

Pérdida de las raíces culinarias por la transformación en la cultura alimentaria*

Loss of culinary roots due to the transforming of food culture

Doris Arianna Leyva Trinidad¹ y Arturo Pérez Vázquez^{1§}

¹Colegio de Postgraduados-Campus Veracruz, km. 88.5. Carretera Xalapa-Veracruz, Predio Tepetates, Veracruz, Ver. C. P. 91700. Tel: 01 229 2010770. México. (leyva.doris@colpos.mx; parturo@colpos.mx). [§]Autor para correspondencia: parturo@colpos.mx.

Resumen

En este ensayo se expone los efectos de la globalización en la transformación de la cultura alimentaria, lo cual ha propiciado pérdida de las raíces culinarias prehispánicas propias de México. Esto, con la intención de discutir y dar a conocer si tal anomalía ha conducido a la pérdida de las costumbres gastronómicas y de qué manera este cambio repercute en la salud y la calidad de vida de las personas. Se destaca la necesidad de rescatar la identidad alimentaria y exponer la importancia de una conciencia y educación alimentaria como requisito indispensable para lograr un mejor nivel de salud.

Palabras claves: aculturización, comida chatarra, globalización, pobreza.

Introducción

A nivel mundial existe una gran preocupación por asegurar alimentos en cantidad suficiente y calidad aceptable para la población como un derecho humano para mejorar la calidad de vida, brindar los nutrientes necesarios para un buen desarrollo y desempeño físico e intelectual (FAO, 2013). En esta lucha, México se ha unido a través de la "Cruzada contra

Abstract

In this test the effects of globalization on the transformation of food culture is exposed, which has caused loss of prehispanic culinary roots. This, with the intention to discuss and disclose whether such an anomaly has led to the loss of the eating habits and how this change affects the health and quality of life of people. The need to rescue food identity and explain the importance of awareness and nutrition education as a prerequisite to achieve a better standard of health is highlighted.

Keywords: acculturation, globalization, junk food, poverty.

Introduction

Globally there is a great concern to ensure adequate food and acceptable quality for the population as a human right to improve the quality of life, providing the (FAO, 2013) nutrients needed for proper development and physical and intellectual performance. In this struggle, Mexico has joined through the "Crusa". The objective is to achieve a balanced diet to ensure adequate food and nutrition of individuals living in extreme poverty or with severe food shortages; that is, a Mexico without hunger. Despite many

* Recibido: julio de 2014
Aceptado: enero de 2015

el Hambre". Los objetivos es alcanzar una dieta balanceada que garantice una alimentación y nutrición adecuada de los individuos en condición de extrema pobreza o con carencia alimentaria severa; es decir, un México sin hambre. A pesar de los múltiples esfuerzos realizados a nivel mundial para disminuir la hambruna, ésta se ha incrementado a nivel mundial (FAO, 2013). En México diversas instituciones de gobierno Federal y organizaciones están comprometidas para conseguir una igualdad social en materia alimentaria.

Actualmente existe una pérdida de cultura alimentaria y una baja educación sobre una alimentación nutritiva y más natural, lo que ha resultado en la proliferación y consumo de comidas poco nutritivas "comida chatarra". No es gratuito entonces que México se ubique en el segundo lugar entre los países con problemas crónicos de obesidad, la cual se ha incrementado de manera exponencial en los últimos 20 años (González *et al.*, 2010). El desdeño de las raíces y cultura alimentaria ha hecho que se releguen cultivos nativos tradicionales y parcialmente la base alimentaria basada en el maíz y sus derivados, por harinas de trigo, refrescos y productos industrializados que usan otros ingredientes, adicionado sabores artificiales y azúcares como ingrediente esencial del producto.

La frase: ¡dime que comes y te diré quién eres! nos lleva relacionar la alimentación de cada pueblo, ya sea, por sus ingredientes, origen, nivel de transformación o por sus platillos, lo cual tiene profundas raíces en su historia destacando manifestaciones de género, raza y clase. Este arraigo de los alimentos y su significado, ya sea mediante la danza, los ritos, costumbres religiosas, ofrendas, festividades, se ha ido perdiendo o modificando gradualmente por la adopción de nuevos hábitos alimentarios o por la sustitución o la adición de otros. Todo ello, por las exigencias de los consumidores y el mercado que han transformado la necesidades básicas de alimentación en gusto o deseos y no en una necesidad de consumo de alimentos saludables, particularmente si se considera el estatus social.

En la actualidad se está disipando la identidad cultural alimentaria de los pueblos y aún de bebidas tradicionales ya que aún en comunidades remotas, el mercado global ha ido ganado terreno. Si se realizara un inventario en los pequeños comercios, la tercera parte de los productos alimenticios están representados por productos chatarras y solo un tercio corresponde a verduras, frutas y hierbas frescas. Es decir, que el mercado global ha venido a desplazar los productos locales y con ello, los hábitos alimenticios en muchas comunidades

efforts to reduce global hunger, it has increased worldwide (FAO, 2013). In Mexico various Federal government institutions and organizations are committed to achieve social equality to food.

Currently there is a loss of food culture and low education and more nutritious natural food, which has resulted in the proliferation and consumption of nutritious foods little "junk food". It is no coincidence that Mexico is placed at the second place among the countries with chronic problems of obesity, which has increased exponentially in the last 20 years (González *et al.*, 2010). The disdain of roots and food culture has made traditional native cultures were relegated and partially based food based on corn and its derivatives, wheat flour, soda and industrial products using other ingredients, artificial flavors and sugars added as an ingredient essential to the product.

The phrase, tell me what you eat and I will tell you who you are!, leads us to relate the power of each people, either, for its ingredients, origin, level of transformation or their dishes, which has deep roots in history demonstrations highlighting gender, race and class. The roots of food and its meaning, either through dance, rituals, religious customs, offerings, festivals, has been lost or gradually modified by the adoption of new eating habits or the substitution or addition of others. This, by the demands of consumers and the market that have transformed the basic needs of food in taste and desires and not a need for consumption of healthy foods, particularly considering the social status.

