adolescentes que participaron en este ejercicio pertenecen a una comunidad de origen étnico (náhuatl) con una larga tradición cultural desde la época prehispánica. Aunado a ello, la colonización introdujo —en la región en general y específicamente en la comunidad— una serie de cultivos, animales y actividades que incorporaron a su vida cotidiana y fueron conservados hasta el presente, pero los procesos de modernización también han contribuido

² Me refiero a la encuesta mencionada en la parte metodológica. Salvo esta referencia, la información obtenida mediante este instrumento no se ocupa en el presente documento.

con lo propio y los habitantes de esta comunidad han sido partícipes de aceleradas transformaciones, asociadas a la llegada de la tecnología y la educación formal, por ejemplo.

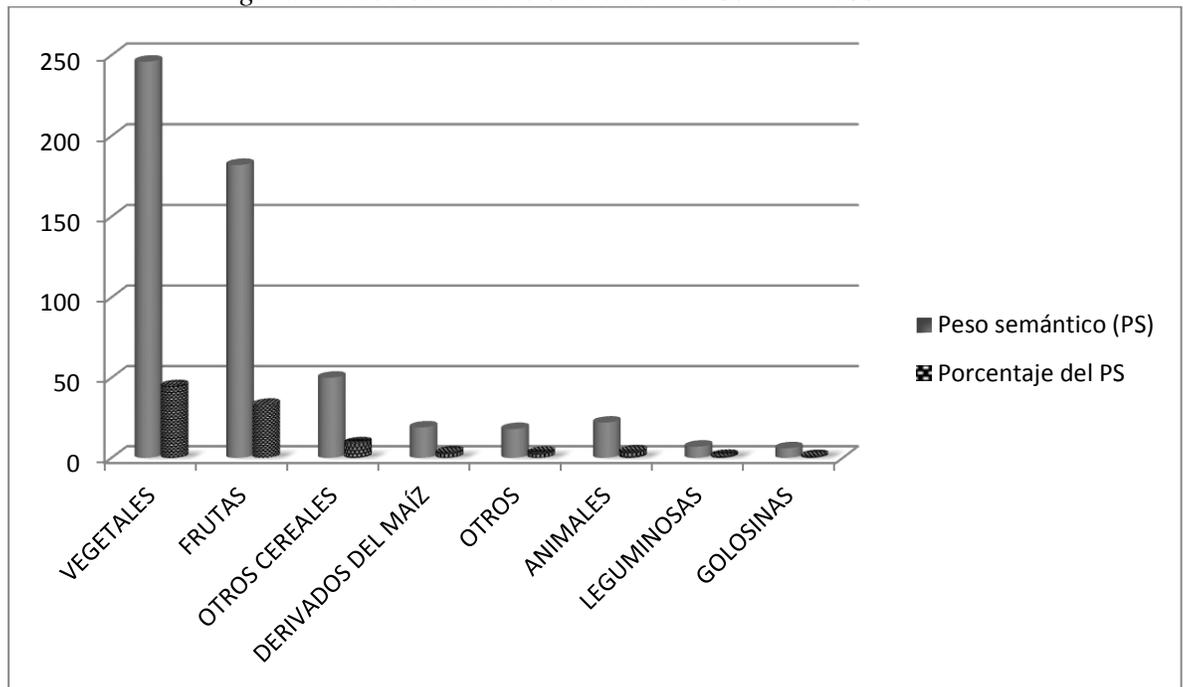
La preferencia, aceptación o rechazo de los individuos hacia los alimentos pueden identificarse como pautas de comportamiento aprendidas que se construyen con base en un significado culturalmente determinado; es decir, conforme a lo que consideran importante o no de acuerdo con valores específicos que le dan sentido a las prácticas de consumo alimentario. Provocar la mención de alimentos o productos comestibles a partir de sensaciones como *sed*, *hambre* o *antojo*; de frases como *comida nutritiva*, *comida dañina*; o adjetivos como *sabrosa*, *desagradable*, *cara*, *escasa*, permitió identificar una serie de valoraciones sobre los alimentos de consumo cotidiano o poco frecuente entre la población estudiantil adolescente de esta comunidad.

Como resultado de lo anterior, ahora sabemos que los adolescentes reconocen a los vegetales, frutas y cereales en general como los alimentos más nutritivos, y a la comida rápida, refrescos, bebidas alcohólicas y aditivos (sal, principalmente) como los más dañinos (ver figuras 1 y 2). Sin embargo, el peso semántico para la expresión *antojo* recae en dulces, golosinas y la llamada comida rápida (26.62% y 17.81%). Evidentemente esto no significa que los consuman siempre que tengan antojo, a veces por el costo o por falta de acceso, a la comida rápida (pizza o hamburguesa), por ejemplo, pues ésta es escasa en su comunidad.

