

UNIVERSIDAD DE MANIZALES



UNIVERSIDAD DE
MANIZALES

FACULTAD CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

PROGRAMA DE PSICOLOGIA

MAESTRIA EN DESARROLLO INFANTIL

LOS SIGNIFICADOS DE LA ALIMENTACION EN LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS

Autoras:

Ana María Castaño Ramírez

Johanna Morales Delgado

Tutores:

María Cristina Palacio Valencia

Jaime Alberto Restrepo Soto

Agosto 2014

TABLA DE CONTENIDOS

AGRADECIMIENTOS.....	3
INTRODUCCIÓN.....	5
CAPITULO I	
METODOLOGIA.....	7
CAPITULO II	
REFERENTE TEORICO.....	16
CAPITULO III	
ANALISIS DE RESULTADOS.....	30
NARRACION DESCRIPTIVA.....	33
NARRACIÓN INTERPRETATIVA.....	33
CAPITULO IV	
CONSIDERACIONES FINALES.....	39
ANEXOS.....	41
BIBLIOGRAFIA.....	44

Agradecimientos

A lo largo de este proceso, he contado con el apoyo de grandes, valiosos y muy importantes colaboradores a quienes agradezco...

A Dios Todopoderoso que me ha guiado por el camino del esfuerzo y la dedicación.

A Mi Madre, quien jamás permitió que mi ánimo decayera en situaciones difíciles.

A Mis Asesores por sus importantes y valiosos aportes ofrecidos, sus enseñanzas, su apoyo incondicional y paciencia en el transcurso de estos dos años para llegar a feliz término.

A Johana, mi amiga y compañera de lucha, por su comprensión y dedicación en este reto que juntas nos
propusimos

Y a todas las personas que de una u otra manera intervinieron positivamente para el desarrollo de este
trabajo.

Mil gracias a todos

Ana María Castaño Ramírez

Agradecimientos

A Dios

Por acompañarme todos los días

A mi Madre, Padre y Hermano

Quienes con su ejemplo, inspiraron el camino del éxito

A mi esposo

Por su infinita paciencia y su tierna compañía

A mi Hijo

Mí Fortaleza y motor de mi vida.

A mis Asesores

Por compartir conmigo sus conocimientos, que siempre me orientaron con paciencia y ánimo en los momentos difíciles.

A mi amiga y compañera de tesis

Por ser mí soporte en los momentos de debilidad, por su compañía y paciencia

Mil y mil gracias

Johanna Morales Delgado

INTRODUCCION

La alimentación es una de las necesidades básicas para la vida y un derecho inalienable de todas las personas. No obstante, el acto de comer va más allá del hecho simple de alimentarse: es un momento de comunicación, de trasmisión de tradiciones y cultura; y también de transferencia de afecto y enriquecimiento de vínculos. Compartir los alimentos con el otro y con los otros es una actividad humana con variados e importantes significados. Uno de ellos es la cohesión familiar, dar y recibir afecto; sentirse valioso para los demás y comunicarse.

Además, en la mesa como en otros lugares y momentos, los niños y las niñas aprenden con el ejemplo. No sólo aprenden a comer, sino también, a establecer relaciones afectivas con quienes brindan su alimentación en un escenario de rituales, practicas, hábitos y estilos

En este sentido, el propósito de esta investigación parte de reconocer el acto de comer más allá de un requerimiento biológico. Reconocimiento que le han otorgado a lo largo de la historia los estudios realizados por la antropología y la sociología. Disciplinas que han cimentado los pilares desde los cuales la triada biosociocultural en la que se enmarca la alimentación, generan la provocación de develar desde dichas dimensiones, ese mas allá; donde el evento cotidiano de consumir alimentos, adquiere valor y se reviste de significados conferidos por los niños y las niñas como actores sociales.

Ver al niño y la niña como actores sociales es reconocer su capacidad de memoria y lenguaje: características que permiten dar sentido a los sucesos de su vida diaria mediante la construcción y reconstrucción de los marcos de significado, donde su cotidianidad no sólo se presenta desde un panorama descriptivo sino que, se combina con esquemas valorativos a partir de los cuales, crean sus propias significaciones y motivaciones para dar origen a un mundo simbólicamente estructurado.

De ahí que, la presente investigación se focaliza en la reflexión sobre los significados de la alimentación en los niños y las niñas desde un abordaje conceptual que permite observar la interacción cognición-emoción-cultura como una triada dinámica a través de la cual, se estructura su realidad social inscrita desde un contexto simbólico cultural, identificado a partir del juego como escenario donde se dramatizan y se recrean las experiencias del ambiente que los rodea.

Para tal fin, el cuerpo del trabajo se ha dividido en cuatro capítulos a saber: El primero da cuenta de los consensos y el camino recorrido desde el plano metodológico y epistemológico y se comentan las principales técnicas utilizadas en la investigación con niños y niñas objetos de estudio. El segundo capítulo, retoma y sintetiza los planteamientos teóricos centrales basado en los estudios sociológicos y antropológicos acerca de la alimentación. El tercer capítulo, aborda la discusión entre la tesis de hallazgos y las tesis argumentativas. Finalmente, el cuarto capítulo pone a consideración de los lectores y las lectoras, propuestas emergentes de nuevas investigaciones.

CAPITULO I

Metodología

*“Cuando se les abre el espacio,
Las voces de los niños
se expresan por sí mismas claramente”.*
Mauthner (1997:21)

El interrogante **¿Cuáles son los significados sobre la alimentación que tienen los niños y las niñas?** ha sido la provocación orientadora del presente estudio. Desafío que es develado en la medida en que se otorga espacio a las voces de los niños y las niñas; espacio en el cual, su lenguaje configura la realidad social, la memoria colectiva, imaginarios y representaciones sociales que logran demarcar sus emociones a través de signos, símbolos y significados brindados a los sucesos cotidianos; para este caso a la alimentación. Sin embargo, investigar la vida de los niños y las niñas según Bonilla y Rodríguez (1997) plantea una serie de metodologías relacionadas con el consentimiento Informado, el acceso a ellos, la privacidad y la confidencialidad, los cuales deben considerarse en el diseño mismo de la investigación. (Anexo 1)

El desarrollo de este trabajo, implica comprender que el acto de alimentarse, trátase de la comida o la bebida, trasciende la necesidad de nutrirse. Este, está cargado de significados y emociones que se encuentra ligado a las circunstancias y acontecimientos que nada tiene que ver con la estricta necesidad de alimentarse.

La alimentación es una conducta que se desarrolla más allá de su propio fin; que sustituye, compendia o imprime otras conductas; y, en esa medida se constituye en un signo, esto es: un símbolo de actividad, trabajo, recreación, ocio, celebración, sociabilidad, hospitalidad, emociones, sentimientos y de cada circunstancia social.

De acuerdo con Gracia (2000) comer es una necesidad primaria. Para sobrevivir el ser humano tiene que nutrirse. A pesar de esto, los alimentos no sólo se componen de nutrientes, sino también de

significaciones, no cumplen únicamente una función fisiológica, sino social y no se digieren de forma exclusiva mediante procesos orgánicos internos, sino a través de representaciones que le vienen de fuera y que han estado generadas por el entorno cultural. (p. 35)

Los alimentación que el ser humano elige de entre las variadas maneras que el entorno le ofrece; las diversas formas de preparación de provisiones para consumirlos, la importancia y el sentido que concede al acto de comer; y los códigos y ritos que gobiernan éste, arrojan características de las sociedades en que vive el ser humano. Comer y beber son situaciones sencillas, pero de enorme importancia para la humanidad, que a menudo se hallan asociadas con aspectos que nada tienen que ver con la nutrición; y es precisamente con la cultura, sus mitos, sus prácticas y creencias. En tanto, al mismo tiempo que satisface una necesidad humana esencial, la alimentación es un factor capital de la identidad cultural. Al introducirse un alimento en la boca, por muy sencilla que parezca la acción, el individuo pone en marcha procesos menos sencillos y de diferente orden. Unos son ecológicos, psicológicos, económicos o culturales. Todos ellos, estrechamente vinculados, constituyen los condicionantes del comportamiento alimentario humano. (Gracia 2000, p. 35)

Comer en grupo, es una forma de iniciar y mantener las relaciones entre las personas; los alimentos transmiten mensajes humanos. A través de la comida en familia, se transmite de generación en generación toda una serie de valores culturales. El Ser humano se alimenta como lo hace la sociedad a la que pertenece. Su cultura define la gama de lo que es comestible y las prohibiciones alimentarias. La diferencia más perceptible entre lo recomendado por la cultura y aquello que resulta nutritivamente indispensable se observa particularmente en el ámbito de la alimentación infantil posterior al destete. Luego de este, el niño recibe casi siempre aquello que se considera como “la mejor alimentación posible”

Gracia (2000) refiere: Los alimentos no sólo se componen de nutrientes, sino también de significaciones, no cumplen únicamente una función fisiológica, sino social y no se digieren de forma exclusiva mediante procesos orgánicos internos, sino a través de representaciones que le vienen de fuera y que han sido generadas por el entorno cultural. (p. 37)

La influencia de la madre es bastante fuerte en esta etapa, ya que, es ella quien decide los alimentos a consumir de acuerdo a la capacidad económica, disponibilidad de tiempo, los conocimientos y preferencias que tenga para la selección de los mismos. En la etapa escolar el “mundo de los niños y las niñas se amplía” al igual que las oportunidades de alimentarse fuera del ámbito familiar, donde explora diferentes alimentos, diversas formas de preparación en distintos horarios y lugares.

En el ámbito escolar y familiar los hábitos y las costumbres alimentarias se ven influenciados por el ambiente en el que interactúa el niño y la niña, en la etapa de la niñez, se imitan algunas preferencias alimentarias de familiares y personas que éstos consideren modelo para la alimentación.

Por tanto, alcanzar un mayor conocimiento de la cotidianidad alimentaria de los niños y las niñas, permitió indagar por los significados construidos por ellos frente a la misma, y alcanzar una mayor comprensión de su realidad alimentaria vista desde ellos y ellas como actores sociales.

Teniendo en cuenta este panorama, el objetivo general de la presente investigación se centra en Analizar los significados sobre la alimentación que tienen los niños y las niñas y realiza un recorrido por unos objetivos específicos que se enfocan en: Comprender las dimensiones cognitivas, emocionales y culturales respecto a la alimentación que éstos tienen, y así mismo en Analizar las practicas alimentarias familiares que tienen los infantes en cuanto a frecuencia, consumo y cantidad.

En este orden de ideas, la investigación establece su base epistemológica en el construccionismo social como propuesta interdisciplinaria que aporta a los estudios sobre el ser humano, las relaciones y la cultura. Son precisamente estos elementos los que conforman el soporte para explorar las narraciones

circulantes y el modo como los niños y las niñas construyen en su contexto social las significaciones de su realidad alimentaria, a través de las relaciones humanas y el intercambio cotidiano.

