



ENTREVISTA A CECILIA DÍAZ-MÉNDEZ

Los hábitos alimentarios en España

Monica Di Donato
FUHEM Ecosocial

Cecilia Díaz-Méndez es catedrática acreditada de Sociología y desarrolla su labor docente como profesora titular en el Departamento de Sociología de la Universidad de Oviedo. Imparte clases de Sociología del Consumo desde 1993. Sus investigaciones se enmarcan en la Sociología de la Alimentación y la Sociología Rural. Desde el año 2000 dirige el grupo de investigación en Sociología de la Alimentación en la misma Universidad de Oviedo. Es autora de numerosas publicaciones en revistas nacionales e internacionales todas ellas orientadas a profundizar en los cambios de las prácticas y hábitos alimentarios en las sociedades actuales, y en particular en la española. Este precisamente es el objetivo de la entrevista que realizamos para ECOS 43: indagar los cambios que han ocurrido en los hábitos y la estructura de consumo alimentario de los hogares españoles.

Monica Di Donato (MDD): Hablemos de los hábitos y la estructura de consumo alimentario de los hogares españoles. ¿Cuáles son los cambios y las tendencias más relevantes que destacaría a lo largo de los últimos 20 años aproximadamente? En los años de la crisis económica (2006-2010 aprox.), ¿se puede destacar algún elemento importante en términos de desigualdades, problemas y cambios en el acceso?

Cecilia Díaz-Méndez (CDM): El cambio que creo que resulta más sorprendente, en términos de desigualdad, es la obesidad; no solamente porque ha aumentado, sino porque este aumento se está produciendo en los hogares más desfavorecidos, está mostrándose como un signo de desigualdad social. Durante la crisis se ha visto que no ha cambiado el modelo alimentario, pero sí ha cambiado el lugar de compra, y esto apunta al hecho de que los españoles deciden cambiar de establecimiento comercial para abaratar los costes de la alimentación o aumentar la frecuencia de compra, pero no renunciar al modelo de dieta. No obstante, los hogares con menos recursos no quedan suficientemente reflejados en las encuestas en relación con el consumo alimentario, por lo que la falta de cambios en aspectos ligados al consumo puede estar ocultando a un grupo social al que solo se accede a través de investigación cualitativa.

MDD: ¿Considera usted que se ha producido un distanciamiento real de una alimentación sana, de la dieta mediterránea, en concreto? Si es así, ¿en qué sectores de la población se

produce este fenómeno mayoritariamente y cuáles son los principales factores explicativos? ¿Se trata de un fenómeno que afecta solamente al contexto urbano?

CDM: Creo que la adherencia al patrón de dieta mediterránea puede estar alterándose, son los nutricionistas los que deben confirmarlo, sin embargo creo que hay unos hábitos alimentarios en relación con las rutinas, las normas alimentarias y las relaciones que confirman que contamos con una cultura alimentaria sólida. Lo peculiar es que la obesidad sigue aumentando, luego habrá que buscar explicaciones a esta 'aparente' contradicción: una cultura alimentaría homogénea y extendida y un aumento creciente de la obesidad en grupos sociales bajos.

«Existe una aparente contradicción: una cultura alimentaria homogénea y extendida, pero al mismo tiempo un aumento creciente de la obesidad en grupos sociales bajos»

MDD: Parece que hoy día en todos los lugares se come parecido. La función homogeneizadora de la industria global ha arrasado las diferencias culturales y con ellas, las identidades alimentarias. Se estigmatiza a la comida local como vieja y atrasada, grasa, pesada y poco saludable, etc. Pero, en muchos casos, se produce el fenómeno contrario, y alimentos e ingredientes pertenecientes a las viejas tradiciones alimentarias y populares pasan a ser productos "especiales", casi *gourmet*, y en ese sentido se convierten en productos para determinadas élites. ¿Qué opina al respecto? ¿Cómo se perfilan estos escenarios en España?