Respecto a la percepción que se tiene sobre los alimentos nutritivos, vemos que en tercer lugar de importancia están *otros cereales*. Resulta pertinente subrayar que para la obtención del peso semántico se aglutinaron en este rubro palabras definidoras como trigo, arroz y cereal. Sobre este último, los estudiantes explicaron que escribieron *cereal* —aparte

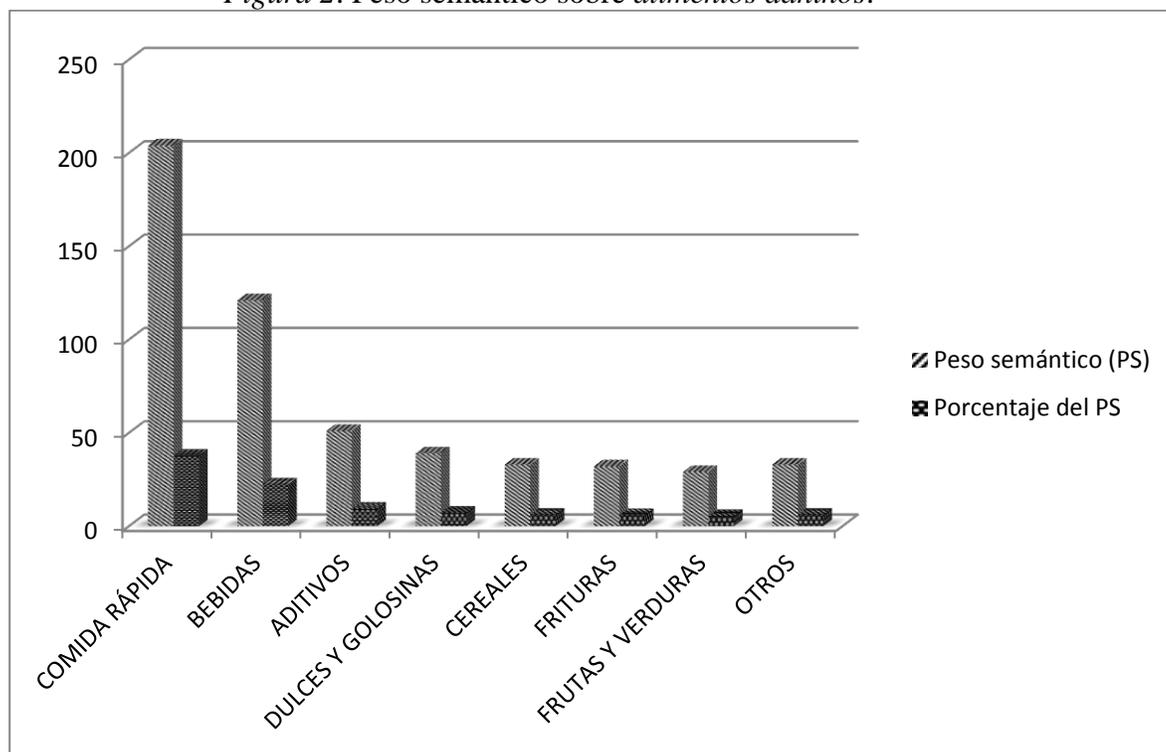
de los otros— porque se referían a los de caja (Corn Flakes y similares), y fue la palabra con más menciones (56%) para este apartado. Es de suponerse que la asociación de este producto con una cualidad nutritiva está en gran medida determinada por la publicidad que se realiza mediante anuncios televisivos, en los cuales le son atribuidas propiedades vitamínicas adicionales. El hecho de que las supuestas ventajas nutricionales de estos productos estén ubicadas por encima de las del maíz, que es un cereal local y ampliamente consumido, es relevante en términos de la valoración que se hace de lo propio. En especial si lo contrastamos con los antojitos mexicanos —como tortillas, chilaquiles, tlacoyos, tamales, a base de maíz—, que son considerados como los productos más baratos, pero también con poco valor nutritivo (apenas alcanzaron 3.45% del peso semántico en cuanto a alimentos nutritivos). Pareciera que perciben una correspondencia de lo caro con lo más nutritivo y de lo barato con lo que aporta menos nutrientes (comparar figuras 1 y 6).

Figura 1. Peso semántico sobre alimentos nutritivos.



Fuente: Elaboración propia.

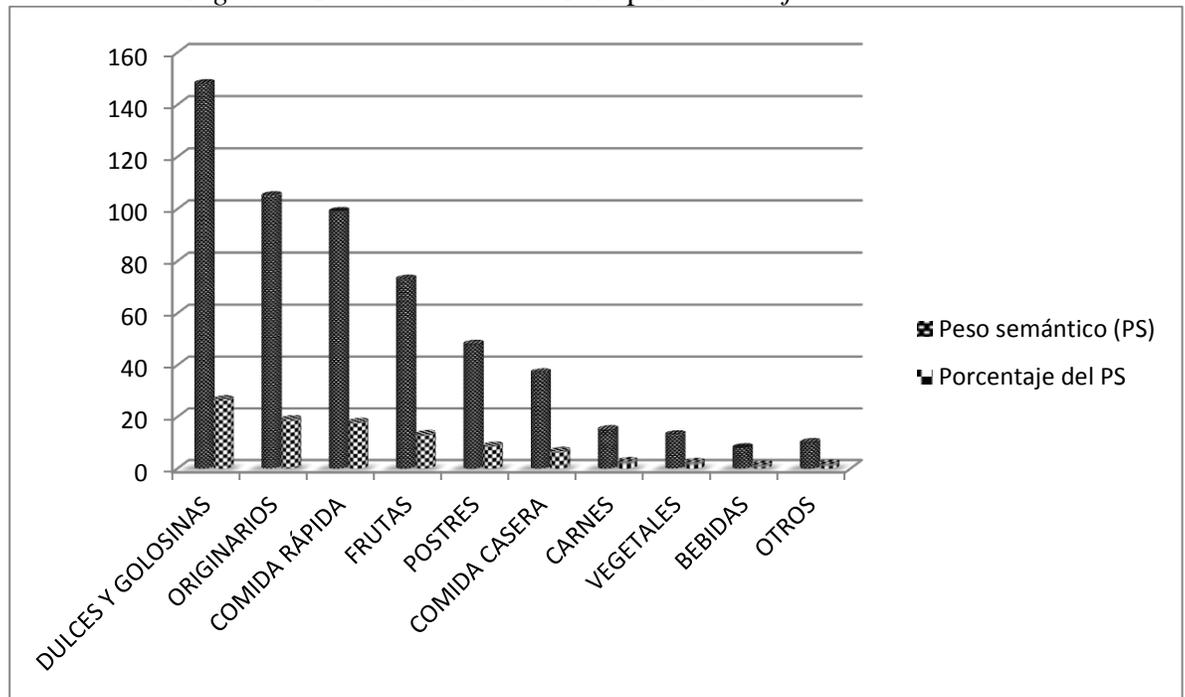
Figura 2. Peso semántico sobre *alimentos dañinos*.