Así mismo, el construccionismo social, en su intención de dar cuenta de la edificación del ser humano en términos cognoscentes y simbólicos, según su vinculación al contexto social y cultural específico, permite dar cuenta de las significaciones que construyen entre sí de manera cotidiana los niños y las niñas. De este modo cada discurso, el uso del lenguaje y las expresiones; consienten la construcción, la re- significación y la transformación de los marcos de referencia. Pues, al entrar en coordinación con otros y otras, el mundo se convierte en significativo para él y para ella y desde allí, construyen identidades según intereses, metas, ideales, valores o pasiones compartidas.

En cuanto a la génesis de los significados, es preciso afirmar que su emergencia, tiene sentido en el seno de las relaciones. A partir de este panorama, el ser humano desde su nacimiento se encuentra bajo la influencia de las relaciones de su comunidad, y en las acciones coordinadas es que empieza a construir, de-construir y co-construir de manera constante los significados (Gergen, 2006).

Esta premisa, conduce a comprender cómo los significados evolucionan o se transforman a lo largo del tiempo. Para ello, es necesario comentar sobre el lenguaje, el sentido, las acciones y los complementos, ya que son los elementos necesarios para que en las relaciones humanas se construyan los significados.

En este sentido, Gracia (2000) Si la primera faceta de la alimentación que debemos considerar se extiende de lo biológico a lo cultural, de la función nutritiva a la función simbólica, la segunda va de lo individual a lo colectivo, de lo psicológico a lo social. Al introducirse un alimento en la boca, por muy simple que parezca la acción, el individuo pone en marcha procesos menos sencillos y de diferente orden; unos son fisiológicos, sin duda, pero otros son ecológicos, psicológicos, económicos o culturales. Todos ellos, y estrechamente vinculados, constituyen los condicionantes del comportamiento alimentario humano. (p. 37)

De este modo, se devela que los procesos de socialización favorecen no sólo la aprehensión de comportamientos y hábitos sino también, la transformación de dichos comportamientos a partir de la experiencia y el valor dado a los acontecimientos. En este sentido, las relaciones familiares y sociales favorecen la creación de significados frente a los hábitos alimentarios, los cuales subyacen en creencias y prácticas culturales que determinan aspectos significativos al acto de comer.

La cultura es mucho más que los alimentos, fiestas y costumbres. Es el conjunto de ideas que coordinan las acciones y la construcción de significados de una comunidad de personas. La mayor parte de las veces, estas ideas son implícitas y automáticas, guían nuestras prácticas, estructuran nuestras instituciones y, en general, impregnan la actividad cotidiana de nuestras vidas. Tal y como la gente se involucra con las prácticas de una cultura, los artefactos y las instituciones, sus pensamientos, sentimientos y comportamientos, vienen a reflejar los valores de esa cultura y sus creencias.

Con relación al enfoque metodológico, esta investigación parte de la fenomenología como pilar que permite el estudio de la experiencia vital, de la cotidianidad, de la esencia del contexto en el cual se encuentran inmersos los niños y las niñas, y transcurre su vida cotidiana, donde la exploración de valoraciones y significados otorgados a cada suceso dan estructura a su mundo.

Dicha investigación es de tipo cualitativo con un alcance comprensivo lo cual, permite rescatar de los niños y las niñas su experiencia en el entorno social, su sentir frente a la realidad alimentaria, conocimiento sobre los hábitos, costumbres, cultura y maneras de pensar y proceder desde su perspectiva.

Las técnicas utilizadas se concentran en: El juego como escenario que permite vislumbrar el reflejo de la cultura y la sociedad. En él se representan las construcciones y desarrollos de los entornos y sus contextos. Las niñas y niños juegan a lo que ven y re-significan su realidad. Por esta razón, el juego es

considerado como medio de elaboración del mundo y de formación cultural, que inicia a los pequeños en la vida de la sociedad en la que están inmersos.

En el juego hay un gran placer por representar la realidad vivida de acuerdo con las propias interpretaciones, y por tener el control para modificar o re-significar esa realidad según los deseos de quien juega. La niña y el niño representan en su juego la cultura en la que crecen y se desenvuelven. Desde esta perspectiva, el juego permite aproximarse a la realidad del niño y la niña. Para Vygotski los genes del ser humano vienen predeterminados desde que nacemos, pero el producto final de su desarrollo estará determinado por las características del medio social donde vive. Porque es el proceso de socialización, el que transmite a los individuos los valores, las costumbres y los significados culturales. Considera que el origen del juego, viene de la acción espontánea de los niños pero orientada socialmente, lo que le atribuye un valor socializador.

Y en la observación, como técnica de investigación básica, sobre las que se sustentan todas las demás, ya que establece la relación entre el sujeto que observa y el sujeto que es observado, lo que posibilita la comprensión de la realidad.

Según Bunge la observación en cuanto es un procedimiento científico se caracteriza por ser:

- Intencionada: porque coloca las metas y los objetivos que los seres humanos se proponen en relación con los hechos.
- Ilustrada: porque cualquier observación para ser tal, está dentro de un cuerpo de conocimientos que le permite ser tal; solo se observa desde una perspectiva teórica.
- Selectiva: porque necesita a cada paso discriminar aquello que le interesa conocer y separarlo del cúmulo de sensaciones que invade a cada momento.
- Interpretativa: en la medida en que trata de describir y de explicar aquello que se está observando.

Procedimiento

Esta investigación se lleva a cabo en tres fases:

1. La primera relacionada con el desarrollo de una prueba piloto para validación de los instrumentos.
¿Cómo?
2. La segunda permite la recolección de la información a partir de la técnica del Juego y la Observación y el análisis conceptual.

Vigotsky retomado por Peñaranda hace un valioso aporte al advertir que la inteligencia no es independiente del lenguaje. En el juego el niño sustituye el predominio del objeto y la acción por el significado. Logra entonces manejar las palabras como propiedades de una cosa y, de esta manera, el niño mediante el juego va construyendo la definición funcional de los conceptos, con lo cual, va desarrollando el pensamiento abstracto y la capacidad de llevar a cabo elecciones conscientes.

Bruner, por su parte, reconoce en el aprendizaje del lenguaje una parte innata y otra adquirida por medio del ensayo y la experiencia. Esta última se da más productivamente en un ambiente *lúdico*. Por esto sugiere no insistir en las correcciones, inicialmente dejando que el niño juegue con las palabras de manera flexible y creativa.

Por otra parte, la observación para Bonilla y Rodríguez (2005) permite la anotación directa de lo que sucede a medida que transcurre la acción, cuyo objetivo es describir el contexto hasta llegar a observaciones focalizadas y selectivas que permitan captar en detalle y en profundidad la dinámica del suceso. (p.236)

El registro de las observaciones consiste en notas de campo y fotos que dan cuenta y documentan la realidad social estudiada. Dicha observación se lleva a cabo mediante una guía orientadora (anexo 2) que posibilita el direccionamiento de los niños y las niñas en un escenario de juego para comprender la dinámica subyacente de la situación; lo que facilitó la organización, análisis e interpretación de la

información recolectada. Posteriormente al registro de la información, se da paso a la triangulación de la misma por agregados, interactiva y colectiva (anexo 3)

La tercera fase permite analizar la información desde las disciplinas de la antropología y la sociología al considerarse en un hecho transdisciplinar que transita entre el espacio biológico, social y cultural. De este modo, la antropología social ha demostrado de forma más o menos precisa que la alimentación constituye una especie de *ventana con vistas* a través de la cual se observa, se conoce y se comprende la cultura en un entramado más amplio. El hecho alimentario es, en el sentido dado por Mauss (1950), un *hecho social total*, entendiendo que todas las áreas de la cultura y tipos de instituciones (económicas, legales, políticas, religiosas, etcétera) encuentran en él expresión simultánea y le influyen de algún modo. Consecuentemente, el análisis del hecho alimentario puede revelar a su vez, la naturaleza y la estructura de un orden social dado.

Resultado

La investigación se lleva a cabo con niños y niñas de edades entre los siete y los nueve años, en un contexto permeado por el juego como escenario natural en su vida cotidiana, donde las interacciones establecidas a través del lenguaje mediante el diálogos y las narración de historias, posibilita el conocimiento de una realidad subjetiva creada mediante la interacción en un entorno social y cultural objetivo cargado de costumbres y particularidades propias, de prescripciones y prohibiciones tradicionales, de ritos y discursos, de la identidad alimentaria y la pertenencia a un territorio determinado. Todo ello con una codificación ancestral históricamente cultural.

CAPITULO II

Referente Teórico

Si bien es cierto que, hasta hace pocos años la sociología apenas había prestado atención a la alimentación. La comida y los comportamientos asociados a ella no habían sido considerados como temas de estudio relevantes por los sociólogos. Diversos autores han resaltado el retraso con que la sociología ha abordado de forma sistemática y central el fenómeno alimentario apuntan varias razones sobre este desinterés: en primer lugar, sugieren que el retraso se debe a que la alimentación responde a una necesidad biológica; en segundo lugar, apuntan hacia la cotidianidad de la alimentación en la vida social, presentándola con frecuencia como un hecho dado; en tercer lugar, no ignoran que la sociología se ha centrado, en sus primeros desarrollos, en la sociedad industrial, restando -curiosidad a las cuestiones del consumo y a aquellas áreas de la vida social no productivas (la esfera doméstica en particular); en último lugar, nos recuerdan que el hambre ha dejado de ser hace bastantes años un problema social prioritario en las sociedades occidentales desarrolladas.

Sin duda, la parte biológica del acto de comer tiene que ver con este distanciamiento entre la sociología y la alimentación, y ello a pesar de los debates entre lo biológico y lo cultural que han caracterizado una buena parte de los avances de esta ciencia. Sin embargo, han sido sobre todo, los análisis antropológicos acerca la comida en diferentes sociedades los responsables de la consideración cultural y social de la alimentación. De manera quizás excesiva aunque convincente, algunos antropólogos han afirmado que la propia utilización del fuego por parte de los pueblos primitivos, obligó a manipular culturalmente la comida. El pasó de *lo crudo* a *lo cocinado* mencionado por Levi-Strauss (1968), constituye para este autor el proceso determinante de la emergencia de la humanidad. Este simple hecho, hace de la alimentación un comportamiento cultural que permite hablar de la comida no como un asunto exclusivamente nutritivo, sino como algo inherente a las propias sociedades. Las prácticas alimentarias

no sólo son comportamientos o hábitos, sino también, y sobre todo, prácticas sociales con una clara dimensión imaginaria, simbólica y social.

...Las denominadas *ciencias exactas*, tales como la nutrición o la fisiología, han aplicado principios y metodologías a menudo de forma reduccionista invocando determinismos y funcionalidades biológicas, genéticas o fisiológicas a cada práctica alimentaria y asociando una función epistemológicamente sólida a cada rasgo cultural. Por su parte, *las ciencias humanas y sociales* han insistido en lo contrario, en el hecho de que la alimentación humana incluye una dimensión imaginaria, simbólica y social, ofreciendo también aproximaciones que han postulado explícita o implícitamente la autonomía de lo social con respecto a las influencias biológicas (Fischler 1995:14-18).