Today is dissipating food cultural identity of people and, even traditional drinks because even in remote communities, the global market has gained ground. If we did an inventory on small businesses, the third part of foodstuffs are represented by scrap products and only one third is for vegetables, fruits and herbs. That is, the overall market has come to displace local production and thereby eating habits in many rural communities have changed resulting in an imbalance between what we eat and the calories we consume. Today, we can find in local markets and supermarkets a range of foodstuffs, varied not only in quantity but also in brand packaging, origin, shapes and sizes Based on the above, the question arises. What how globalization, market and media impact on change and loss of food culture? Is healthy and sustainable global food system?

rurales han cambiado originándose un desequilibrio entre lo que se ingiere y las calorías que se consumen. Hoy día, podemos encontrar en los mercados locales y los supermercados una gama de productos alimenticios, variados no sólo en cantidad, sino también en marcas, envasados, procedencia, formas y tamaños. Con base a lo anterior, surge la pregunta: ¿De qué manera la globalización, el mercado y los medios de comunicación impactan en el cambio y pérdida de la cultura alimentaria? ¿Es el sistema alimentario globalizado saludable y sustentable?

Situación alimentaria en México

México es un mosaico cultural y geográfico, en el que de una región a otra, se pueden encontrar grandes diferencias de clima, creencias, idioma, recursos y costumbres (Navarrete, 2008). Aunado a ello, existe una diversidad de culturas, con tradiciones y costumbres que varían de un lugar a otro y que aún persisten en el país desde épocas prehispánicas y que forman parte de la identidad nacional (Navarrete, 2008). No obstante, actualmente en México se vive una situación de alarma alimentaria, ya que aproximadamente 50% de los alimentos se importan (Sánchez *et al.*, 2014). Además, la producción agropecuaria no ha sido lo suficientemente rentable para los productores para atender sus necesidades básicas, ahondando la condición de pobreza. Desde hace cinco décadas el campo mexicano se ha quedado estancado debido a la aplicación de un modelo de desarrollo agropecuario que no ha sido modificado, pese a la reforma agraria y que ha llevado a un déficit al alza constante en la producción de alimentos.

Dicho modelo ha resultado en una fragmentación del campo, tanto en la agricultura comercial como de subsistencia. La desincorporación de 200 entidades públicas que regulaban la actividad industrial, la productiva y la comercial agropecuaria (Díaz, 2008; Flores *et al.*, 2012). Aunado a ello, los gobiernos neoliberales (1982) y el Tratado de Libre Comercio impuesto en el año 1994 (Fernández-Vega, 2007), fueron más que suficientes para ocasionar la pérdida de autosuficiencia alimentaria en el campo, provocando un desplome de hasta 70 % en los precios de los productos locales e impactando directamente a la población y en su calidad de vida.

Hoy día, 50% de lo que consumen los mexicanos son productos procesados y de transnacionales que fabrican alimentos chatarras, con alto contenido en grasa, sal y azúcar, y son un inadecuado producto para una población que de por sí padece inseguridad alimentaria (Enciso, 2013). Enrique Jacoby, asesor regional sobre alimentación

Food situation in Mexico

Mexico is a cultural and geographical mosaic, in which from one region to another, we can find great differences in climate, beliefs, language, and customs resources (Navarrete, 2008). Added to this, there is a diversity of cultures, traditions and customs vary from place to place and that persist in the country since pre-Hispanic times and are part of the national identity (Navarrete, 2008). However, currently in Mexico a situation of food scare us live, as approximately 50% of food is imported (Sánchez *et al.*, 2014). In addition, agricultural production has not been sufficiently profitable for producers to meet their basic needs, deepening poverty status. For five decades the Mexican countryside has been stalled due to the implementation of an agricultural development model that has not been modified, despite the agrarian reform has led to a steady upward deficit in food production.

This model has resulted in a fragmentation of the field, both commercial and subsistence agriculture. The divestiture of 200 public entities that regulated productive industrial, and agricultural trade (Díaz, 2008; Flores *et al.*, 2012). Added to this, the neoliberal governments (1982) and the Free Trade tax in 1994 (Fernández-Vega, 2007), were more than enough to cause loss of food self-sufficiency in the field, causing a crash to 70% in prices of local products and impacting directly to the people and their quality of life.

Today, 50% of Mexicans are consuming processed and transnational products they make junk food high in fat, salt and sugar and are an inadequate product to a population which in itself is food insecure (Enciso, 2013). Enrique Jacoby, regional advisor on healthy eating and active life of the Pan American Health Organization (PAHO) in Mexico warned that too many "snacks", (Enciso, 2013). Eating and within 20 years the whole food-based system was replaced a feature varied the Mexican Cultural Heritage (Magaña and Padin, 2008).

Significantly, Mexico wasted every day 30 000 tons of food; while about 19 million Mexicans suffer food poverty (Blancas, 2007). However, the most vulnerable and food insecure Mexican population has rates of obesity and overweight. Also, half of the products that people consume are processed. It should be asked: Where is the food culture? What happened to the culinary culture of rich and healthy dishes? The answers may vary. But one of them is that they have changed eating habits due to the desire to eat foods higher "social prestige" or give the status.

saludable y vida activa de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) advirtió que en México se comen demasiados “snacks” (Enciso, 2013) y que en tan solo 20 años se reemplazó todo el sistema alimentario basado en una variedad gastronómica característica del patrimonio cultural mexicano (Magaña y Padín, 2008).

Cabe resaltar que México desperdicia cada día 30 mil toneladas de alimentos; mientras alrededor de 19 millones de mexicanos sufren pobreza alimentaria (Blancas, 2007). No obstante, la población mexicana más vulnerable y con inseguridad alimentaria presenta tasas de obesidad y sobrepeso. Asimismo, la mitad de los productos que consume la gente son procesados. Cabe preguntar entonces ¿Dónde queda la cultura alimentaria? ¿Qué paso con la cultura culinaria de platillos ricos y saludables? Las respuestas pueden ser diversas. Pero una de ellas es que se han transformado los hábitos alimenticios debido al deseo de consumir alimentos de mayor “prestigio social” o que le dan status.

Se ha reemplazado las tortillas de maíz por el pan blanco o por las tortillas de harina; el atole y aguas frescas por el refresco, la leche fresca por leche de caja; el jitomate por puré; las salsas de molcajete por salsa cátsup o salsas enlatadas; los frijoles de olla por frijoles de lata; el café de olla por café soluble; las verduras frescas por verduras de lata o congeladas, entre otros más. Estos cambios, están fuera del contexto cultural nacional. Mucho de ello obedece a copiar un modelo que no corresponde a nuestra realidad social y que con frecuencia generan gasto extra familiar.