Fuente: Elaboración propia.

La percepción que tienen los estudiantes de los alimentos escasos se concentra en lo que denominé alimentos exóticos, los cuales comprendían chinicuiles, chapulines, huevos de tortuga, entre otros, con muy pocas menciones. Le siguieron los pescados, mariscos y la comida rápida. La carne y el pescado destacaron como comida escasa y de poco consumo, pero también la consideran sabrosa.

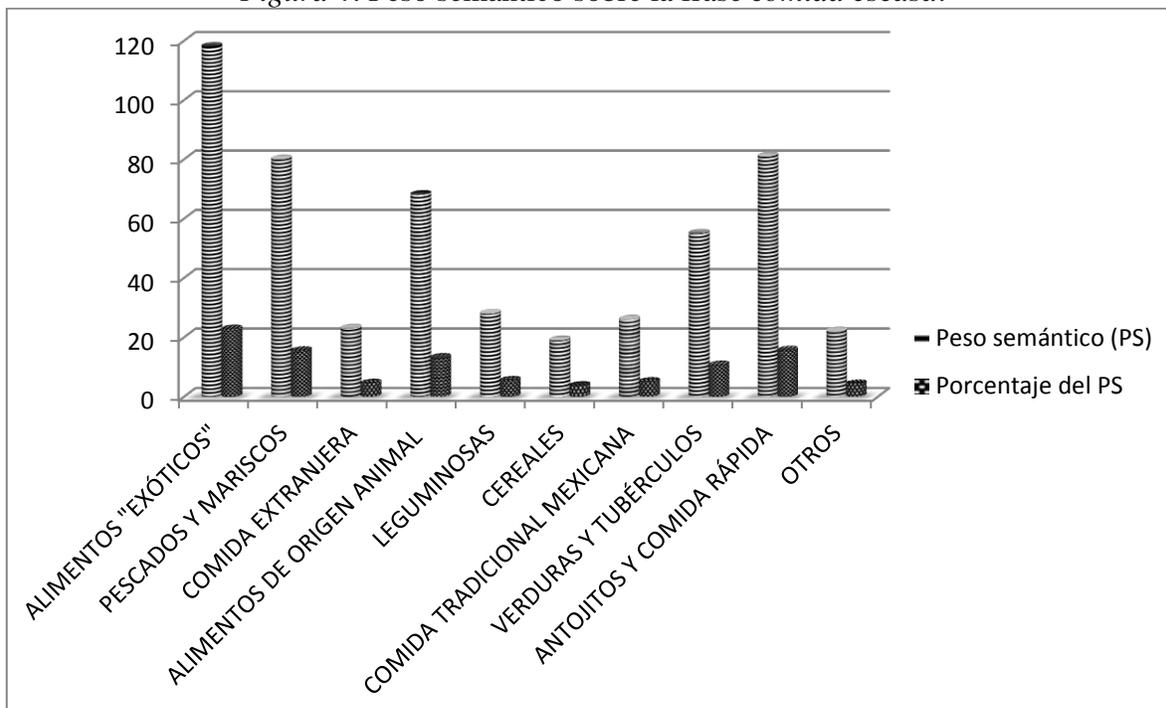
Entre los alimentos caros destacan los de origen animal y, muy por debajo de ellos, la comida rápida, lo cual hasta cierto punto se relaciona con lo que muestra la figura 6, donde este tipo de comida ocupa el segundo lugar de las baratas, aunque con una notable diferencia respecto a los antojitos mexicanos.

Figura 3. Peso semántico sobre la palabra *antojo*.

Fuente: Elaboración propia.