El papel decisivo de la alimentación en la evolución humana ha sido resaltado también por los sociólogos. Fischler indica que "la alimentación es una función biológica vital y al mismo tiempo una función social esencial. (...). Sus facetas innumerables se ordenan según dos dimensiones por lo menos. La primera se extiende de lo biológico a lo cultural, de la función nutritiva a la función simbólica. La segunda, de lo individual a lo colectivo, de lo psicológico a lo social. El hombre biológico y el hombre social, la fisiología y lo imaginario, están estrecha y misteriosamente mezclados en el acto alimenticio"

Pensar en la historia de la alimentación, implica realizar un recorrido por el acervo de creencias y hábitos alimentarios de las poblaciones; implica adentrarse en la cotidianidad de una cultura; donde la mezclas de sabores, colores, olores y texturas se armonizan en su cocción, se degustan en su presentación y entorno a los cuales se crean modales en la mesa; es así como cada ser humano construye relaciones interpersonales, significados y realidades simbólicas a partir de cada bocado de alimento, dejando una impronta de hábitos y costumbres a sus generaciones, que pueden mantenerse,

modificarse o adquirirse durante períodos como la gestación, la lactancia, la ablactación y/o la alimentación de los niños y las niñas.

Estos hábitos en las edades adultas son muy difíciles de modificar debido a los arraigos culturales, y son precisamente los adultos mayores los responsables de la selección, compra y cocción de los alimentos. Generalmente este último aspecto le concierne a la abuela, la cual, impone sus costumbres y prácticas alimentarias a los más jóvenes. Por esta razón los hábitos de vida y alimentarios deben ser educados desde las edades más tempranas acorde a las realidades, costumbres y necesidades de los países, contribuyendo a una mejor calidad de vida.

Las prácticas alimentarias están influenciadas por factores sociales, económicos y culturales que rodean al individuo y a su familia. Cada grupo humano o sociedad tiene un patrón alimentario que le es propio, resultado de una compleja trama de usos, costumbres y tradiciones que se transmiten y se modifican a través de la historia, y que, se deben tener en cuenta para llevar a cabo una estrategia de Educación Alimentaria.

La Educación Alimentaria es responsabilidad tanto de la familia como de la escuela. La familia juega un papel decisivo en la educación de los más pequeños, para que adquieran adecuados hábitos alimentarios, pues es a través de la interacción con los adultos que los niños adquieren determinadas actitudes, preferencias, costumbres y hábitos alimentarios que están fuertemente influenciados por las prácticas alimentarias que realiza la familia.

La alimentación no sólo son procesos digestivos, también, entorno a ellos se encuentran una serie de valores y expresiones culturales que tienen que ver con el ser humano en disímiles contextos: en lo social, psicológico, económico, simbólico y religioso. Esta lleva implícitas cuestiones morales, de prestigio, de poder y estatus, y es considerado y apreciado como un arte.

Todo Ser Humano se alimenta. Es por ello que se hace imprescindible conocer, comprender y entender las relaciones que se establecen entre él y los alimentos; relaciones en las que predominan la socialización, las formas de economía y las tradiciones conservadas a lo largo de la historia, resaltando la importancia de los alimentos en el contexto sociocultural en el que se desenvuelven los sujetos.

El proceso de alimentación es una cadena de hechos que incluye el cultivo, producción, distribución y consumo de los mismos, así como una serie de leyes y políticas que pueden favorecer o afectar las esferas antes mencionadas. Tiene asociado toda una serie de elementos culturales (tradiciones, costumbres, religión, raza, etnias) y sociales (significados, valores y permite la socialización entre los diferentes grupos).

La alimentación está relacionada con la vida cotidiana y con la realidad sociocultural en la que se desenvuelve el ser humano, la cual incluye, tanto aspectos objetivos como subjetivos. Además se hace extensiva a las diferentes esferas de la vida como la economía y la política que si se usan adecuadamente pueden garantizar la Seguridad Alimentaria y Nutricional de cada región, pueblo o país, garantizando el acceso a los alimentos de forma segura y estable, y tomando medidas o dictando leyes que favorezcan la disponibilidad, acceso y consumo de los mismos. También está estrechamente vinculada a la cultura de una sociedad determinada; pues incluye toda una serie de tradiciones, hábitos y tabúes que se transmiten de generación en generación.

La palabra cultura fue definida primeramente en términos humanistas como forma de cultivación o cultivo de la tierra. Muchos han sido los conceptos dados sobre esta palabra tan sencilla y que encierra tanto significado. Antropólogos como Frank Boas, Edward Taylor, Parsons, han hecho sus aportes acerca del tema. La cultura son los hábitos, conocimientos, creencias, costumbres, formas de comportamientos, arte, ley y producciones materiales, todo ello es cultura. Más que algo innato, se trata de un sistema de símbolos creados por el ser humano que son aprendidos.

Gracia Arnaiz (2002) plantea según Guerrero Rivera (2003) que la Cultura Alimentaria “es el conjunto de actividades establecidas por los grupos humanos para obtener del entorno los alimentos que posibilitan su subsistencia, abarcando desde el aprovisionamiento, la producción, la distribución, el almacenamiento, la conservación y la preparación de los alimentos hasta su consumo, e incluyendo todos los aspectos simbólicos y materiales que acompañan a las diferentes fases del proceso”.

Teniendo en cuenta lo planteado anteriormente por Guerrero Rivera, la alimentación es determinante para la supervivencia del ser humano y asociado a ello, existe una serie de elementos objetivos y subjetivos que forman parte de la identidad de cada pueblo, y que tienen sus raíces en la historia de cada uno de ellos.

Moreno García (2003) en su estudio sobre Cultura Alimentaria plantea que el alimento es “un elemento de funcionalidad o disfunción dado que establece la sociabilidad, contribuye a la armonía entre algunos grupos e individuos, además de que representa valores, costumbres y tradiciones, y en algunos grupos o sociedades se distingue como un símbolo que en sus diversidades y características representa unidad, tradición, estatus, distinción, en ciertos casos conlleva una carga de significados espirituales o de éxito al ser considerado un elemento de transferencia de actitudes, sentimientos negativos o positivos para con los demás”.

Basadas en los estudios realizados por Moreno García y Guerrero Rivera sobre la alimentación como parte de la cultura podemos decir que la *Cultura Alimentaria* abarca desde el aprovisionamiento, producción, distribución, conservación, y preparación de los alimentos hasta su consumo. Posee una carga de significados espirituales que están estrechamente vinculados a las creencias, costumbres, tradiciones, valores. Establece relaciones sociales y armónicas entre grupos e individuos. Para algunos grupos o sociedades es un símbolo que representa unidad, status, distinción y tradición. Además la cultura alimentaria implica la promoción de *prácticas alimentarias saludables* que sean fuente de placer

y satisfacción. Las ocasiones o motivos por los cuales las personas se reúnen para comer; los métodos de preparación y conservación de los alimentos; los hábitos de consumo y de horario; las normas de conducta y el orden al sentarse alrededor de la mesa y los utensilios empleados, son elementos que conforman parte de nuestra identidad.

La alimentación es una construcción social y cultural. Los alimentos para ser susceptibles de consumo, pasan por un proceso de transformación que expresa normas culturales de clasificación y combinación. En éste proceso se convierten en productos deseables, es decir, en comida. La comida tienen la función de satisfacer las necesidades biológicas esenciales del ser humano, responden a una tradición étnica históricamente establecida que propicia la existencia de varios momentos para la ingestión de alimentos: desayuno, almuerzo, cena y merienda. El desayuno es la primera comida del día, su horario depende de las actividades que realiza cada miembro de la familia. El almuerzo es alrededor del mediodía y se realiza generalmente en los centros de trabajo o estudiantiles, o en el hogar mismo.

La cena es la ocasión más importante, para ella se reserva lo mejor, debido a que en derredor suyo, se encuentran todos los miembros de la familia reunidos. Se realiza al anochecer. Tras ella viene el período más largo sin ingerir alimentos. Muy pocas son las familias que conservan la tradición de comer alrededor de la mesa, pues la mayoría, lo hace frente al televisor.

La costumbre de cenar en familia es de vital importancia pues estrecha los vínculos de afecto, facilita y enriquece la comunicación, produce satisfacción espiritual, intercambio de experiencias, favorece la formación de hábitos adecuados y permite informar a los más pequeños sobre la importancia de consumir una alimentación balanceada.

La comida adquiere usos y significaciones diversas según el contexto histórico y social; no obstante, el proceso de socialización e interacción que ocurre en torno de la alimentación es el eje principal del acto alimentario. El estar juntos; el encuentro regularizado y pautado respecto al proceso de alimentación,

permite superar el nivel instintivo y fisiológico de satisfacer el hambre para convertirse en un proceso socializador que supera la significación personal. De esta forma, el acto alimentario se conforma de un invitado; de comida y de situaciones sociales determinadas y específicas en las que se interrelacionan contexto y estructura, significaciones intrínsecas y normas objetivas.

Pese a que la alimentación es un proceso inherente a la existencia humana, no siempre ha sido considerada un hecho social objeto de estudio, debido a que su naturalización conduce a considerarla como un comportamiento y un que-hacer cotidiano que no convoca reflexiones ni interrogantes ya que, ante el gran acervo de problemas sociales, sólo se abordan aquellos que cobran relevancia.

Ante la complejidad del fenómeno, autores como Díaz & Gómez, 2001; Carrasco, 2007; coinciden en reconocer la necesidad de adelantar estudios interdisciplinarios que permitan comprender los diversos ámbitos, dimensiones y aspectos que se conjugan en el proceso alimentario, más allá de ser un objeto de estudio nutricional de análisis médico y biológico u objeto de análisis económico.

El desarrollo de los estudios *antropológicos* sobre la alimentación humana en la época ancestral o clásica dirigía su enfoque a la formulación de problemas de tipo etnológico donde se abordaban hábitos y costumbres alimentarias dentro de un contexto social. Sin embargo, la tendencia contemporánea de la antropología de la alimentación reconoce que los problemas alimentarios están en estrecha relación con el fundamento político, ideológico, social y cultural experimentado por las sociedades. Desde esta vertiente, las explicaciones del fenómeno alimentario identifican la incidencia de las acciones políticas de los países en las prácticas de consumo, en el manejo del entorno ambiental, en las condiciones para la productividad, la oferta y el acceso a los alimentos como garantía de derechos, y sitúan sus análisis en contextos de desarrollo sociopolíticos más amplios.

La sociología, por su parte, tiene sus bases en la dinámica social que subyace a la acción de alimentarse; esta corriente de pensamiento denominada *sociología de la alimentación*, centra su interés

en la *significación social* de la alimentación, mediante el análisis de los patrones de consumo, las prácticas alimentarias en el contexto de sociedades modernas, las motivaciones y los factores culturales que inciden en el comportamiento alimentario. Las desigualdades sociales expresadas en el acceso y consumo de alimentos, las relaciones de género y la distribución de poder en el acceso a recursos alimentarios y la incidencia de los factores sociales, familiares y culturales en las condiciones de salud. Recientemente algunos estudios han incorporado una significación social y cultural al comportamiento alimentario trascendiendo el análisis económico y nutricional, fundamentado por la sociología de la alimentación. Dichos estudios analizan las relaciones de reciprocidad familiar y social que permiten y sostienen la distribución y asignación de recursos alimentarios, indagan los significados (percepciones, experiencias y valores) de las prácticas alimentarias durante el amamantamiento hasta la introducción de la alimentación cotidiana de la familia. Investigan las representaciones de la producción y el consumo de alimentos entre agricultores y agricultoras... En esta línea interesa comprender los *significados que construyen los seres humanos* a partir de su experiencia personal y familiar con relación a las prácticas Creencias, hábitos y costumbres... de alimentación, al igual que la exploración de los procesos alimentarios ocurridos en el entorno familiar, ámbito fundamentalmente naturalizado para el desarrollo y cumplimiento de dicha actividad.