En las tiendas, de pronto surge un comentario de admiración “es más barato comprar un puré de tomate para cocinar que un kilo de tomate”. Esta realidad, ligada a la volatilidad de los precios en los productos de primera necesidad, hace que la gente opte por comprar lo que esté al alcance de su presupuesto diario, sin considerar las consecuencias a la salud. Por ello es necesario concientizar a la población sobre los cambios que pueden ser perjudiciales o benéficos en la alimentación. No se trata de enseñarles a preparar los alimentos, sino de hacer una población más educada en lo que consume, autosuficiente y con conciencia de responsabilidad ambiental y social. Valorar los alimentos tradicionales es rescatar la identidad que se ha perdido por adoptar una identidad alimenticia de etiqueta, reemplazando los productos regionales por “alimentos” procesados. Esta es una batalla campal, entre las grandes empresas alimentarias, los medios de televisión e ideología de la sociedad, una ideología cada vez más objetiva y extranjerizante que subjetiva o nacionalista.

Replaced corn tortillas white bread or flour tortillas; atole and fresh water for refreshment, fresh milk for milk box; tomato puree; molcajete sauces for ketchup and canned sauces; pot of beans canned beans; coffee pot for soluble coffee; vegetables fresh for canned or frozen vegetables among others. These changes are beyond the national cultural context. Much of this is due to copy a model that does not correspond to our social reality and often generate additional household spending.

In stores, suddenly emerges a comment admiration is cheaper to buy a tomato puree to cook a kilo of tomatoes. This reality, linked to the volatility of prices in the staples, makes people choose to buy what is available to our daily budget, without considering the consequences to health. Therefore, it is necessary to raise awareness about the changes that may be harmful or beneficial in food. This is not to teach them to prepare food, but to make a more educated population than it consumes, self-conscious and environmentally and socially responsible. Traditional foods identity is lost by adopting a food label identity, replacing regional products for processed foods. This is a battle between the big food companies, television media and ideology of society, an increasingly foregoing objective and subjective or nationalist ideology.

The media, like television are invaded by marketing of large monopolies that invest heavily in advertising their food products, capturing the domestic market. Such advertising promotes the formation of new consumption patterns that impair the nutritional quality of food. That is, promote an informal food education. Several studies report that housewives poor regularly buy various products advertised on television, often to meet food preferences that have no nutritional value and can make a significant investment of the family budget (Morón and Schejtman, 1997). Also, advertising is the primary means influencing the decision of the people, wanting to take external stereotypes, based on intake of processed products.

In this, women play an important role, because it is she who gives guidelines on the food as we are responsible for preparing food for the family. Today many housewives do not prepare food, most of which are replaced by fast or industrialized food, due to the new roles they exercise. Furthermore, in many rural communities, machismo still prevailing, as women prefer to buy and consume what's in store nearby, instead of going to market. This is because that prevent her husband tells something or get mad.

Los medios de comunicación como la televisión están invadidos por la mercadotecnia de grandes monopolios que invierten fuertemente en la publicidad de sus productos alimentarios, acaparando el mercado nacional. Dicha publicidad promueve la formación de nuevos patrones de consumo que deterioran la calidad nutricional de la alimentación. Es decir, promueven una educación alimentaria informal. Diversos estudios reportan que las amas de casa de escasos recursos compran periódicamente diversos productos anunciados por la televisión, muchas veces para satisfacer preferencias alimentarias que no tienen un valor nutritivo y que pueden significar una inversión importante del presupuesto familiar (Morón y Schejtman, 1997). Asimismo, la publicidad es el principal medio que influye en la decisión de la personas, queriendo adoptar estereotipos externos, basada en la ingesta de productos procesados.

En esto la mujer juega un papel importante, debido a que es ella la que da las pautas en la comida, ya que son las encargadas de la preparación de los alimentos a nivel familiar. Hoy día muchas amas de casa no preparan alimentos, que en su mayoría, son sustituidos por comidas rápidas o industrializadas, debido a los nuevos roles que ellas ejercen. Además, en muchas comunidades rurales, el machismo sigue imperante, ya que las mujeres prefieren comprar y consumir lo que hay en la tienda cercana, en vez de ir hasta el mercado. Esto debido a que evitan que su esposo les diga algo o se enoje.

Otro factor de la pérdida de cultura alimentaria es, que el sector alimentario está siendo dominado por pequeñas y grandes cadenas de servicios alimentarios como restaurantes, cafeterías, supermercados. Estas cadenas o franquicias han venido a "facilitar la vida": proporcionando comida rápida en todos los horarios, a menor precio, menor tiempo de preparación, aunque no necesariamente saludable. En contraparte, en los mercados locales es común la falta de higiene, tanto en la preparación de los alimentos como en los espacios donde se ubican.

Aunado a ello, nuevos modos de transporte, mayor tiempo de ocio, empleo y trabajo en el hogar son factores que también hacen que el ser humano adopte nuevos estilos de vida cada vez más sedentarios y demandando alimentos más "ready to eat". Estos cambios en las pautas de actividades físicas y la adopción de modelos dietéticos dan pie para que se origine una transición de la nutrición o mejor llamada aculturización de la alimentación, en la cual, los hogares se enfrentan día a día desafíos de sobrepeso, obesidad y enfermedades no transmisibles y al mismo tiempo, pueden ser afectados por la desnutrición y la carencias de micronutrientes.

Another factor in the loss of food culture, the food sector is still dominated by small and large food service chains such as restaurants, cafes, supermarkets. These chains or franchises have come to "make life easier" providing fast food at all times, at a lower price, less preparation time, but not necessarily healthy. In contrast, in local markets is common poor hygiene, both in food preparation and in the spaces where they are located.

Added to this, new modes, more leisure time, employment and labour in the home are factors that also make humans adopt new styles of increasingly sedentary lifestyles and demanding more food "ready to eat". These changes in the patterns of physical activity and the adoption of dietary patterns give rise to a transition of nutrition or better called acculturation of food, which, households face day to day challenges of overweight, obesity originates and noncommunicable diseases at the same time can be affected by malnutrition and micronutrient deficiencies.