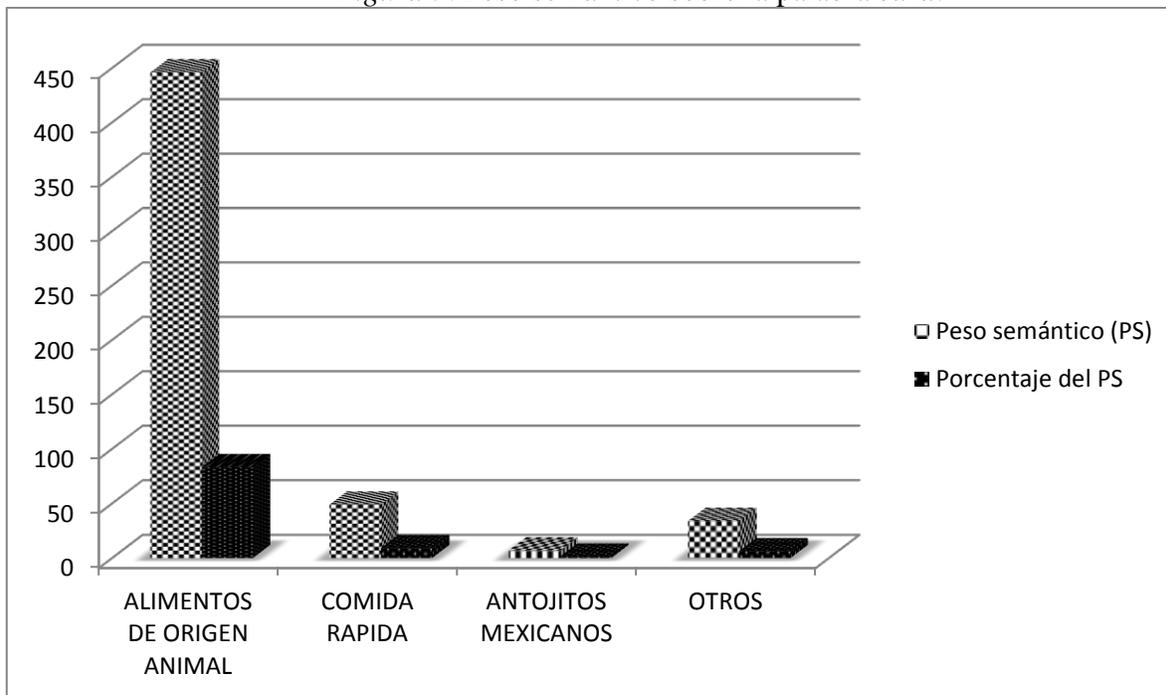
Las representaciones sociales que los jóvenes tienen sobre lo nutritivo o dañino de algunos alimentos demuestran que hay cierto conocimiento adquirido, muy probablemente en la escuela. El hecho de que puedan distinguir acertadamente lo nutritivo de lo que no lo es, no significa que sea un conocimiento que forme parte de sus prácticas cotidianas de alimentación, ya sea porque las costumbres familiares no corresponden con este parámetro o porque no hay una verdadera apropiación de dicho conocimiento formal. Por un lado, reconocen a los vegetales como alimentos nutritivos, y la comida rápida ocupa el primer lugar de los que consideran dañinos. Sin embargo, la asociación que puede establecerse entre lo que valoran como sabroso, caro y escaso, otorga un lugar importante a algunos alimentos de comida rápida —como las pizzas— o a los de origen animal.

Figura 4. Peso semántico sobre la frase *comida escasa*.



Fuente: Elaboración propia.

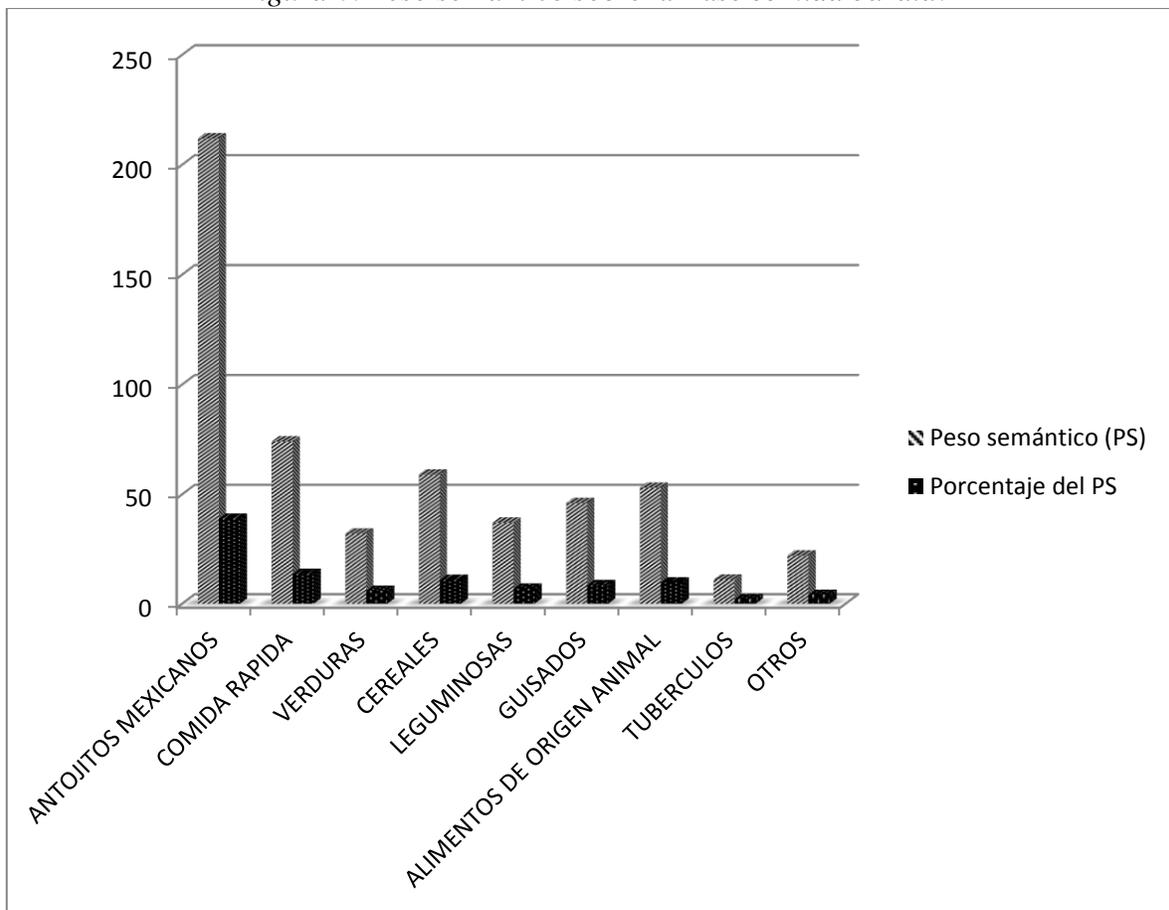
Figura 5. Peso semántico sobre la palabra *cara*.