Otra tendencia de estudios sociológicos resaltan los contenidos sociales de la alimentación desde la *perspectiva de género*, para visibilizar las diferencias del consumo alimentario entre clases sociales, entre grupos poblacionales o familias y grupos en circunstancias específicas, Así mismo, analizan las condiciones de inequidad y desigualdad social a las que ha estado sometida una gran parte de la población; Análisis que evidencian el desigual acceso al poder y a los recursos alimentarios que enfrentan las mujeres en sus propios hogares y la comunidad para satisfacer la necesidad alimentaria de sus familias. Otros estudios exploran en la dinámica familiar aquellos aspectos relacionados con los

hábitos y prácticas alimentarias de la vida moderna, para evidenciar los cambios en los hábitos alimentarios como consecuencia de la influencia del contexto social.

Por otra parte y trascendiendo la mirada del objeto de estudio, la alimentación asume una connotación de *Derecho Fundamental* sustentado en un marco jurídico y normativo, tratados e instrumentos internacionales, que establecen el derecho humano a la alimentación y dan carácter de obligatoriedad al Estado Colombiano: la Declaración Universal de Derechos Humanos, artículos 22 y 25 (1948), el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (PIDESC, 1966), la Convención sobre los derechos del niño (1989), Cumbre Mundial a Favor de la Infancia (1990), la Declaración de los Derechos del Niño (principio 4), Declaración Sobre el Derecho al Desarrollo (artículo 8), La Declaración Universal sobre la Erradicación del Hambre y la Malnutrición, la Cumbre Mundial de la Alimentación (1996), los objetivos del milenio...

La Constitución Política de Colombia, establece el derecho a la alimentación equilibrada como un derecho fundamental de los niños/as (artículo 44), la protección a la mujer en embarazo (artículo 43) y, en cuanto protección especial a la producción alimentaria y mecanismos para lograrlo, la Constitución establece en los artículos 64, 65, 66 y 78 los deberes del Estado en esta materia. La ley 1098 de 2006, “por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia”, en su artículo 41, numeral 14, establece como obligaciones del Estado: Reducir la morbilidad y la mortalidad infantil, prevenir y erradicar la desnutrición, especialmente en los menores de cinco años. Y en el numeral 15: Asegurar los servicios de salud y subsidio alimentario definidos en la legislación del sistema de seguridad social en salud para mujeres gestantes y lactantes, familias en situación de debilidad manifiesta y niños, niñas y adolescentes.

En cuanto derecho, la alimentación se efectiviza con la implantación en las leyes y políticas públicas o en la asignación presupuestal otorgadas para su realización.

Ante este panorama, Las prácticas cotidianas de alimentación, aunque se realicen en el ámbito privado familiar, hacen parte de un contexto social más amplio. Un ámbito público, donde el Estado juega un papel trascendental en la garantía del derecho a la alimentación mediante el diseño e implementación de Políticas Públicas, la regulación del mercado en la producción, el abastecimiento y el acceso a los alimentos, y el papel que juega la comunidad, los amigos, familiares, entidades sin ánimo de lucro y otro tipo de redes sociales, son factores que inciden en la estructuración de las prácticas de alimentación familiar.

En el ámbito privado, las necesidades nutricionales de los miembros de la familia según diferencias de género, generación, ciclo de vida familiar; la naturaleza del trabajo implicado en esta labor, los aprendizajes y las creencias socioculturales respecto a lo que significa alimentarse, los gustos alimenticios, las relaciones de poder que se producen en la distribución de tareas y responsabilidades en la provisión, compra, preparación, distribución y disposición de los recursos alimentarios, dan cuenta de las formas de organización y distribución del poder; de las características de producción y consumo de alimentos en una sociedad, y de las formas como se establecen estos procesos en determinadas sociedades.

Adentrarse en las prácticas de alimentación que se llevan a cabo en el ámbito doméstico familiar, en las relaciones familiares y sociales que se construyen alrededor de la cocina y sus aderezos, se constituye en una oportunidad para desentrañar las características de las relaciones familiares, las tensiones y los conflictos entre los sexos, la organización y el acceso a recursos, las desigualdades sociales y las posibilidades de sostenimiento o de cambio de las prácticas y los comportamientos alimentarios, pero también de las relaciones de género en el universo de simbolizaciones y rituales que hacen de la alimentación una posibilidad de realización humana.

Tradicionalmente los conocimientos “empírico-médicos” de las abuelas o madres con relación a la alimentación han sido transmitidos a las futuras generaciones con la consigna: La formación de hábitos alimentarios saludables debe comenzar desde los primeros años, porque los hábitos instalados tempranamente tienden a perdurar a lo largo de la vida.

El rol de los padres/madres/abuelos/abuelas en el desarrollo de hábitos saludables es fundamental, pues no sólo enseñan con el ejemplo, sino que son ellos y ellas quienes orientan qué y cómo comen los niños y las niñas. De ahí que expresiones de tono ancestral como “las verduras y las frutas te hacen crecer sano y fuerte” se convierten en determinantes explícitos e implícitos para el consumo de unos u otros alimentos. Habitando culturalmente a una familia, comunidad o sociedad.

Cada población tiene sus propias preferencias, rechazos y creencias respecto a sus alimentos y muchas son conservadoras en sus hábitos alimentarios a través del consumo y aceptación de las recetas que las madres y abuelas preparan; aún si, se tiene en cuenta que las preferencias alimentarias no se establecen ni se eliminan por caprichos o afirmaciones y son transmitidas de generación a generación. De ahí, que oír las recomendaciones populares sobre la alimentación cuando no existía explicación científica alguna, se convirtieran en antiguas creencias o mitos que en la actualidad forman parte de la herencia cultural.

Escuchar expresiones como “Lo que comas en el embarazo es lo que recibe el bebé”, “Si no comes frutas, el bebé saldrá sucio”, “Si comes mucho queso, el bebe saldrá con una costra en la cabeza” hace parte de las creencias culturales cuya intención no es ocasionar angustias, sino la transmisión de hábitos hacia el consumo de frutas y verduras como fuente saludable de vitaminas, minerales y fibras donde las de tonalidad roja brindan antioxidantes y las de tonalidad verde vitamina A,C, complejo B,E, Hierro y Calcio; nutrientes esenciales para el crecimiento y desarrollo del bebe. Una vez termina el periodo de

gestación en el cual durante nueve meses, el cuerpo de la madre alimenta al del bebé, éste continúa preparado para continuar alimentándole, a través de la lactancia materna.

Según Miranda J. “La sabiduría de la naturaleza se pone en evidencia clara y precisa cuando coloca en el seno de la madre la fuente que asegura la vida del ser y por esta razón más que poderosa es porque la leche encierra todos los principios nutricios imprescindibles para el crecimiento de los diversos mecanismos funcionales del pequeño ser: agua, proteínas, lípidos, glúcidos, minerales y vitaminas.”

En este sentido, el amamantamiento se ha arraigado pasando de generación en generación adquiriendo una estampilla perdurable en la actualidad, ya que, científicamente se considera que los niños y las niñas alimentados con leche materna son más inteligentes, contraen menos enfermedades y están mejor nutridos que los niños y las niñas que reciben otros alimentos”. Por tal motivo, una mujer que lacta a su bebé le proporciona el alimento adecuado para su normal crecimiento y desarrollo físico, cognitivo y afectivo.

A esta etapa le sigue la incorporación paulatina de alimentos acordes con la edad del niño y la niña sin interrumpir la lactancia hasta por lo menos los dos años de vida, etapa en la cual, los niños y las niñas están totalmente empapados de los hábitos alimentarios de la familia y de la cultura, tanto por la calidad como por la forma en que esos alimentos son consumidos. Un ejemplo se refleja en la siguiente frase...

...¡Termínate la leche! Otras dos mordidas a las zanahorias

Y entonces te puedes comer el postre.

La adecuada alimentación durante la infancia es necesaria para lograr un estado de salud y un desarrollo óptimo, siendo a la vez útil para prevenir enfermedades en la edad adulta, relacionadas con la alimentación, como la hipertensión, obesidad, enfermedades cardíacas y gástricas, etc.

Al principio el niño quiere coger, probar y tocar todo tipo de alimentos y empieza a darse cambio en esas conductas a partir de los 2-3 años en los empieza a tener preferencia o rechazo por determinados

alimentos. En estos años es importante cuidar tanto la cantidad como la variedad de los alimentos consumidos, así como las actitudes y comportamientos de los padres.

Al iniciarse la socialización en otros medios como la escuela, los amigos pueden ejercer notable influencia sobre su dieta, al estimular el consumo de dulces, mecato o golosinas que les resultan más atractivos que la comida 'normal' o de la casa. Desde este punto de vista, el restaurante escolar puede ser utilizado de forma positiva como instrumento de educación nutricional.

Como vemos, la alimentación está predispuesta en el niño a un continuo proceso de aprendizaje, siendo durante la edad infantil cuando adquieren hábitos alimentarios que se van a mantener durante toda la vida, y que tanta repercusión va a tener en la edad adulta. La modificación de dichos hábitos en edades posteriores va a ser muy difícil.

En el hogar los niños y las niñas deben hacer parte del momento del servido de los alimentos, siempre que el horario laboral de los padres lo permita, ya que con la observación y la imitación se contribuye a la formación de aquellos hábitos alimentarios más adecuados. Recibir de todos los grupos de alimentos, comer despacio y masticar correctamente les favorecerá la digestión.

Es importante tener en cuenta que en la formación de hábitos alimentarios, la televisión no debe formar parte del momento familiar durante el consumo de los alimentos ya que, debe haber un tiempo para cada actividad: para jugar, para ver la tele, para comer.....En general la madre habrá decidido lo que se come; primer plato, segundo plato y postre. El niño no se levantará de la mesa hasta que los padres lo hayan decidido.

En los casos de beneficiar a los hijos o las hijas del comedor escolar, los padres deben preocuparse de que éste va servir de ayuda para la creación de hábitos, pero teniendo presente que son ellos, los padres, quienes deben realizar el papel más importante. Aquí también el ejemplo es importante.

La comida entre horas, el **picar**, es un mal hábito que se puede convertir en falta de apetito o sobrepeso.

De otro lado la publicidad, en especial la televisión, se convierte en una fuerte influencia en la creación de hábitos alimentarios que pueden ser positivos o inadecuados para los más pequeños del hogar; de ahí la importancia del papel regulador de la familia.