CDM: A la vez que se ha homogeneizado la oferta, se han afianzado ciertas culturas alimentarias que generan identidad, y que por lo tanto se enfrentan. Aunque haya una tendencia homogeneizante, de fondo se mantiene una cultura alimentaria en algunos territorios. Hay que explorar cómo se producen estas dos tendencias contrapuestas pues reflejan bien lo que nos está pasando. Son fuerzas sociales que empujan en direcciones contrarias y, en los países con una cultura alimentaria sólida como los del sur de Europa, nos debatimos en una lucha de fuerzas. La cultura alimentaria protege contra la homogenización y ayuda a conservar criterios apropiados para comer convenientemente.

MDD: En los últimos tiempos se están dando dos fenómenos extremos: por un lado estamos asistiendo como a una "sacralización" de la comida sana por parte de un sector de la población (aumento del veganismo, vegetarianismo, aumento exponencial de productos ecológicos, etc.) y por el otro se observa un incremento de la restauración rápida y barata, un aumento de productos precocinados y elaborados, de fácil acceso pero de baja calidad, etc. (con fuertes impactos sobre la salud: enfermedades cardiovasculares, obesidad, etc.). En contextos urbanos estos fenómenos contrapuestos son muy evidentes. ¿Cuáles son los perfiles de población que suele estar vinculada a cada uno de estos tipos de alimentación?

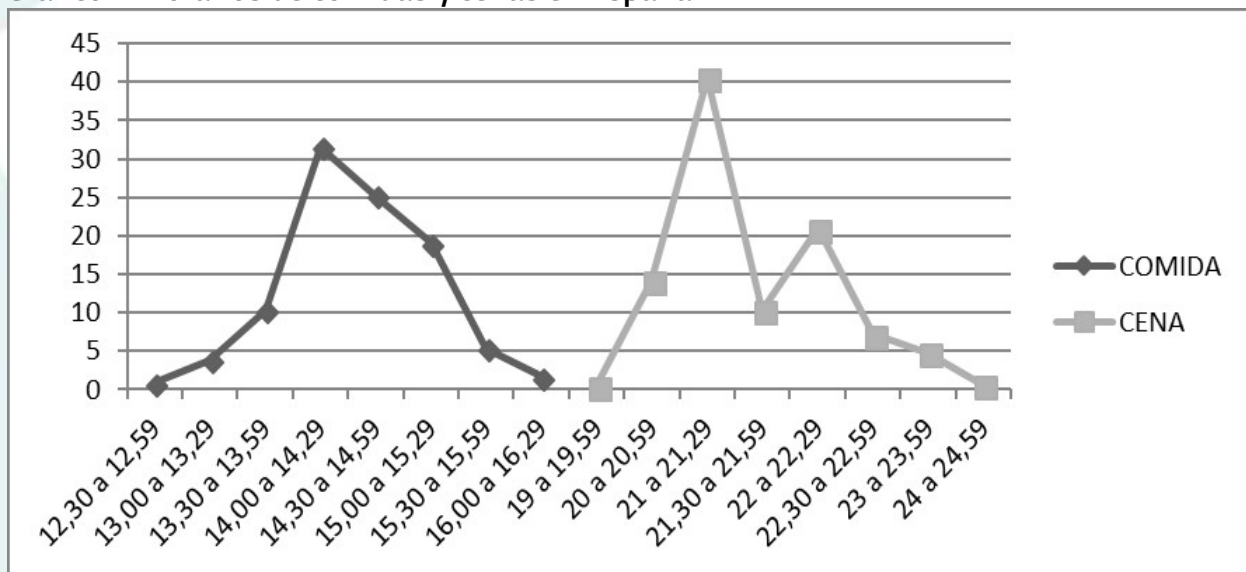
CDM: No podemos hablar aún de perfiles, pero es evidente que estamos ante una heterogeneidad en las pautas alimentarias que conviven. Creo que si es posible detectar al consumidor más 'gourmet' o al 'ecológico', pues efectivamente hay perfiles que los identifican, sin embargo me inclino a pensar que además de esto la heterogeneidad se produce también dentro de un mismo tipo de individuos, pues aparecen comportamientos

transgresores con la norma alimentaria en algún momento (del día, de la semana...) como una pauta más de los hábitos que se vuelven más heterogéneos internamente.

MDD: Examinando los "espacios institucionales" donde se satisfacen las necesidades de alimentarse (restaurantes, colegios, centros de trabajo, eventos sociales, mercados "gourmetizados"), así como las estructuras culinarias (normas y reglas en la preparación y disposición de los alimentos), ¿cuáles son los aspectos fundamentales que resaltaría en los últimos años?