Fuente: Elaboración propia.

Sobre los alimentos sabrosos, el peso semántico se concentra en los tacos (10.75%), seguidos de pizzas, frituras, carne, pescado. Excepto las frituras, que pueden conseguirse en todas las tiendas de abarrotes de la comunidad, el resto de los alimentos de este grupo es poco consumido, por la escasez de su oferta en ésta. No obstante, son *objetos de deseo* que pueden adquirir ocasionalmente si salen del pueblo. Así, por un lado, la pizza es parte de las comidas rápidas que identificaron como dañinas pero sabrosas; y, por otro, los adolescentes consideran que la carne, cuyo consumo es bajo, es un alimento poco accesible para la dieta diaria.

Figura 6. Peso semántico sobre la frase *comida barata*.



Fuente: Elaboración propia.

Retomando lo señalado por Théodore y colaboradores (2011), las chicas y chicos de este estudio también muestran tener conocimientos sobre qué alimentos son saludables y cuáles no. De acuerdo con estos autores, se despliega una interesante y a veces contradictoria forma de expresar las preferencias, como resultado de la incorporación de los discursos formales —aprendidos en la escuela— y las prácticas que se dan en su contexto social, con las limitaciones culturales y económicas que las van definiendo.

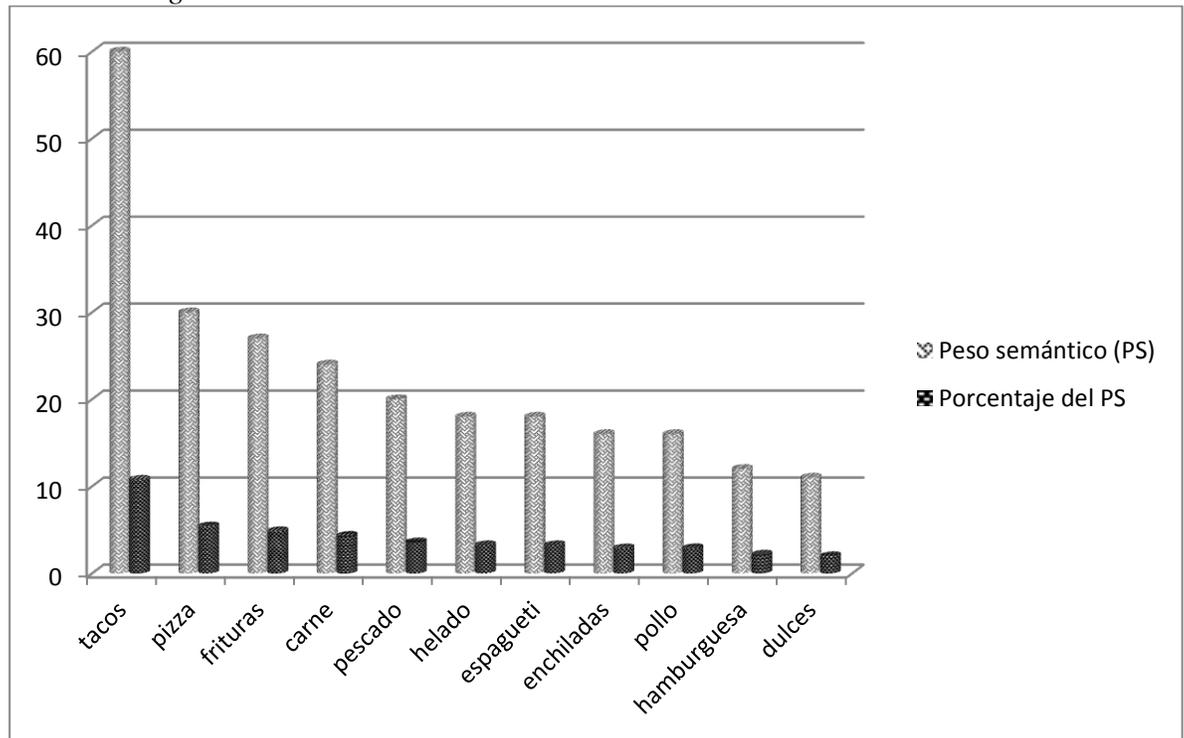
Con base en la teoría de las representaciones sociales, he de subrayar que no se hurgó en el concepto que los jóvenes pudieran tener acerca de qué son *alimentos saludables* y *alimentos dañinos*. Interesó fundamentalmente captar la idea evocada a partir del concepto inductor y, por tanto, la manera en que tales ideas se objetivan en los adolescentes mediante un alimento al que le atribuyen tal cualidad. Lo cierto es que no se percibe claridad respecto a lo saludable y lo no saludable, pues en el discurso de los estudiantes estos conceptos se reducen a lo que hace o no daño, sin que puedan precisar la razón.³ En cambio, lo *sabroso* y lo *desagradable* resultaron mucho más claros, pues ambas nociones corresponden con las percepciones sensoriales de cada persona (ver figuras 7 y 8).