All these changes can be solved. To that Mexico remains a good nutritional status is required for communication and nutrition education, where people aware of the risks to health generates excessive intake of certain products. Using the media as a way to improve the nutritional status of the population, would be an excellent choice.

Food culture

Food is first learning to facing humans and eating behaviours form the basis of food culture. That is, the set of representations, beliefs, knowledge and practices inherited or learned that are associated with food and which are shared by individuals of a culture or social group within a culture (Pérez-Gil, 2009). It is then that the action of feeding can unite nature and culture, as a necessity of being vital.

Speaking of the term culture leads to a wide polysemy of meanings and disputes that have incessantly accompanied the history of concept formation. According to Tylor (1871), culture is the complex whole which includes knowledge, belief, art, law, custom and any other capabilities and habits acquired by man as a member of society. Therefore, the term culture has a direct relationship with the habits, behaviours and customs that exist and are constructed in social life within a community, which has been transformed according to the needs of human beings. These survival needs that human culture has developed are the result of an evolutionary process through "trial and error". This has to do

Todos estos cambios pueden tener solución. Para que en México se mantenga un buen estado nutricional se requiere de una comunicación y educación nutricional, donde la gente tome conciencia sobre los riesgos que genera a la salud la ingesta excesiva de ciertos productos. Utilizar los medios de comunicación como una forma de mejorar el estado nutricional de la población, sería una excelente opción.

Cultura alimentaria

La alimentación es el primer aprendizaje al que se enfrenta el ser humano y los comportamientos alimentarios forman la base de la cultura alimentaria. Es decir, el conjunto de representaciones, de creencias, de conocimientos y de prácticas heredadas o aprendidas que están asociadas a la alimentación y que son compartidas por los individuos de una cultura o grupo social determinado dentro de una cultura (Pérez-Gil, 2009). Es entonces, que la acción de alimentarse permite unir a la naturaleza y la cultura, como una necesidad del ser vital.

Al hablar del término cultura nos conduce a una amplia polisemia de significados y disputas que han acompañado incesantemente la historia de la formación del concepto. De acuerdo a Tylor (1871), la cultura es la totalidad compleja que incluye conocimientos, creencias, arte, ley, costumbre y cualquier otra capacidad y hábitos adquiridos por el ser humano como miembro de una sociedad. Por tanto, el término cultura tiene una relación directa con los hábitos, comportamientos y costumbres que existen y se construyen en la vida social dentro de una comunidad, la cual se ha ido transformando de acuerdo a las necesidades del ser humano. Esas necesidades de sobrevivencia que la cultura del ser humano ha desarrollado son resultado de un proceso evolutivo a través de "prueba y error". Esto tiene que ver con la aseveración de la teoría de la selección natural de Carlos Darwin: la supervivencia del más apto y el más fuerte garantiza la reproducción de la especie.

Hoy en día hombres y mujeres, para sobrevivir tienen que transformar su cultura para perpetuar su existencia. Además, la presión que la globalización ejerce sobre una sociedad, afecta la identidad local, controlando y dominando su entorno físico y social, mediante las fuerzas del mercado. Camou (2008) señala que la necesidad de alimentarse fue uno de los alicientes que dio pie al desarrollo de la cultura. La nutrición tiene dos consecuencias paralelas: la primera es asegurar la sobrevivencia del individuo y la segunda, establecer rutinas, costumbres formas de organización para conseguir el

with the assertion of the theory of natural selection of Charles Darwin: survival of the fittest and strongest it ensures the reproduction of the species.

Today men and women to survive they must change their culture to perpetuate its existence. In addition, the pressure of globalization on society, affecting local identity, controlling and dominating the physical and social environment through market forces. Camou (2008) noted that the need for food was one of the incentives that led to the development of culture. Nutrition has two parallel consequences: the first is to ensure the survival of the individual and the second, establishing routines, customs forms of organization to get food. Also, ways to prepare and cook defined. The above framework guidelines to start, according to the social group, a culture centred on the undoubted need to eat daily, without this minimum nutrient requirements of the person's life would not be something feasible. Thanks to human intelligence and the need to survive, was the need to gather, hunt, exchange, cooking, categorize, creating a community identity.

In order to the extent that a social group strives everyday food, we use a system of knowledge and tools that can be improved or transformed, developing technology as a fundamental part of their culture, as referred Camou (2008).

This leads us to ask: Is there a duality between culture and identity? Is it possible to separate the two? As one of these concepts is modified, directly affects the other terms and vice versa. This is what often need to understand that culture is a complex abstraction we use to identify the general behaviour of a group and that each feature that comes in a set it apart from the other. The company is a set of specific individuals who share cultural characteristics which, depending on the need that has changed and transformed their identity to survive.

Understanding this behaviour requires understanding the duality of behaviour that emerges from the consciousness and the human spirit. Today's society is increasingly aware, where ethics fades and is betting on the uncertain, what the media repeats incessantly. This is where society lives a group decomposition, losing and being in memory only part of its history. To study food culture, one must understand the historical, geographical, political, ecological and social context, because each factor influences the guidelines for the design of diets, depending on the social group. The ways of eating, the products consumed and how to cook them

alimento. Asimismo, se definen las maneras de prepararlo y cocinarlo. Lo anterior, marco las pautas para dar inicio, de acuerdo al grupo social, a una cultura centrada en la indudable necesidad de comer de manera diaria, y sin ese requerimiento mínimo de nutrientes la vida de la persona no sería algo viable. Gracias a la inteligencia humana y a la necesidad de sobrevivir, se vio en la necesidad de recolectar, cazar, intercambiar, cocinar, categorizar, creando una identidad comunitaria.

En la medida en que un grupo social se esfuerza por conseguir la comida cotidiana, utiliza un sistema de conocimiento y herramientas susceptibles de mejorarse o de transformarse, desarrollando la tecnología, como una parte fundamental de su cultura, como refiere Camou (2008).