En la creación de hábitos los padres o familia cuidadora no debe utilizar la alimentación como medio de 'recompensa' o 'entretenimiento', puesto que comer es un placer más que una obligación; por ello es importante tener en cuenta el momento de servir los alimentos; la mesa, los utensilios, la presentación de los platos, entre otros.

Cuando llega el momento de los caprichos (2-3 años) no hay que ceder ante ellos, ya que, provocaría unos inadecuados hábitos. Es así que cuando se presenten 'fobias' o 'apetencias' ocasionalmente se les debe seguir ofreciendo todo tipo de alimentos de forma progresiva para que, lentamente vayan siendo aceptados, logrando así un mejor aprendizaje en la creación de hábitos alimentarios. Hay que aprovechar el inicio de las comidas para introducir los nuevos alimentos, momento en el que el niño tiene más apetito.

Si un niño está cansado, con sueño o sobre estimulado como consecuencia del juego, puede no querer comer, de ahí que se propone esperar que pase un rato, evitando forzarle la ingesta de alimentos.

Finalmente lo ideal es que el tiempo de las comidas no se prolongue más de media hora, debido a que, de otra manera, se convertirá en un suplicio para los niños y niñas. Transcurrido un tiempo prudencial, se retira el plato sin ningún tipo de contienda, castigo o discusión, ni comentarios, evitando reemplazar estas comidas principales por aquellos alimentos apetecidos por ellos.

Para una adecuada alimentación infantil la base está en el mensaje que el niño o la niña recibe desde su casa, lo que come en el hogar, el ejemplo que dé el padre o la madre al respecto, pues en la etapa infantil se aprende por imitación. Es necesario que los adultos, delante del niño o la niña no hagan rechazo a alimentos de alto valor nutricional, ni por el contrario den tanta importancia a aquellos alimentos que poseen un bajo valor nutricional.

El padre y la madre deben ser capaces de estimular a los niños y las niñas para que participen de la planificación, selección, compra, conservación y preparación de alimentos sanos y nutritivos. Estas actividades se deben ajustar a la edad y desarrollo del niño y la niña. Sin embargo, esta no es la realidad, por lo general estas actividades las realizan los adultos sin darle participación a los niños y las niñas. Por tanto, el mundo de los más “pequeños” ha sido sentido, pensado, opacado, invisibilizado y direccionado por los más “grandes”. Un mundo donde el niño y la niña se han concebido sólo como Seres Históricos; habitantes de una época, una cultura, una sociedad, una realidad...y con una experiencia de vida; y no como Seres Protagonistas de la historia; DE SU HISTORIA.

Una historia, que construye en los escenarios y contextos donde interactúa, se socializa, se comunica, adapta o des-adapta durante su primera infancia y niñez temprana. En la que, la presencia o ausencia de actores contribuye a la potenciación o constricción de su desarrollo integral y el ejercicio de sus derechos; a la re-significación de lo significado, a la re-creación de lo creado y a la de-construcción de lo construido para Él, por los Otros.

Escenarios donde la práctica de valores, la creación de hábitos, el cumplimiento de normas , la construcción de símbolos y signos, otorgan significado a imágenes; a través de acciones como la imitación de personajes, la expresión de sentimientos, los apegos y desapegos, CANTAR , PINTAR Y CREAR, oír historias, ver obras de títeres...son prácticas, actividades, experiencias que dan TONO A SU VOZ, le permiten pensar, conocer, comprender, interpretar, actuar, interactuar, construir su realidad y dar SIGNIFICADO Y SENTIDO AL MUNDO QUE LOS RODEA.

Para Bruner, el pensamiento de la cotidianidad tiene su expresión simbólica directa en la modalidad narrativa de organización de la experiencia. Los relatos o narraciones tratan de sucesos, estados mentales o acontecimientos en los que los seres humanos participan como personajes y actores de una trama que sigue una secuencia temporal claramente identificable. En esta forma de pensamiento las causalidades están dadas, ya no por leyes universales fácilmente formalizables mediante el lenguaje matemático, sino por las intenciones únicas e irrepetibles presentes en la vida interior de las personas; intenciones que nos son reveladas de manera directa (relatos en los que seguimos el curso del pensamiento de uno o más personajes) o insinuadas por la vía de sus actos. En esta medida, en contraste con el pensamiento lógico-científico, lo que interesa sobre cualquier otra cosa es el sujeto y su circunstancia. Es en este juego de subjetividades se aprende a ser personas pertenecientes a una cultura.

CAPITULO III

Análisis De Resultados

i. Narración descriptiva

Recrear un escenario rodeado de juguetes de cocina y módulos de alimentos se convirtió en el espacio que posibilitó dar inicio al juego donde el niño y la niña llevaron a cabo una interacción comunicativa y vivencial mediante el lenguaje y la expresión corporal, que demarcó y estructuró a través de una realidad

simbólica subjetiva, un contexto social objetivo en el que, los niños y la niñas develaron la valoración y el significado atribuido al acto cotidiano de la alimentación.

Una vez se brinda la orientación para poner en escena el acto de comer en un **contexto familiar** el niño y la niña se prepararon para iniciar el proceso de cocción de los alimentos; los que fueron cuidadosamente seleccionados y adecuadamente argumentados al momento de nombrar la receta a preparar. Una receta cargada de discursos con contenidos saludables, donde el niño y la niña parafraseaban los relatos de las abuelas y las recitaciones de las madres.

Relatos que vislumbran y narran costumbres culturales del medio en el cual están insertos; es así como los ingredientes seleccionados se clasificaban en el grupo de las frutas y verduras; los cuales tienen connotaciones y propiedades nutritivas para el crecimiento y desarrollo como lo ilustraban en sus discursos en el transcurso del juego.

Sin embargo, la cocción de los alimentos se revistió de rituales y características simbólicas al momento de ser servidos. El lugar en la mesa, los cubiertos utilizados y la conversación establecida a través de preguntas cotidianas por lo sucedido durante el día; fueron el punto de partida para identificar los invitados especiales a disfrutar del manjar preparado.

Es así como el escenario contó con la presencia de la abuela, la madre, tías, primos y primas en una época específica de festividad navideña, donde la abuela jugó un papel determinante para el niño y la niña, en tanto, el alimento fue ofrecido por ella, y acompañado con expresiones afectivas a través de palabras “tiernas” con un componente diminutivo y caricias en el rostro, características que determinaban la ingesta o no de los alimentos.

Por otra parte, la compañía de primos y primas contemporáneos; connotó otro tipo de relaciones enfocadas hacia la camaradería, la travesura y la complicidad, las cuales interrumpían constantemente

el acto alimentario, situación que propicia la intervención de la madre con expresiones de contenidos con llamados de atención, regaños, evocación de castigos o restricción de regalos; relatos que ubicaban nuevamente al niño y a la niña en el acto alimentario.

Una vez se da cierre al contexto familiar y prepara el escenario para dar continuidad a la **fiesta de pares**, el niño y la niña se dispusieron para seleccionar los ingredientes de una nueva receta, y como si se tratase de un capítulo nuevo, esta vez la elección se direccionó hacia los dulces y bebidas, olvidando por completo los discursos nutritivos y sobrepuestos a estos, aparecieron argumentos basados en los olores, sabores y texturas, pues esta vez la preparación se centró en alimentos como tortas, postres, helados, comidas rápidas, pasa-bocas, comestibles de paquete y bebidas donde los invitados especiales fueron los denominados “mejores amigos”

En este escenario, el ambiente estuvo permeado de risas, juegos, travesuras e historias de programas de televisión e imitación de súper héroes y princesas, que a la par con el niño y la niña disfrutaban de los alimentos que finalmente no fueron totalmente terminados, y pasaron al olvido a cambio de rondas, pláticas y video juegos.

Por tanto, lo que inició como una invitación cuyo objetivo era disfrutar de una comida en compañía de pares, terminó como una gran aventura de juego sin regaños ni condicionamientos.

Finalmente, la recreación de un día de mercado **en el escenario del supermercado** colocó sobre la tarima una decisión ambivalente, difícil de tomar por parte del niño y la niña. Esta vez el escenario se demarcaba entre el carrito del mercado y las gigantes estanterías cargadas de alimentos nutritivos y otros no tan nutritivos; pero llamativos ante sus ojos y gustos. No obstante, la decisión de llevar unos y dejar otros estaba cargada de connotaciones que remembraron en él y ella, sucesos familiares con los cuales argumentaron la elección de productos como frutas, verduras y carnes que permitirían preparaciones

especiales de la abuela y la madre, así como su presencia, el relato de historias y tiempo destinado a la hora de comer. Pues sus discursos dieron cuenta del valor significativo otorgado a la alimentación cuando se sienten acompañados.

ii. Narración interpretativa

Tesis de hallazgo

La ingestión alimentaria resulta asociada a múltiples experiencias gratificantes. De este modo, va adquiriendo ante los ojos de los niños y las niñas una serie de significados socio-afectivos que se van construyendo paulatinamente.

La alimentación configura una excelente metáfora de la diversidad cultural humana. Las prácticas, los hábitos y los estilos de consumo de los pueblos deben ponerse en relación con sus dicotomías internas, sus imágenes corporales, su concepción del mundo, sus ideas acerca del bienestar, la salud, la enfermedad y la muerte.

El ser humano evolucionó con base a su sistema alimentario el cual ha provocado cambios en su cuerpo y en sus relaciones sociales; su carácter multidimensional con gran influencia de la sociedad ha permeado las pautas culturales; todo ello desde un bodegón armónico en el que las coordenadas sociales, económicas e ideológicas de cada época proporcionan el telón de fondo, el escenario y en ocasiones, como en la novela, el argumento.

Históricamente la transmisión de la alimentación se ha internalizado en cada ser humano a través de una matriherencia ancestral que no sólo atañe a dar respuesta a una necesidad biológica mediante la cumplimiento de requerimientos nutricionales, sino que va más allá, hasta permear y develar de manera descriptiva la sabiduría y la cultura de los pueblos enmarcada en un bagaje simbólico e idiosincrático, y las relaciones de complicidad familiares, laborales, comunales y sociales.

Fischler (1998) indica que "la alimentación es una función biológica vital y al mismo tiempo una función social esencial. (...). Sus facetas innumerables se ordenan según dos dimensiones por lo menos. La primera se extiende de lo biológico a lo cultural, de la función nutritiva a la función simbólica. La segunda, de lo individual a lo colectivo, de lo psicológico a lo social. El hombre biológico y el hombre social, la fisiología y lo imaginario, están estrecha y misteriosamente mezclados en el acto alimenticio" El tránsito de la alimentación por la diada biocultural permite la comprensión de costumbres alimentarias como manifestaciones simbólicas y de comportamiento de un sistema de creencias y valores que sirven como elementos cognitivos de actitudes; en este sentido, la alimentación adquiere un valor significativo sociocultural.

Desde este panorama, cada alimento es investido de significado y este significado es parte de la herencia cultural transmitida a niños y niñas desde los primeros años de vida donde aprenden a asociar la alimentación con contextos y consecuencias, por tanto, las prácticas alimentarias no sólo son comportamientos o hábitos, sino también, y sobre todo, prácticas sociales con una clara dimensión imaginaria, simbólica y significativa.