En este sentido, de acuerdo con resultados similares obtenidos por Alvarado y Luyando (2013, p. 16), cuando los adolescentes deciden gastar en golosinas o comida rápida —si les es posible y por lo general fuera de casa—, se asume que la idea de lo saludable o dañino no forma parte de una preocupación central en su forma de alimentarse, quizá porque corresponde a conceptos emitidos por la escuela mediante contenidos oficiales que se han abordado *científicamente*, y no han sido incorporados de manera significativa por los adolescentes. Sin embargo, los contenidos de los programas oficiales

³ Esta afirmación se realiza con base en información no cuantificable que obtuvimos en los talleres durante la interacción con los estudiantes —hombres y mujeres— durante una exposición de productos comestibles diversos.

de enseñanza también han sido utilizados para fortalecer la identidad regional a través de la comida.⁴

Figura 7. Peso semántico sobre la frase *comida sabrosa*.



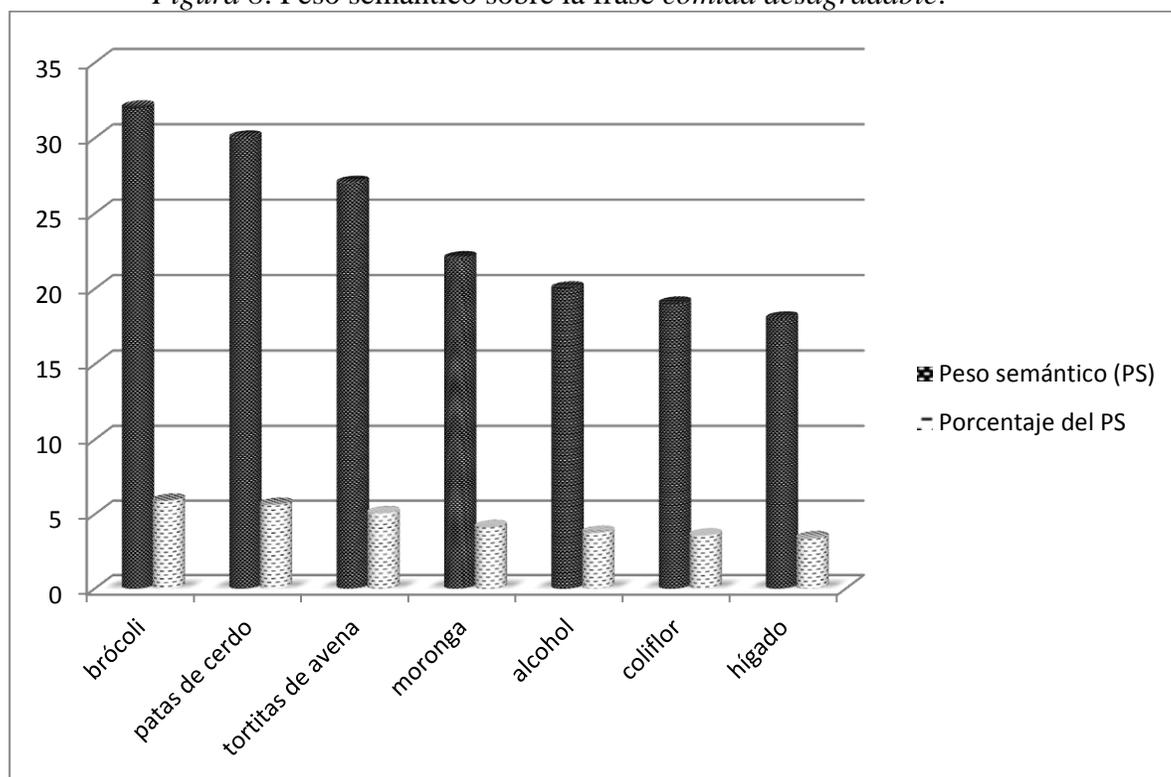
Fuente: Elaboración propia.

Los estudiantes adolescentes de SMT mostraron un comportamiento alimentario que mantiene una fuerte relación con las formas de alimentación familiar, las cuales se entremezclan con aquellas que se sugieren a través de los medios de comunicación (el más presente, la televisión) y que están a su alcance en tiendas locales y puestos callejeros. Resultó notorio que, al salir de la escuela, los jóvenes se dirigieran siempre en grupo a sus casas, haciendo una parada *obligada* en la tienda más cercana para comprar golosinas y

⁴ La directora de la escuela en la que se realizó parte del trabajo comentó que, como los contenidos de la materia de Ciencias le permitían a la profesora abordar cuestiones sobre procesos biológicos, alimentación y salud, ella solía organizar eventos escolares en los cuales los estudiantes participaban cada año con guisos que les preparaban sus madres o abuelas para mostrar las “tradiciones” y darles continuidad.

frituras, puesto que en la escuela no se ofrecen ese tipo de mercancías. A la hora del receso, una persona llega a vender comida preparada en casa, como chilaquiles, tacos y similares, así como agua de sabor, atole o café, de manera que esas comidas y bebidas son la única oferta de alimentos para estudiantes y profesores dentro del plantel.

Figura 8. Peso semántico sobre la frase *comida desagradable*.



Fuente: Elaboración propia.