CDM: Yo destacaría lo poco que han cambiado los horarios españoles de la comida, que como es sabido son muy diferentes a los europeos. Llama la atención que en los últimos 10 años hayamos mantenido el mismo horario 'caos' de nuestras comidas y cenas, según la EUT (2002 y 2019). Aquí os muestro el gráfico de nuestra comida, que hemos extraído de la encuesta que realizamos sobre Hábitos Alimentarios. Esto significa que 'actuamos' (en términos de alimentación) sobre una base muy sólida que está diciéndonos al menos dos cosas que han tenido poca variación: que la comida nos importa mucho, y que comemos juntos.

Gráfico 1. Horarios de comidas y cenas en España



Fuente: Encuesta ENHALI 2013 (Díaz Méndez et al, 2013)

MDD: Parece extraño decir que hay que recuperar la cocina (muchos autores hablan de crisis de la sociedad de comensales) cuando asistimos a una eclosión de la alta cocina, y los cocineros se han transformado en sofisticadas estrellas mediáticas que generan tendencias y modas, imponen productos, seduciendo con mezclas de tradición e innovación la mayoría de las veces ajenas a una determinada cultura gastronómica y cultural (programas de televisión como MasterChef o Pesadilla en la Cocina, los cocineros y restaurantes estrellas Michelin, etc.). El ensalzamiento gourmet es la otra cara de la desvalorización de la comida "casera". ¿Qué opina sobre estas tendencias? ¿Cuáles son los nuevos hábitos y estrategias que reconoce en la alimentación fuera del hogar de los últimos años? En ese sentido, ¿hay diferencia entre España y otros países europeos?

CDM: Creo que los programas de cocina y todo este boom sobre la comida están reforzando nuestra alimentación, aunque sea de una manera folclórica. Pone de relieve la importancia de la comida y de su preparación, rescata los valores perdidos (si es que lo

«el 77% de las personas que cocinan en España son mujeres»

estaban) y da importancia a dedicar tiempo a una actividad que es necesario que se mantenga para preservar una buena salud. Por desgracia creo que en estas modas nunca sale suficientemente reforzado el papel de la mujer que cocina (el 77% de las personas que cocinan en España son mujeres), y

volvemos a ver a esos hombres cargados de sabiduría ignorando el gran conocimiento de quien resuelve a diario la alimentación del hogar. Es 'fácil' ser cocinitas de fin de semana, lo duro es hacerlo a diario y hacerlo bien durante 'toda' tu vida. Y no estoy segura de que esto quede suficientemente reforzado en estos programas.

MDD: Concluyo con una pregunta sobre derecho/acceso a una alimentación adecuada y justicia alimentaria (entendido como seguridad con soberanía alimentaria). ¿Cuál es la situación en España y cuáles son las transformaciones y transiciones que cree que se producirán en el futuro?

CDM: Es una pregunta que requeriría mucho tiempo y debate para ser contestada adecuadamente. Yo diría que durante la crisis hemos podido conocer situaciones de privación alimentaria en una sociedad donde no faltan alimentos. Hemos estudiado a estos grupos sociales (tenemos un artículo reciente que podrán encontrar en la revista *Empiria*: «Discursos sobre la escasez: estrategias de gestión de la privación alimentaria en tiempos de crisis»¹). Creo que es muy importante poder detectar esto con mayor rapidez, pues han tenido que ser las ONG las que han dado la alarma. Creo que hay que enfrentarse a este tipo de privación de un modo diferente al de sociedades donde se pasa hambre y asumir su solución inmediata. Me inclino a pensar que es mejor tener protocolos de crisis apropiados en colaboración con las ONG, pero es una cuestión que requiere ser analizada con mayor profundidad.

¹ Véase C. Díaz-Méndez, I. García-Espejo, S. Otero-Estévez, «Discursos sobre la escasez: estrategias de gestión de la privación alimentaria en tiempos de crisis», *Empiria. Revista de metodología de ciencias sociales*, núm. 40, pp. 85-105, disponible en: <http://revistas.uned.es/index.php/empiria/article/view/22012>