La vertiente social de la alimentación en niños y niñas se ha consolidado en un horizonte algo paradójico, mirar al niño y a la niña como actores sociales es reconocer que son seres humanos con memoria y lenguaje. Y por ende, cuentan con la capacidad de brindar sentido y significado a las circunstancias sociales.

La alimentación es un acto vital para cada niño o niña. Detrás de cada porción de comida se encuentran diferentes aspectos sociales, económicos, culturales y religiosos que, condicionan el paso de un alimento del gran mundo exterior al interior de cada pequeño organismo.

¡Comer por comer!! No; Si la naturaleza le dio la posibilidad al ser humano de ser omnívoro, la cultura contribuye a que esta realidad se convierta en una paradoja. Llevar un alimento a la boca, es el resultado de una previa elección donde los sentidos, las relaciones y la línea cultural de cada niño o niña juegan el papel de selectores.

La idea de comida se asocia a la de naturaleza, pero dicho nexo es ambiguo. En la experiencia humana, de hecho los valores portantes del sistema alimenticio, no se definen en términos de naturalidad, sino como resultado y representación de los procesos culturales que proveen la domesticación, la transformación y la reinterpretación de la naturaleza.

La alimentación es cultura cuando se produce, porque el ser humano no utiliza solo lo que se encuentra en la naturaleza, sino que ambiciona crear su propia comida; superponiendo la actividad de producción a la de obtención. La alimentación es cultura cuando se prepara, porque una vez adquiridos los productos básicos, el ser humano los transforma mediante el uso del fuego y una elaborada tecnología que se expresa en prácticas de cocina. La alimentación es cultura cuando se consume, porque el ser humano aun con la posibilidad de comer de todo; elige su propia comida con criterios; ya sean de dimensión económica y nutritiva o por valores simbólicos de la misma.

De este modo la alimentación se configura como un elemento decisivo de la identidad humana y como uno de los instrumentos más eficaces para comunicarla.

Antes de ingerir un alimento, el niño o la niña pone en funcionamiento todos sus sentidos, estos se convierten en informantes de cada aspecto sensible que pueden modificar o no la decisión de llevarlo a la boca. En esta decisión influyen creencias, tradiciones, ideas, imaginarios, símbolos, significados, representaciones sociales y relaciones afectivas.

Desde las primeras horas de existencia, el niño o la niña se halla en contacto con los sabores y texturas que caracterizan la alimentación de su grupo, y aunque su sensibilidad gustativa es un elemento original e individual, esta misma recibe desde su nacimiento el sello de la cultura, y de una relación que se entreteje en la dinámica misma de la alimentación. Es así, como el niño o la niña al interior de la familia da inicio a la adopción de preferencias alimentarias basadas en relaciones socio-afectivas, que dan cuenta de su génesis.

En este sentido, las relaciones familiares y sociales establecidas y suscitadas alrededor de la alimentación por el niño o la niña con el adulto, constituyen un factor simbólico hegemónico o sensible ante la decisión de consumir unos u otros alimentos, en unos u otros espacios y en compañía de unas u otras personas; lo que podría interpretarse como un eclecticismo radical que depende de la simpatía contextual generada y de los vínculos afectivos creados.

La diada alimentación y emociones a partir de vínculos afectivos, se configuran en un pretexto funcional estrechamente atados para el niño o la niña. La comida y afecto se configuran en una relación ineludible. Construyéndose así el escenario donde la vida familiar, los afectos, las relaciones entre los miembros y el grado de autoestima, cobran un importante significado en el proceso de la alimentación. Cuando la alimentación para un niño o una niña queda despojada del componente relacional/afectivo, la triada alimento-afecto-emociones se fractura y queda colapsada en una bidireccionalidad alimento-cuerpo, un círculo cerrado en el que ambos términos pasan a depender de la cultura. Tanto el alimento como el cuerpo quedan atrapados y adheridos a la norma cultural y a los medios de comunicación.

El panorama enmarcado donde se observa una comida tomada a solas o sin el referente relacional por un niño o niña pierde literalmente todo su sabor, aun cuando se trate del manjar más exquisito. Para que el niño o niña pueda apreciarla, es necesaria la compañía de su referente afectivo.

“me gusta más comer con mi abuela y mi mama porque no estoy sola y me dejan comer en la cama, donde me cuidan no me dejan y a veces me dejan sola porque la señora está haciendo oficio y mi amiga grande haciendo tareas”. (Niña 8 años)

De ahí que alimentación esté influenciada por factores sociales/relacionales, que rodean al niño, niña y su familia. Cada grupo humano o sociedad tiene un patrón alimentario que le es propio, resultado de una compleja trama de vínculos, afectos y emociones necesarios para llevar a cabo el proceso de alimentación. En tanto, a través de la interacción, la alimentación adquiere un **significado de afecto** para el niño y la niña.

La comida adquiere usos y significaciones diversas según el contexto histórico y social; no obstante, el proceso de socialización e interacción que ocurre en torno de la alimentación es el eje principal del acto alimentario. El estar juntos, el encuentro regularizado y pautado respecto al proceso de alimentación, permite superar el nivel instintivo y fisiológico de satisfacer el hambre, para convertirse en un proceso socializador que supera la significación personal. De esta forma, el acto alimentario se conforma de un invitado, de comida y de situaciones sociales determinadas y específicas en las que se interrelacionan contexto y estructura, significaciones intrínsecas y normas objetivas.

Así mismo, las emociones generadas en las interacciones, en su intención de dar cuenta de la construcción del niño o la niña en términos cognoscentes y simbólicos, según su vinculación a un contexto familiar, social y cultural específico, permite dar cuenta de las significaciones que construyen entre sí, de manera cotidiana los niños y las niñas. De este modo cada discurso, el uso del lenguaje, las expresiones; la re-significación y la transformación de los marcos de referencia; al entrar en interacción con otros y otras; el mundo y sus procesos se convierten en significativos para él y ella y desde allí, construyen identidades según intereses, metas, ideales, valores o pasiones compartidas. Es, entonces, a

través de las relaciones que el niño y la niña establece en el entorno familiar y social, un mundo de valoraciones compartidas a partir de las relaciones o vinculaciones afectivas.

Alimento y afecto se entremezclan desde el principio de la existencia. Según Menéndez (2006), aquellas personas que han tenido una historia familiar saludable emocionalmente tienen menos dificultades con la comida y vivirán las reuniones familiares con la ilusión de recordar su infancia y los buenos momentos vividos como base para una futura alimentación saludable. Sin embargo, aquellas personas que tengan asociada su infancia a carencias emocionales familiares importantes, tendrán más dificultades con la comida y con la capacidad para disfrutar de una reunión familiar que se celebre con comida.

Las situaciones conflictivas y disfuncionales familiares pueden conducir al estrés y a comer de manera desordenada, ambos, mecanismos disfuncionales a la hora de afrontar una situación.

La revisión de la bibliografía reciente sugiere que el contexto familiar es un factor ambiental importante que puede afectar la actitud hacia los alimentos y la comida. Los resultados de un estudio llevado a cabo por Hasenboehler, Munsch, Meyer, Kappler y Vögele (2008), muestran que los valores de unidad y cohesión familiar sólidos se asocian con un mejor comportamiento alimentario de los hijos e hijas, mientras que las familias con unos valores jerárquicos menores, se asocian con un mayor IMC (Índice de Masa Corporal) de los niños y las niñas. Las normas y las pautas alimentarias establecidas por los padres ejercen un efecto positivo en el peso y el comportamiento alimentario de los hijos.

El efecto resultante, sin embargo, depende del número y de la rigidez de las normas parentales. Tanto las familias con un patrón de normas muy rígido como las familias desestructuradas tienen un impacto negativo en la regulación de la comida tanto por parte de los niños y las niñas como de las madres. Se evidencia entonces la relación positiva entre cohesión familiar (cercanía emocional) y comportamiento alimentario externo de los niños y las niñas.

CAPITULO IV

Consideraciones finales

Los resultados de la presente investigación, concluyen que los significados de la alimentación en los niños y las niñas están relacionados con la adquisición de unos hábitos, estilos, y practicas; consideraciones diversas según el entorno ancestral y social donde se desarrollan. Por lo cual, mediante estas aproximaciones que el niño y la niña construye en el medio familiar y social, la alimentación a lo largo de la vida se convierte en un asunto social y cultural.

Es así, como las prácticas alimentarias se transforman por condiciones sociales, y educativas que influyen a los niños, niñas y su familia. En cada población se tiene una guía alimentaria ajustada a unas realidades, resultado de unas costumbres y tradiciones que van de generación en generación las cuales se encargan de contribuir a la formación o mejoramiento de unos hábitos alimentarios saludables.

Los significados de la alimentación en los niños y niñas dieron cuenta de:

El proceso de alimentación en niñas y niños configura significados socio-afectivos: puesto que, más que el hecho de alimentarse, el proceso de alimentación significa para los niños y las niñas un escenario de creación de vínculos socio-afectivos por el ambiente que se genera en el proceso de la alimentación.

Sin embargo, y como resultado de hallazgos emergentes, la alimentación en los niños y las niñas se configura en premio o castigo, en aprobación o desaprobación social: se pudo identificar con los testimonios de los niños y niñas, que aunque no les guste un alimento, lo consumen por la presión del castigo o no, generándose un poder por parte de quienes ofrecen los alimentos hacia los niños y niñas, sin embargo para ellos es visto como un premio o un castigo.

De otro lado las familias en la adopción de una cultura alimenticia que se transmite de generación en generación, asume hábitos y rutinas inadecuados y que de forma directa o indirecta inciden en el desarrollo de los niños y las niñas. Un ejemplo de ello es que para muchas familias el tener hijos

"gordos" es sinónimo de salud, caso que es opuesto a los indicadores nutricionales, pues en la mayoría de los casos, las familias desconocen las condiciones de salud que inciden, mostrando ello la necesidad de adelantar acciones tendientes al fortalecimiento de prácticas de crianza que muestren la importancia de una adecuada practica alimentaria, además de mostrarles que de una buena alimentación recibida en los primeros años de vida dependerán las condiciones de crecimiento y desarrollo intelectual, físico y social

Sin duda hay mucho camino por recorrer en materia de: “el significado de la alimentación en los niños y las niñas”, de ahí que es posible seguir trabajando sobre aspectos emergentes que fueron observados durante el trabajo de campo con los cuales se posibilitaría continuar un proceso investigativo relacionado con el tema de estudio, es así como la relación de poder que ejercen las mamás al momento de ofrecer los alimentos a los niños y las niñas, es ella quien escoge los alimentos buenos o malos que garanticen el aporte nutricional óptimo de sus hijos e hijas, la relación entre el significado de los hábitos alimenticios y la clasificación nutricional de los niños y las niñas el cual podría contribuir en la adquisición de hábitos de vida saludable y por tanto de un crecimiento y desarrollo físico, neurológico y emocional adecuado, las condiciones económicas frente a estas clasificaciones nutricionales y su relación con las preferencias y aversiones las cuales se ven reflejadas en la Educación Alimentaria, como proceso de enseñanza-aprendizaje, comienza en las edades más tempranas y es donde la familia y la escuela serán los responsables de educar a sus hijos e hijas, alumnas y alumnos respectivamente en la adquisición de hábitos alimentarios saludables.