La intención del presente trabajo ha sido mostrar una parte de lo que conforman los comportamientos alimentarios de un sector de población en una comunidad indígena cercana a grandes ciudades, como Texcoco y la Ciudad de México, en las que existe una gran oferta de productos, los cuales —aunque no sean parte del consumo regular o frecuente de la población en cuestión— están presentes mediante la televisión, los comercios o la información escolar. Con los resultados obtenidos podemos explorar cómo

los adolescentes perciben sus formas de alimentación cotidiana (las ofrecidas por su familia) y la manera en que las clasifican y valoran de acuerdo con su accesibilidad, costo, sabor, forma de preparación.

Conclusiones

Con base en lo expuesto, se considera que existe un amplio conocimiento de la población adolescente acerca de los productos de consumo regional que forman parte de su dieta cotidiana, y aunque no es posible cuantificar la proclividad de los estudiantes adolescentes a elegir productos industrializados (de marcas reconocidas) por sobre productos tradicionales o de elaboración limitada, sí se puede afirmar que entre ellos prevalece una tendencia a consumir golosinas industrializadas, al menos al terminar los horarios escolares. Esta afirmación se basa en lo observado y registrado al final de los talleres, donde ofrecimos golosinas diversas, que iban desde dulces tradicionales y fruta, hasta frituras de marcas regionales y marcas transnacionales, así como varias bebidas, que incluyeron agua natural, de fruta y refrescos: prefirieron los dulces industrializados y las bebidas embotelladas, con énfasis en las de cola.

Las frutas que incorporamos como parte de los productos identificados por los adolescentes corresponden a las que se cultivan en la región, entre las que destacan los tejocotes (que son de temporada), cuyo consumo es reducido y con pocas variantes.

El maíz, en sus diversas formas de preparación, pero especialmente como tortillas, conforma un elemento sustancial de consumo alimentario. La introducción del trigo en la comunidad como cultivo alternativo —desde la época colonial— ha modificado un poco la ingesta del cereal básico (maíz), dando origen a una combinación de ambos en la elaboración de atoles, tamales y aun tortillas. No obstante, el resultado obtenido respecto a

la variedad de productos derivados del maíz encuentra eco en el trabajo de Théodore y colaboradores (2011), quienes a partir de la jerarquización de los alimentos por parte de los niños consideran “los tacos, tortillas, tamales y hasta tortas, alimentos profundamente arraigados en la cultura mexicana” (Théodore et al., 2011, p. 225). Recordemos que *tacos* fue la palabra definidora con más alto peso semántico para los alimentos *sabrosos*. Sin embargo, aunque se identificó el consumo elevado de productos de maíz y sus derivados, como tamales, ninguno de ellos fue identificado por nuestra población de estudio como *sabroso*.

Por último, la percepción que tienen los jóvenes sobre los alimentos que escasamente consumen se relaciona con su costo, como la carne, y a veces con el hecho de que no se encuentran en la comunidad, como la comida rápida: *pizzas* o hamburguesas. Pero también es posible percibir una valoración diferenciada para los productos locales en contraste con otros que se consideran más nutritivos y no son necesariamente de bajo costo, como los cereales de caja. Pareciera ser que hay una relación directa de lo local y originario con lo atrasado y poco nutritivo, y de lo caro con lo mejor, con alimentos a los que atribuyen mayor aporte nutricional. A partir de los significados contenidos en las respuestas de los estudiantes adolescentes de la localidad de SMT, se puede dar cuenta parcial de una cultura alimentaria propia, quizá no sólo de una región, sino de una generación que representa un comportamiento alimentario peculiar en México.

Agradecimientos

El trabajo realizado con la población estudiantil de SMT fue posible gracias al apoyo incondicional de la Dra. Amanda Yaollin Díaz Anguiano, profesora de la Universidad Autónoma Chapingo, quien estuvo en las etapas del diseño de instrumentos, la aplicación

de los mismos y en el apoyo logístico. El diseño de los talleres con los estudiantes de secundaria fue posible gracias a la asesoría de la M. C. Ángeles Palma, entonces estudiante de la Maestría en Estudios del Desarrollo Rural del Colegio de Postgraduados, quien además nos acompañó en la realización de los talleres.

Referencias

- Adler, L. y Lomnitz, C. (1987). Planeación y tradición: la cuestión de la alimentación en México. En R. Carvajal et al., *La alimentación del futuro* (pp. 167-183). México: Fondo de Cultura Económica (FCE).
- Alvarado, E. y Luyando, J. (2013, enero-junio). Alimentos saludables: la percepción de los jóvenes adolescentes en Monterrey, Nuevo León. *Revista Estudios Sociales*, 41, 143-164.
- Bertran, M. y Arroyo, P. (eds.). (2006). *Antropología y nutrición*. México: Fundación Mexicana para la Salud-Fondo Nestlé para la Nutrición-Universidad Autónoma Metropolitana, Xochimilco.
- Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas (CDI). (2010). *Indicadores de la población indígena*. Recuperado de <http://www.cdi.gob.mx/localidades2010-gobmx/index.html>
- Chávez, A. (1980). *La alimentación y los problemas nutricionales*. México: Instituto Nacional de Nutrición Salvador Zubirán.
- Chávez, A. (1982). *Perspectivas de la nutrición en México*. México: Instituto Nacional de Nutrición Salvador Zubirán.
- Contreras, J. (1995). *Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres*. Barcelona: Universitat de Barcelona.

Contreras, J. y Gracia, M. (2005). *Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas.*

Barcelona: Editorial Ariel.

Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut). (2012). Recuperado de

<http://ensanut.insp.mx/informes/ENSANUT2012ResultadosNacionales.pdf>

García, E. (2010). *La obesidad. Perspectivas para su comprensión y tratamiento.* México:

Editorial Panamericana.