Lo anterior nos lleva a preguntar: ¿Existe una dualidad entre la cultura e identidad? ¿Es posible separar ambos conceptos? A medida que uno de estos conceptos se modifica, repercute directamente sobre el otro término y viceversa. Esto es lo que en muchos casos hace falta comprender, que la cultura es una abstracción compleja que utilizamos para poder identificar el comportamiento general de un grupo y que cada particularidad que se presenta en un grupo lo distingue de otro. La sociedad es un conjunto de individuos específicos que comparte particularidades culturales, las cuales, dependiendo de la necesidad que se tenga modifica y transforma su identidad para sobrevivir.

Comprender este comportamiento requiere comprender la dualidad del comportamiento que emerge de la conciencia y del espíritu humano. Hoy la sociedad es cada vez menos consciente, donde la ética se desvanece y le apuesta a lo incierto, a lo que los medios de comunicación repiten incesantemente. Es ahí donde la sociedad vive una descomposición grupal, perdiendo y quedando en la memoria solo parte de su historia. Para poder estudiar la cultura alimentaria, se debe comprender el contexto histórico, geográfico, político, ecológico y social, debido a que cada factor influye en las pautas para el diseño de las dietas, dependiendo del grupo social.

Las formas de alimentarse, los productos que se consumen y el modo de cocinarlos están relacionados con la disponibilidad de los recursos locales, ingreso familiar, las características del medio, la diversidad de formas de producción y de abastecimiento y el comercio, pero a la vez, tienen que ver con la cultura relacionada con el contexto socioeconómico (Martín, 2005). Por tanto, la alimentación

are related to the availability of local resources, household income, environmental characteristics, diversity of forms of production and supply and trade, but also have to do with the culture related to the socioeconomic context (Martín, 2005). Therefore, the feed is considered as an ethnic signal and is one of the elements that identity. Today, food is a topic of interest and concern to scholars and scientists, and has begun to address interdisciplinary way (Navas, 2004), because it is a physiological need and is associated with physical health and mentally, and is a central process in structuring or breakdown of economic and social order (Gracia, 1996).

As roads were opened between social groups, has begun to interact across cultures, exchanging or sharing food, different ways to prepare and eat and so, as is transforming food culture. Currently in Mexico, there are outside foods, which have been adopted by the misconception that purchase products "prestigious" country "first world", places them in a community of a higher status. We live in a world where poverty, hunger and ignorance is gaining ground. In certain countries, which for some is a product of prestige or status, for others it is a normal product, a food more. For example, in Mexico's staple food is maize and its derivatives, this has been displaced by wheat flours and processed products using other ingredients, adding flavours and sugars as an essential part of the product or food.

It then argues that culture is complex, variable that is in constant motion, is changing because there are no lower limits to stop it and this may cause loss in the relationship between diet, environment and forms of production.

We are experiencing a cultural change with loss of identity that keeps us from the ancient and conventional practices in food intake, adopting other criteria on food consumption under other foreign cultural categories to ancestral and which are not suitable in terms of nutrition and identity.

Technological advances product of globalization, have led to changes in human behaviour, a very rapid pace. There have been other customs, and behaviours and ways of eating, cooking, produce the food, to the degree that we unshaped crops and consumed what global market demands, replacing our regional markets. And so, as we begin to choose other eating behaviours, we appropriate new things, seasoned elsewhere, with aromas and flavours that reflect our identity, acquired less nutritious and unhealthy products and what is worse, fall into this desire to show us different, more sophisticated and less native.

se considera como una señal étnica y es uno de los elementos que dan identidad. Hoy en día, la alimentación es un tema de interés y preocupación para especialistas y científicos, y se ha empezado a abordar de manera interdisciplinaria (Navas, 2004), debido a que constituye una necesidad fisiológica y se asocia con el estado de salud física y mental, y es un proceso central en la estructuración o desestructuración del orden económico y social (Gracia, 1996).

Conforme se han abierto caminos entre grupos sociales, se ha empezado a interactuar entre culturas, intercambiando o compartiendo alimentos, diferentes formas de prepararse y de comerlos y es así, como se va transformando la cultura gastronómica. Actualmente en México, existen alimentos exógenos, que se han adoptado por la falsa idea de que adquirir productos "de prestigio", de países del "primer mundo", los ubica en un grupo social de mayor estatus. Se vive en un mundo donde la pobreza, hambre e ignorancia está ganando terreno. En ciertos países, lo que para algunos es un producto de prestigio o de estatus, para otros es un producto normal, un alimento más. Por ejemplo, en México la base de la alimentación es el maíz y sus derivados, este se ha desplazado por las harinas de trigo y productos industrializados que usan otros ingredientes, adición de sabores y azúcares como parte esencial del producto o alimento.

Entonces se sostiene que la cultura es algo complejo, variable que está en constante movimiento, es cambiante, ya que no existen los menores límites para frenarla y esto puede ocasionar pérdida en las relaciones entre las dietas, el medio ambiente y las formas de producción.

Se está viviendo un cambio cultural con pérdida de identidad que nos aleja de las prácticas ancestrales y convencionales en el consumo de alimentos, adoptando otros criterios en el consumo de alimentos bajo otras categorías culturales ajenas a las ancestrales y las cuales no son adecuadas en términos de nutrición e identidad.

Los avances tecnológicos producto de la globalización, han propiciado cambios en las conducta humana, a ritmos muy acelerados. Se han recibido otras costumbres, comportamientos así como y formas de comer, de cocinar, de producir los alimentos, al grado que vamos uniformizando los cultivos y se consume lo que el mercado global lo demanda, reemplazando nuestros mercados regionales. Y es así, como se comienza a optar otros comportamientos alimenticios, nos apropiamos de cosas novedosas, sazonadas en otros lugares, con aromas y sabores que reflejan nuestra identidad,

An ignorant way is to think that we belong to another class and a better status simply by consuming fashion products. All of this leads us to forget about our roots, despising our history, considered inferior, ignorant, and that is how the particular history is lost is our DNA that makes us fully human. Duran (1985) states that food culture in Mexico is the product of miscegenation, which in turn, suitable for the culture and identity of the Mexican nation.

Although it sounds paradoxical, food globalization gathers a variety of food choices, allowing the consumer, so that consumers can easily find products from other countries and a set of "new food" ranging from soft drinks to various types of "snacks", derived from dairy, grains, and other foods non-traditional though globalization has brought effects on the structure and composition of meals, ways of preparation, conservation, but also on the timing and frequency of food, constituting if a new food order. It's embarrassing to say that public and economic policies are designed for the new eating behaviours converge with local behaviours.