Otro aspecto posible a resolver, es sobre la importancia que dan las madres de los niños y niñas en las prácticas alimentarias y su relación con el cuidado y la sensación de seguridad y protección. El significado del consumo de dulces y azúcares y su relación en un entorno de pares.

ANEXOS

Anexo 1 Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPACION EN PROYECTOS DE INVESTIGACION
<p>Lugar/Fecha: _____ Por medio de la presente acepto la participación de sujetos de estudio: _____ en el proyecto de investigación desarrollado por INSTITUCION titulado "XXXXXXXXXX"</p>
<p>El objetivo del estudio es: XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX a través de DESCRIBIR LAS FORMAS DE RECOLECCION DE LA INFORMACION Me queda claro que por la participación del estudiante en este estudio no se otorga atención terapéutica y ningún beneficio económico.</p>
<p>Después de haber leído comprensivamente toda la información contenida en este documento y de haber recibido de: _____ explicaciones verbales y respuestas satisfactorias a mis inquietudes, habiendo dispuesto de tiempo suficiente para reflexionar sobre las implicaciones de mi decisión, libre, consciente y voluntariamente manifiesto que he resuelto autorizar la participación de XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX. Además, expresamente autorizo al Equipo de Investigación para usar la información en otras futuras investigaciones.</p>
<p>Declaro que se me ha informado ampliamente sobre los posibles riesgos, inconvenientes, molestias y beneficios derivados de mi participación y la del estudiante en este estudio, así como del carácter experimental de los resultados que se obtendrán, los cuales son de orden investigativo.</p>
<p>Los investigadores responsables se han comprometido a darme información oportuna sobre cualquier condición no prevista; si esta información se considera importante para el cuidado y/o bienestar de los estudiantes, así como a responder cualquier pregunta y aclarar cualquier duda que le plantee acerca de los procedimientos que se llevarán a cabo, los riesgos, beneficios o cualquier otro asunto relacionado con la investigación. Entiendo que conservo el derecho de retirar a los estudiantes del estudio en cualquier momento en que lo considere conveniente, sin que por ello deba dar explicaciones. Los investigadores responsables me han dado seguridades de que no se me identificará en las presentaciones o publicaciones que deriven de este estudio y que los datos relacionados con mi privacidad serán manejados en forma confidencial.</p> <p>Institución: _____</p> <p>Director: _____ Firma: _____</p> <p>Cédula Nro: _____</p> <p>Nombre investigador: _____</p> <p>Firma del investigador: _____</p> <p>Teléfono del investigador a quien acudir en caso de dudas o inquietudes: _____</p>
<p>NOTA: Lo anterior para efecto de lo establecido en la Ley 23 de 1981, su decreto reglamentario 3380 de 1981; en la resolución 8430 de 1993 Del Ministerio De Salud y en las demás normas que lo modifiquen.</p>

Anexo 2

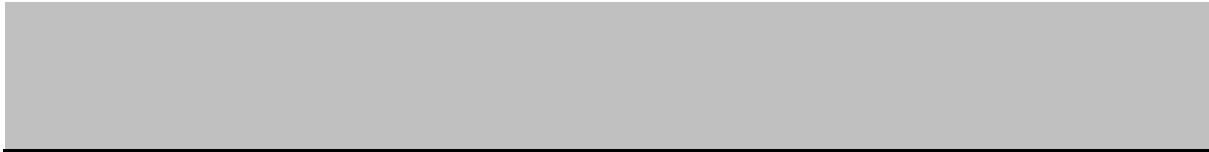
Guía de observación

Sujetos	Hábitos	Preferencias Alimentaria	Practicas Alimentarias	Aprendizaje de Hábitos	Espacios
Niño					
Niña					

Anexo 3

Triangulación por agregados

Categorías	Investigaciones	Informes	Estadísticas	Artículos	Normatividad



Triangulación Interactiva

Categorías	Similitudes	Diferencias

Triangulación Colectiva

Categorías	Tendencias

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- (COLOMBIA): Programa Editorial Universidad del Valle. “Dinámica familiar y su relación con hábitos alimentarios”. Estudios sobre “Impacto del acompañamiento familiar sobre la ingestión de alimentos y el
- © Universidad de Caldas 151 199 – 21 Barcelona: Ciencias Humanas y Sociales, Universidad de
- AGUIRRE, P. (2004). Ricos Flacos y Gordos Pobres, la alimentación en crisis. Buenos Aires: Capital Intelectual.
- ÁLVAREZ, U. M. & GONZÁLEZ, Z. L. (2002). “Prácticas alimentarias en las familias del área rural de Medellín - Colombia”. ALAN [Colombia], 52(1), pp. 55-62.
- ARANA, M. (1982). “Las fórmulas lácteas para la alimentación infantil: complementariedad entre las compañías monopólicas y las instituciones estatales”. Revista Salud Latinoamericana, pp. 1-6.
- ARCILA MENDOZAPAOLA ANDREA, MENDOZA RAMOSYENCY LILIANA, JARAMILLO JORGE MARIO, CAÑÓN ORTIZÓSCAR ENRIQUE. Comprensión del significado desde Vygotsky, Bruner y Gergen. Revista Diversitas - Perspectivas En Psicología / ISSN: 1794-9998 / Vol. 6 / No 1 / . Año: 2010. Páginas: 37 – 49.
- AUSUBEL D. Significado y aprendizaje significativo. Psicología Educativa. Un punto de vista cognoscitivo. Trillas, México. Año: 1961. Páginas: 1 a 23.
- BANKOSKI,ANDREA J. KATHRYN H. JACOBSEN, LISA R. PAWLOSKI, JEAN BURLEY MOORE, KATHLEEN F. GAFFNEY, SONIA JAIMOVICH, CECILIA CAMPOS. Relación entre prácticas alimentarias reportadas por niños chilenos y preferencias de los padres para su consumo. RevChilNutr Vol. 37, N°3, Septiembre 2010. Sociedad Chilena de Nutrición, Bromatología y Toxicología Chile. Páginas 352-358.
- BARRANTES, S. M. & VILLALOBOS, J. (2000). Descripción de los cambios encontrados en los conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias de un grupo de personas portadoras de VIH a partir del diagnóstico, pertenecientes al grupo especial del Hospital Central de la Policía

- BARRIAL MARTÍNEZ ANGÉLICA MARÍA (CV) - BARRIAL MARTÍNEZ ANA MARÍA. La educación alimentaria y nutricional desde una dimensión sociocultural como contribución a la seguridad alimentaria y nutricional. Año: 2011. <http://www.eumed.net/rev/cccss/16/bmbm.html>.
- BEJARANO, M.; FUCHS, V.; FERNÁNDEZ, N. & Amancio, O. et al. (2009).
- BERTRAN MIRIAM Y ARROYOPEDRO. Antropología y nutrición. Fundación mexicana para la salud.Fondo Nestlé para la Nutrición. Universidad Autónoma Metropolitana. Unidad Xochimilco. Primera edición, 2006. Páginas: 1 – 288.
- BERTRAN VILÀMIRIAM. Acercamiento antropológico de la alimentación y salud en México. Physis Revista de SaúdeColetiva, Rio de Janeiro, 20 [2]. Año: 2010. Páginas: 387-411.
- BLACK, MAUREEN M.; CREED-KANASHIRO, HILARY M. ¿Cómo alimentar a los niños? la práctica de conductas alimentarias saludables desde la infancia. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública, vol. 29, núm. 3, julio-septiembre. Año: 2012. Páginas: 373 a 378.
- BLACK, MAUREEN M.; CREED-KANASHIRO, HILARY M.. (2012).CÓMO ALIMENTAR A LOS NIÑOS? LA PRÁCTICA DE CONDUCTAS ALIMENTARIAS SALUDABLES DESDE LA INFANCIA. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, Julio-Septiembre, 373-378.
- BOLAÑOS RÍOS PATRICIA. Evolución de los hábitos alimentarios. De la salud a la Enfermedad por medio de la alimentación. Trastornos de la Conducta Alimentaria. Año: 9 (2009). Páginas: 956-972.
- BONILLA-CASTRO, E. & PENÉLOPE RODRÍGUEZ, S (2005). MÁS ALLÁ DEL DILEMA DE LOS MÉTODOS: LA INVESTIGACIÓN EN CIENCIAS SOCIALES. Bogotá: Editorial Norma.
- BOOKER, H.S. (1949). Income tax and family allowances in Britain. Report of Bordieu, P. (1998). La Distinción. Madrid: Taurus.

- BRAVO, A.; CASS, Y. & TRANTER, D. (2008). "Good food in family day care: Improving nutrition and food safety in family day care". *Nutrition Dietetics*, 65, pp. 47-55, [Dietitians Association of Australia].
- BUSDIECKER BSARA; CASTILLO DCARLOS; SALAS AISABEL. Cambios en los hábitos de alimentación durante la infancia: una visión antropológica. *Rev. chil. pediatr.* v.71 n.1 Santiago ene. 2000. Páginas: 1 a 10.
- CADAVID CASTROMARTHA ALICIA. Inteligencia, alimentación y nutrición en la niñez: revisión. <http://www.scielo.org.co/scielo.php>. Año: 2009. Páginas: 187 a 201
- CARRASCO, H. N. (2007). "Desarrollos de la antropología de la alimentación Charles, N. & Kerr, M. (1995). "Es así porque es así: diferencias de género Ciencias Sociales y Humanas, Universidad de Antioquia]. Colombia: situaciones, contextos y vacíos. Bogotá: Fundaexpresión y comer juntos". *Nutrición Infantil Pediátrica*, 64(11), pp. 554-558. contemporáneos". *Revista Estudios Sociales*, 15(30), pp. 80-101.
- COLLCÉSAR - J. ONRUBIA. El Análisis Del Discurso Y La Construcción De Significados Compartidos En El Aula. *Signos. Teoría y práctica de la educación.* Enero Marzo página 4/19 ISSN : 1131-8600. Año: 1995. Páginas: 4 a 19.
- CONTRERAS, J. (1992) Alimentación y cultura: reflexiones desde la Antropología; revista Chilena de antropología N°. 11, 95-100
- CONTRERAS, J. (1995). Alimentación y Cultura. Barcelona: Ciencias controversias. Río de Janeiro (Brasil): Universidad Federal Rural do Rio de Convocatoria de becas de investigación 1999.
- DÍAZ, M. C. & GÓMEZ, B. C. (2001). "Del consumo alimentario a la Sociología de la alimentación" *Revista Distribución y Consumo*, noviembre/diciembre, pp. 5-21.
- DOMÍNGUEZ-VÁSQUEZ P., OLIVARES S., SANTOS JL. Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil. Departamento de Nutrición, Diabetes y Metabolismo. Facultad de

Medicina. Pontificia Universidad Católica de Chile. Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA). Universidad de Chile. Chile. Vol. 58 N° 3. Año: 2008. Páginas: 249 a 255.