Harris, M. (1985). *Bueno para comer.* México: Consejo Nacional para la Cultura y las

Artes-Alianza Editorial.

Hinojosa, G. (2008). El tratamiento estadístico de las redes semánticas naturales. *Revista*

Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades, Sociotam 18(1), 133-154.

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi). (2010). *Censo de población y*

vivienda.

Recuperado

de

http://www.inegi.org.mx/sistemas/consulta_resultados/iter2010.aspx?c=27329&s=e

[st](http://www.inegi.org.mx/sistemas/consulta_resultados/iter2010.aspx?c=27329&s=e)

Jiménez, M. (2015). *Los estudiantes ¿comen o se alimentan en las escuelas?* Recuperado

de: <http://www.oei.es/historico/divulgacioncientifica/?Los-estudiantes-comen-o-se>.

López, J. (2001). Dar comida obligando a repartirla. Un modelo de don maya-ch'orti' en

proceso de transformación. *Revista de Dialectología y Tradiciones Populares,*

LVI(2),

75-98.

Recuperado

de

<http://rdtp.revistas.csic.es/index.php/rdtp/article/view/210/211>

Malinowski, B. (1975). *Los argonautas del Pacífico occidental.* Barcelona, España:

Editorial Península.

Marugán, J., Monasterio, L. y Pavón, M. (2010). Alimentación en el adolescente. En

Sociedad Española de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica y

- Asociación Española de Pediatría (eds.), *Protocolos diagnóstico-terapéuticos de gastroenterología, hepatología y nutrición pediátrica* (pp. 307-312). España: Ergón.
- Recuperado de https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/alimentacion_adolescente.pdf
- Montoya-Sáez, P. (2012). Alimentación, salud y nutrición [Artículo]. Recuperado de <http://www.oda-alc.org/documentos/1341945107.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2017). Malnutrición [Nota descriptiva]. Recuperado de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/malnutrition/es/>
- Páez, A. (2015). México mayor comprador de Coca Cola y sopas instantáneas; disminuye consumo de frijol y verduras [Nota periodística]. Recuperado de <http://izq.mx/noticias/15/03/2015/mexico-mayor-comprador-de-coca-cola-y-sopas-instantaneas-disminuye-consumo-de-frijol-y-verduras/>
- Palerm, J. (1993). *Santa María Tecuanulco. Floricultores y músicos*. México: Universidad Iberoamericana.
- Pérez-Gil, S., Vega-García, L. y Romero-Juárez, G. (2007, enero-febrero). Prácticas alimentarias de mujeres rurales ¿una nueva percepción del cuerpo? *Salud Pública en México*, 49(1), 52-62.
- Pérez-Gil, S. y Romero, G. (2010, abril-mayo). Imagen corporal en mujeres de tres zonas rurales de México: percepción y deseo. *Salud Pública en México*, 52(2), 111-118.
- Pérez-Gil, S. y Gracia-Arnaiz, M. (2013). *Mujeres (in)visibles: género, alimentación y salud en comunidades rurales de Oaxaca*. Tarragona, España: Ministerio de Asuntos Exteriores y Cooperación.
- Rebato, E. (2009). Las ‘nuevas’ culturas alimentarias: globalización vs. etnicidad. *Osasunaz*, 10, 135-147.

- Santos-Baca, A. (2014). *El patrón alimentario de libre comercio*. México: UNAM-Comisión Económica para América y el Caribe (Cepal).
- Sahlins, M. (1976). *Culture and practical reason*. Estados Unidos: The University of Chicago Press.
- Sámano, R., Flores-Quijano, M. y Casanueva, E. (2005, abril-junio). Conocimientos de nutrición, hábitos alimentarios y riesgo de anorexia en una muestra de adolescentes en la Ciudad de México. *Revista de Salud Pública y Nutrición*, 6(2), 126-133. Recuperado de <http://respyn.uanl.mx/index.php/respyn/article/view/144/126>
- Sandoval-Godoy, S., Domínguez, S. y Cabrera, A. (2010, enero). De golosos y tragones están llenos los panteones: cultura y riesgo alimentario en Sonora. *Estudios Sociales, número especial*, 150-179.
- Théodore, F., Bonvecchio, A., Blanco, I. y Carreto, Y. (2011, mayo-agosto). Representaciones sociales relacionadas con la alimentación escolar: el caso de las escuelas públicas de la Ciudad de México. *Salud Colectiva*, 7(2), 217-229.
- Vargas, L. y Long, J. (2005). *Food culture in Mexico*. Estados Unidos: Greenwood Press.

María Eugenia Chávez-Arellano.

Mexicana. Doctora en Antropología por la Universidad Nacional Autónoma de México. Maestra en Ciencias en Estudios de Desarrollo Rural por el Colegio de Postgraduados y Licenciada en Sociología por la Universidad Nacional Autónoma de México. Se desempeña como profesora-investigadora de tiempo completo en la Universidad Autónoma Chapingo. Sus áreas de investigación se centran en cuestiones étnicas y culturales, género y educación. Entre sus publicaciones más actuales destacan: (2015). *Migración femenina. Experiencias y significados*. México: Gernika; (2016, diciembre). Socialización y cultura política de las mujeres en puestos de elección popular. Presidentas municipales en Tlaxcala, México. *Ciencia Política*, 11(22), 161-188; y (2016). Cumplir un sueño. Percepciones y expectativas sobre los estudios profesionales entre estudiantes indígenas en la Universidad Autónoma Chapingo. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 21(71), 1021-1045.