Within this process of globalization, migration is also part of this loss of identity. The rapid increase of migration has led to changes in the diet, causing an adaptation of food, due to the mix of our food culture with the new space, reflecting a degree of social integration of immigrants in their new context. Japanese and Argentina, among other, which, have spread throughout the country.

However, this phenomenon is not entirely new, since migration has been, in specific historical periods, responsible for the arrival of new foods to the host countries. The Chinese and Italian food are good examples and have spread around the world following the trail of migrants from these countries (Langreo, 2005). Importantly, food safety issues associated with the phenomenon of globalization have lost their credibility to make way for new demands in the market.

Malnutrition: obesity and malnutrition

Today, the issue of nutrition has become one of the most important issues in all countries. In most countries the problems of malnutrition, occur primarily in early childhood, adding nutritional and health problems caused by excessive diets, unbalanced and inappropriate lifestyles. All these problems are not specific to the poorest sectors of the country, today malnutrition is spreading in all national strata.

adquirimos productos menos nutritivos y poco saludables y lo que es peor, caemos en ese afán de mostrarnos distintos, más sofisticados y menos autóctonos.

Una forma ignorante es pensar que pertenecemos a otra clase social y a un mejor estatus por el simple hecho de consumir productos de moda. Todo esto, nos conduce a olvidarnos de nuestras raíces, menospreciando nuestra historia, a considerarla inferior, ignorante, y es así como se pierde la historia particular que es nuestro ADN que nos constituye plenamente como humanos. Duran (1985) afirma que la cultura alimentaria en México es producto del mestizaje, el que a su vez, propicio la propia cultura y la identidad de la nación mexicana.

Aunque suene paradójico, la globalización alimentaria, reúne una diversidad de elección de alimentos, que permite al consumidor, de forma que el consumidor encuentra fácilmente productos procedentes de otros países y un conjunto de “nuevos alimentos” que incluyen desde los refrescos a diversos tipos de “snaks”, derivados de lácteos, cereales, u otros alimentos no tradicionales sin embargo la globalización ha traído efectos sobre la estructura y composición de las comidas, formas de preparación, de conservación, sino también en los horarios y frecuencias de comida, constituyendo a si un nuevo orden alimenticio. Es vergonzoso decir que las políticas públicas y económicas están diseñadas para que los nuevos comportamientos alimentarios converjan con los comportamientos locales.

Dentro de este proceso de globalización, los movimientos migratorios también forma parte de esta pérdida de identidad. El rápido incremento de las migraciones ha producido cambios en la alimentación, originando una adaptación de la alimentación, debido a la mezcla de nuestra cultura gastronómica con las del nuevo espacio, reflejando un grado de integración social del inmigrante en su nuevo contexto. Un ejemplo muy claro es la comida china. Japonesa y argentina, entre otra, las cuales, se han ido extendiendo por todo el país.

Sin embargo, este fenómeno no es totalmente nuevo, ya que las migraciones han sido, en etapas históricas concretas, las responsables de la llegada de nuevos alimentos a los países de acogida. La comida china e italiana son un buen ejemplo y se han extendido por el mundo siguiendo el rastro de los emigrantes de esos países (Langreo, 2005). Es importante resaltar que en cuestiones seguridad alimentaria asociadas al fenómeno de la globalización han perdido su credibilidad para dar paso a nuevas exigencias en el mercado.

The latest estimates reported by FAO (2013) indicated that 868 million people (12.5% of the world population) are undernourished in terms of dietary energy consumption, these figures represent only a fraction of the global burden of malnutrition. It is estimated that 26% of the world's children are stunted, 2 000 million people suffer from micronutrient deficiencies (one or more) and 1 400 million people are overweight, of which 500 million are obese.

However, Mexico faces both sides, at first, as the experts say, 25% of deaths in the country are explained because of diabetes and hypertension, caused in 95% of cases of obesity and overweight. In the opposite direction, are unacceptable deaths from malnutrition, of which, totalling 84.67 cases between 2002 and 2011. On average in Mexico are recorded each year nearly 8 500 deaths from this cause (Fuentes, 2013). To what can we attribute these causes?

The causes of malnutrition are complex and multidimensional (FAO, 2013). These included insufficient availability of safe, varied and nutritious food, lack of access to water, food and inappropriate forms of diets. All of these causes include economic, political, cultural, environmental and social contexts. The Coneval (2013) mentioned that malnutrition in Mexico is due to causes of poverty. Economists have reported that Mexico has grown from 52.8 million people in poverty to 53.3 million between 2010 and 2012 (Mayoral, 2013). Are the conditions of Mexico generating poverty?

Some economists suggest that Mexico is not poor, Mexico is a country rich in biodiversity and natural resources. It is easy to see that there are bad public policies and unequal distribution of wealth; urban areas and large multinationals are the beneficiaries. Added to this, we have an economic centre poorly structured, we prefer to spend more on importing products that use products that are produced in our country, and this is because we tend to underestimate what we produce. We prefer to buy, and to transfer or copy others experiences or programs that are not applicable and are beyond our context. This makes the populations farmers abandon agriculture and migrate to the cities, where their identity and eating patterns are transformed. In other cases, people in rural areas are the ones we see on the street begging or selling and are the most susceptible to acquiring industrial products such as soda or burgers.

We have everything to succeed, what we need is to be more aware and develop social, economic policies that will strengthen our agricultural sector, instead, to "help" with

Malnutrición: obesidad y desnutrición

Hoy en día el tema de la nutrición ha pasado a ser uno de los temas de mayor importancia en todos los países. En la mayoría de los países los problemas de malnutrición, se presentan principalmente en niños de edad temprana, añadiéndole problemas nutricionales y sanitarios provocados por las dietas excesivas, desequilibradas y estilos de vida inadecuados. Todos estos problemas no son específicos de los sectores más pobres del país, hoy en día la malnutrición se está difundiendo en todos los estratos nacionales.