DRÈZE, J. & SEN, A. (1989). "Hunger in the Modern World". Hunger and public action. Clarendon Press, Oxford.

FRANCO PATIÑO SANDRA MILENA. APORTES DE LA SOCIOLOGÍA AL ESTUDIO DE LA ALIMENTACIÓN FAMILIAR. Revista Luna Azul ISSN 1909-2474. No. 31, julio-diciembre 2010. Año: 2010. Páginas: 139 – 155. <http://www.scielo.org.co/pdf/luaz/n31/n31a10.pdf>.

GARCÍA EUGENI, BACHLORENZO. Preferencias y aversiones alimentarias. Anuario de Psicología. Facultad de Psicología Universitat de Barcelona. Año: 1999. Páginas: 55-77.

GARCÍA, C. M.; PARDÍO, L. J.; ARROYO, A. & FERNÁNDEZ, G. V. (2008). "Dinámica familiar y su relación con hábitos alimentarios". Estudios sobre las culturas contemporáneas, XIV(27), pp. 9-46. [Universidad de Colima, México].

GARINEIGOR DE. El hombre y lo que come. Alimentación y Cultura. I. Revista el Correo una Ventana abierta al mundo. ISSN 0304-310 X N°5-1987. Páginas: 1 – 36.

GARZÓN MEDINA, CAROLINA; BARRETO, IDALY. Prácticas alimentarias y significados de alimentos light de familias de un sector urbano de Bogotá. Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal - Sistema de Información Científica. Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Bogotá, Colombia. Agosto, 2013. Páginas: 89-99. Suma Psicológica, vol. 20, núm. 1.

GARZÓN MEDINA, CAROLINA; BARRETO, IDALY. Prácticas alimentarias y significados de alimentos light de familias de un sector urbano de Bogotá. Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal Sistema de Información Científica. Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Bogotá, Colombia. Octubre - Diciembre 2013. Páginas 89-99.

- GONZÁLEZ JIMÉNEZ E, M.A J. AGUILAR CORDERO, C. J. GARCÍA GARCÍA, P. GARCÍA LÓPEZ, J. ÁLVAREZ FERRE, C. A. PADILLA LÓPEZ Y E. OCETE HITTA. Influencia del entorno familiar en el desarrollo del sobrepeso y la obesidad en una población de escolares de Granada (España). *Nutrición Hospitalaria*, vol.27 no.1 Madrid. Año ene.-feb. 2012. Páginas: 177 a 184.
- GRACIA, A. M. & COMELLAS, J. (2007). *No comerás, narrativas sobre comida, cuerpo y géneros*. España: Editorial Icaria.
- GREENFIELD PATRICIA M Y SUZUKILALITA K. *Cultura y Desarrollo Humano: Implicaciones Parentales, Educativas, Pediátricas y de Salud Mental*. Universidad del Valle- Instituto de Psicología Grupo Prácticas Culturales y Desarrollo Humano. Año 1996. Páginas: 1 – 87
- HARRIS, M. (1989). *Bueno para comer, enigmas de alimentación y cultura*. Madrid: Alianza.
- LÓPEZ, O. & HERRERA, L. (2007). “Alimentación entre los campesinos pescadores de Ayapel (Córdoba)”. *Revista Kogoró*, 1, pp. 7-6. [Facultad de Ciencias Sociales y Humanas, Universidad de Antioquia].
- MACHADO, A. (2003). *Ensayos sobre seguridad alimentaria*. Bogotá: Red de Desarrollo Rural y Seguridad Alimentaria RESA, Universidad Nacional de Colombia.
- MACIAS M; ADRIANA IVETTE; GORDILLO S., LUCERO GUADALUPE; CAMACHO R., ESTEBAN JAIME. Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *Revista Chilena de Nutrición*, vol. 39, núm. 3, septiembre. Año: 2012. Páginas: 40-43. Sociedad Chilena de Nutrición, Bromatología y Toxicología.
- MANTILLA, Q. A. & MORALES, G. J. (2008). *El derecho a la alimentación en Colombia: situaciones, contextos y vacíos*. Bogotá: Fundaexpresión y Observatorio de Seguridad Alimentaria y Nutricional, Universidad Nacional de Colombia.
- MARTÍNEZ, A. (1985). *Mesa y cocina en el S XIX*. 2 ed. Bogotá: Planeta. Mead, M. (1951). *El alimento y la familia*. Buenos Aires: Editorial Sudamericana Alsina.

- MEERSOHCYNTHIA (aenelyn23@yahoo.com) Antropóloga. Magíster en Antropología y Desarrollo. Universidad de Chile. Introducción a Teun Van Dijk: Análisis de Discurso. www.moebio.uchile.cl/24/meersohn.htm. Año: 2005. Páginas: 288-302.
- MENASCHE, R.; MARQUES, F. C. & ZANETTI, C. (2008). “Autoconsumo e segurança alimentar: a agricultura familiar a partir dos saberes e práticas da alimentação”. Revista Nutrir, 21, pp. 145-158.
- MONTAGUT, X. & DOGLIOTTI, F. (2006). Alimentos globalizados, Soberanía alimentaria y comercio justo. Barcelona: Icaria, Antrazyt.
- MORA DE JARAMILLO, Y. (1985). Alimentación y cultura en el Amazonas. Bogotá: Fondo Cultural Cafetero.
- MORENO, V. & GALIANO, S. (2006). “La comida en familia: algo más que comer juntos”. Nutrición Infantil Pediátrica, 64(11), pp. 554-558.
- ORTEGA HERNÁNDEZMAURICIO. Construcción de significados y aprendizaje situado en un contexto de intersubjetividad en un programa de formación de licenciados en intervención educativa. Unidad Académica Extensiva Gómez Palacio, Universidad Pedagógica de Durango. XI Congreso. Nacional de Investigación Educativa /1. Aprendizaje y Desarrollo Humano / Ponencia. Año: 2005. Páginas: 2-9.
- OSORIO E JESSICA, WEISSTAUB N GERARDO, CASTILLO DCARLOS. Desarrollo de la conducta alimentaria en la infancia y sus alteraciones. Rev. chil. nutr. v.29 n.3 Santiago. Año: dic. 2002. Páginas: 1 a 14.
- OSORIO G., C. E. (2002). El arte de comer, simbolismo y cultura de la alimentación en Tierradentro. Popayán: Ministerio de Cultura,
- OSORIO-MURILLOOLGA, MARÍA CONSUELO DEL PILAR AMAYA-REY. La alimentación de los adolescentes: el lugar y la compañía determinan las prácticas alimentarias. Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal Sistema de Información Científica. Aquichan, vol. 11, núm. 2, agosto. Año: 2011. Páginas 199-216.

- PATIÑO, V. (1984). La alimentación en Colombia y los países vecinos. Cali (Colombia): Programa Editorial Universidad del Valle.
- PÉREZ MOLINAKAREN PAOLA Tesista. Director de Tesis: ETHEL ESCUDERO BURROWS. Imaginario social construido por niños y niñas mapuches: reflejo de una cosmovisión. CEME - Centro de Estudios Miguel Enríquez - Archivo Chile. Universidad de Chile. Facultad de Ciencias Sociales Programa de Magíster en Educación. Departamento de Postgrado. Año: 2005. Páginas: 1- 226.
- RAMOS, B. Y. (2001). Cambios en las prácticas alimentarias a nivel generacional (padres –hijos) de un grupo de personas en la zona rural y urbana del municipio de Lejanías (Meta). Tesis de grado. Facultad de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Colombia, Bogotá.
- RESTREPO MSANDRA LUCÍA, MAYA GALLEGOMARYORI. La familia y su papel en la formación de los hábitos alimentarios en el escolar. Un acercamiento a la cotidianidad. Boletín de Antropología, Vol. 19 No. 36. 2005. Universidad de Antioquia. Centro de Investigaciones de la Escuela de Nutrición y Dietética —CIAN— de la Universidad de Antioquia. Año: 2003 y 2004. Páginas: 127 a 148.
- RESTREPO, M. C. (2008). La alimentación en la vida cotidiana del Colegio Mayor de Nuestra Señora del Rosario, 1776-1990. Centro de Investigaciones, Estudios y Consultoría CIEC. Bogotá: Editorial Universidad del Rosario.
- RIVAROSA ALCIRA SUSANA Y ANA LÍA DE LONGHI. La noción de alimentación y su representación en alumnos escolarizados. REEC: Revista electrónica de enseñanza de las ciencias. ISSN-e 1579-1513, Vol. 5, N°. 3. Año: 2006. Páginas: 534-552.
- SANDOVAL GODOY SERGIO A.- MELÉNDEZ TORRESJUANA MARÍA. Cultura Y Seguridad Alimentaria Enfoques conceptuales, contexto global y experiencias locales. Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo, A. C. Plaza y Valdés, S. A. de C. V. Año: 9/5/2008. Páginas: 1 a 304.

- SANZ, P. J. (2008). “Aportaciones de la sociología al estudio de la nutrición humana: una perspectiva científica emergente en España”. *Revista Nutrición Hospitalaria*, 23(6), pp. 531-535.
- SEDÓ MASÍSPATRICIA, UREÑA VARGASMARISOL. Papel social de las abuelas en el seno familiar: percepciones de un grupo de mujeres mayores residentes en comunidades urbanas de Costa Rica. San José de Costa Rica. *Revista: Gerontología*. Año: Marzo 2007. Páginas: 1 a 17.
- TAPIA VILDÓSOLALORENA PAOLA. "Alimentación sana y su relación con la obesidad: Percepción de escolares por estratos económicos". Trabajo de Investigación en la modalidad de Tesis de la EE. Universidad Veracruzana - Facultad De Nutrición. Xalapa, Enríquez. Año: Julio 2008. Páginas: 1-86.
- THOT KINJI GUERRERO RIVERA. El estudio antropológico de cultura y alimentación (Primera parte). *Revista Virtual Gastronómica*. http://www.uaemex.mx/Culinaria/tercer_numero/articulo03.htm. Año: 2003.
- TORRE MEDINA-MORA, MA. DEL PILAR. Datos Recientes Sobre Alimentación Infantil En México: Omisión De Aspectos Socioculturales. Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición “Salvador Zubirán”. Universidad Autónoma Metropolitana – Xochimilco. Año: 2000. Páginas: 1 a 10.
- VOGLERPIA; CRIVELLOGINA Y WOODHEADMARTIN. La investigación sobre las transiciones en la primera infancia: Análisis de nociones, teorías y prácticas. Cuadernos sobre Desarrollo Infantil Temprano. Fundación Bernard van Leer, Países Bajos. Año: 2008. Páginas: 1 a 64 .
- ZAFRA APARICIEVA. Miedo a comer. Relaciones entre alimentación, emociones y cuerpo. Ponencia presentada en el II Congreso Español de sociología de la alimentación. Universitat Rovira i Virgili i Observatorio de la Alimentación (UB). Año: 14-15 de julio 2011. Páginas: 1 a 14.