Las estimaciones más recientes reportadas por la FAO (2013) indican que 868 millones de personas (12.5% de la población mundial) están subnutridas en cuanto al consumo de energía alimentaria, estas cifras representan tan solo una fracción de la carga mundial de la malnutrición. Se calcula que el 26% de los niños del mundo padecen retraso del crecimiento, 2 000 millones de personas sufren de carencia de micronutrientes (uno o más) y 1 400 millones de personas tienen sobrepeso, de los cuales 500 millones son obesos.

Sin embargo, México enfrenta las dos vertientes, en primera, tal y como lo señalan los expertos, 25% de las muertes en el país se explican a causa de la diabetes y la hipertensión, provocadas en 95% de los casos por la obesidad y el sobrepeso. En sentido opuesto, están las inaceptables muertes originadas por la desnutrición, de las cuales, suman un total de 84.67 casos entre 2002 y 2011. En promedio, en México se contabilizan cada año casi 8 500 decesos por esta causa (Fuentes, 2013). A que debemos atribuirle estas casusas?

Las causas de la malnutrición son complejas y multidimensionales (FAO, 2013). Entre éstas figura la insuficiente disponibilidad de alimentos inocuos, variados y nutritivos, falta de acceso al agua, formas de alimentación y dietas inapropiadas. Todas estas causas abarcan contextos económicos, políticos, culturales, ambientales y sociales. El Coneval (2013), menciona que la malnutrición en México se debe a causa de la pobreza. Economistas han reportan que México ha pasado de 52.8 millones de personas en pobreza a 53.3 millones entre 2010 y 2012 (Mayoral, 2013). ¿Las condiciones de México generan pobreza?

Algunos economistas sugieren que México no es pobre, México es un país rico en biodiversidad y en recursos naturales. Es fácil darse cuenta que existen malas políticas públicas y una desigualdad en la distribución de riquezas; las zonas urbanas y las grandes trasnacionales son los más

certain programs. For example, the Progreso program, where, he gives people financial resources to help combat poverty, improve education, health, etc. But what actually people who receive these supports, the money is spent acquiring food, televisions, clothing, alcohol, cigarettes and helping to large multinational corporations. It would be best to teach people to perform certain agricultural activities, to develop products and seek a market, or provide the necessary inputs for agriculture, instead of making a parasite population.

The nutritional status of the population depends on access to food, dietary intake, health and care of the individual, the nutritional status of a population is a reflection of national development and the way in which resources are allocated. The FAO report (2013) on The State of Food and Agriculture 2013: food systems to better nutrition argues that improving the nutrition of the population should start by feeding and agriculture: farming traditional self at the family level. It is necessary to strengthen the food system and establish strategies to ensure food ie from inputs to sale and consumption. For them, it is necessary to choose measures of health, education and adequate policies allowing promote coordination between the population and sectors.

Fashion and consumption

Since ancient times, humans have always been consumers, only in the past consumed according to the needs and today people create a series of habits and lifestyles that lead him to eat for the pleasure of eating. This consumerist model has become extinct customs and traditions, adopted an international culture, i.e., under socializing the human being, shifting their cultural identity, in order to obtain a better life.

The way the information is organized and how it has been released, has come to break with a whole social stability, society increasingly want more, is no longer satisfied with having what is, is unsatisfied. The misconception is wanting to consume things brands belong to another status. And what most Mexicans do to have material things is that they prefer bad nourished by getting branded products. This has happened in many vulnerable areas, where their food is scarce, but the simple fact of having a television, a phone, a good brand of clothing, etc.; and makes different from others.

This, points out that we live in a certain reality by compulsive consumption, globalization and technology, where the media, and failed to fulfil its function. And we

beneficiados. Aunado a ello, tenemos un centro económico mal estructurado, preferimos gastar más en importar productos que utilizar los productos que en nuestro país se producen, esto es porque tendemos a menospreciar lo que producimos. Preferimos comprar, y transferir o copiar experiencias o programas ajenos, que no son aplicables y están fuera de nuestro contexto. Esto hace que las poblaciones agricultoras abandonen el sector agrícola y emigren a las ciudades, donde sus patrones identitarios y alimenticios son transformados. En otros casos, la gente de las zonas rurales son las que vemos en la calle pidiendo limosna o vendiendo y son el más susceptible a adquirir productos industrializados como refrescos o hamburguesas.

Considero que tenemos todo para poder salir adelante, lo que nos hace falta es ser más conscientes y desarrollar políticas sociales, económicas que permitan fortalecer nuestro sector agrícola, en vez, de “ayudar” con ciertos programas. Un ejemplo, el programa Progresá, en donde, se le otorga a la gente recursos económicos para ayudar a combatir la pobreza, mejorar la educación, la salud, etc. Pero que pasa en realidad, la gente que recibe estos apoyos, se gasta el dinero adquiriendo productos alimenticios, televisores, ropa, alcohol, cigarrillos y ayudando así a las grandes empresas transnacionales. Lo más conveniente sería enseñarle a la gente a realizar ciertas actividades agrícolas, a elaborar productos y buscarles un mercado, o proporcionarle los insumos necesarios para realizar agricultura, en vez de hacer una población parasita.

El estado nutricional de la población depende del acceso a los alimentos, la ingestión alimentaria, la salud y la atención del individuo, el estado nutricional de una población es reflejo del desarrollo nacional y de la manera en que se asignan los recursos. En el informe de la FAO (2013), sobre el estado mundial de la agricultura y la alimentación 2013: sistemas alimentarios para una mejor nutrición se sostiene que para mejorar la nutrición de la población debe comenzarse por la alimentación y por la agricultura: una agricultura tradicional autosuficiente a nivel familiar. Es necesario reforzar el sistema alimentario y establecer estrategias que permitan asegurar los alimentos es decir, desde los insumos hasta la venta y el consumo. Para ellos, es necesario optar medidas de salud, educación y políticas adecuadas que permitan fomentar la coordinación entre la población y los sectores.

Moda y consumo

Desde la antigüedad el ser humano siempre ha sido consumidor, sólo que en épocas pasadas consumía de acuerdo a sus necesidades y en la actualidad las personas

see this every day, to turn on the TV, which occupies more airtime are commercial where we offer a variety of food, slimming products and supplements, most of which are foreign products. All the diversity of these products show the advantages of flavour, preparation time, cost, ways to feed the family, image, etc. On the other hand, I believe that globalization is not harmful because, through this process, the exchange of products between continents and thanks that Mexican food is a cultural mixing occurred.

The only guilty of all this have been humans have lost the ethics and morality, happiness opinion and we have become unconscious beings, where we only want the benefit and regardless of harm to others and nature. With all this I see that we live an ideological crisis. In addition consumerism and fashion strongly influence feeding behaviour by changing our habits either decreasing or increasing the size of the portion. All these disorders translated bring eating disorders obesity, anorexia and bulimia, depending on context.

Another problem presented in Mexico, is the consumption of light products. Every day there is a greater obsession with being thin and with a slender figure and fashion. This has also led society to buy a host of products and supplements for weight loss and low calorie products without knowing the damage to health. These bodily changes such as fear gaining weight because we have changed our lifestyles, we want to look good, but minimal physical effort. In addition, we have television thin models that make us believe that look good, but really have eating disorders.

And it would be if domestic products were acquired international rather than things in this consumption. But the reality is different, the Mexican tends to make "malinchista" less pricing what is produced in the country. Domestic products if consumed help better economic growth, people would have jobs, a better standard of living, but we prefer to help other countries consuming their products, we say they are better than ours or the simple fact of being cheaper, as in the case of Chinese products replacing our market.

Social perception

Mexico is in an advanced stage of the nutrition transition, this involves complex interactions between economic, demographic and environmental processes that influence eating patterns and physical activity and changes in body

crean una serie de hábitos y estilos de vida que lo llevan a consumir por el mero placer de consumir. Este modelo consumista ha ido extinguiendo las costumbres y las tradiciones, adoptado una cultura internacional, es decir, se ha ido desocializando ser humano, desplazando su identidad cultural, con la finalidad de obtener un mejor nivel de vida.

La forma en que toda la información ha sido organizada y la manera en que ha sido dada a conocer, ha venido a romper con toda una estabilidad social, la sociedad cada vez desea tener más, ya no es conforme con tener lo que tiene, es insatisfecho. La idea más errónea es querer consumir cosas de marcas por pertenecer a otro estatus. Y lo que la mayoría de mexicanos hacen para tener cosas materiales es que prefieren malnutrirse por conseguir productos de marca. Y esto ha sucedido en muchas zonas vulnerables, en donde, su alimentación es muy escasa, pero con el simple hecho de tener una televisión, un celular, una buena marca de ropa, etc.; ya te hace ser diferente a los demás.

Lo anterior, hace ver que vivimos en una realidad determinada por el consumo compulsivo, la globalización y la tecnología, en donde los medios de comunicación, ya dejaron de cumplir su función. Y esto lo vemos a diario, al prender el televisor, lo que más ocupa el tiempo al aire son los comerciales donde nos ofrecen una diversidad de productos alimenticios, adelgazantes y suplementos, en su mayoría son productos extranjeros. Toda la diversidad de estos productos nos muestran las ventajas de sabor, tiempo de preparación, de costo, formas de alimentar a la familia, imagen, etc. Por otro lado, considero que la globalización no está dañina, ya que, gracias a este proceso, se dio el intercambio de productos entre continentes y gracias eso la comida mexicana es un mestizaje cultural.

El único culpable de todo esto hemos sido los seres humanos, hemos perdido la ética y la moral, la felicidad subjetiva y nos hemos vuelto seres inconscientes, donde solo queremos el beneficio propio y sin importar el daño al prójimo y a la naturaleza. Con todo esto veo que vivimos una crisis ideológica. Además el consumismo y la moda influyen fuertemente en el comportamiento alimentario cambiando nuestros hábitos ya sea disminuyendo o aumentando el tamaño de la porción. Todos estos desordenes traen consigo trastornos alimentarios traducidos en obesidad, anorexia y bulimia, dependiendo del contexto.

Otro de los problemas que se presentan en México, es el consumo de productos light. Cada día existe una mayor obsesión por estar delgadas y con una figura esbelta y la moda.

composition (Corvalán, 2006). The Organization Food and Agriculture Organization (FAO) reported that the mean energy intake among Mexicans from 2003-2005 was 3 270 kcal per day per capita, well above the minimum requirement kcal per day (Juárez and González, 2010) 1 850. This causes excessive increase in overweight and obesity. Among the population 30 to 60 years, 71.9% of women and 66.7% of men are overweight or obese.

In the last 25 years in Mexico, there has been a rapid increase in obesity and this makes now occupies the highest rates of obesity worldwide (Olaiz-Fernández *et al.*, 2006). This high prevalence is of interest since overweight and obesity are major risk factors for chronic non-communicable diseases such as type 2 diabetes, hypertension, cardiovascular disease and certain cancers.

However, the popular belief about the social perception has two sides depending on the context, in rural areas being thin means he husband does not give good living, or who do not have to eat, that is, women prefer to be fat because that people do not think he is sick or badly living, however given to show that this "lively, healthy, being happy, which has no shortage of food or the husband takes good" despite the damage health that is generated by eating fatty foods, soft drinks, bread, cookies, etc. On the other hand, women in urban areas are limited to eating certain products or consume products Light, because for her social circle being fat is a sign that does not look good, which is neglected, lazy, and eating a lot.

So we can assume that social status and acceptance in society, strongly influences body image. One would assume that people with low economic status are thin because they have enough money to provide basic and high-status people are fat basket because they have a greater availability of consuming any food. But!, sad reality is quite the opposite, just to be accepted in their social group. This pressure on the image is larger in women than in men. Women face difficulty controlling the appetite to care for our shape, while must prepare tasty food for the family, and ensure that their children eat well (Contreras, 2002).

Before closing, this paradox shared by Morín (2006): in the twentieth century has seen tremendous progress in all fields of scientific knowledge, as well as all technical fields, while there has been a new blindness to the problems global, fundamental and complex, and this blindness generated countless errors and illusions. Errors and illusions that

Esto también ha llevado a la sociedad a comprar un sinfín de productos y suplementos para adelgazar así como productos con bajo contenido calórico sin saber los daños a la salud. Estos cambios corporales, como el miedo engordar se debe a que hemos cambiado nuestros estilos de vida, queremos vernos bien, pero a un mínimo esfuerzo físico. Además, en la televisión nos presentan modelos delgadas que nos hacen creer que se ven bien, pero en realidad presentan trastornos alimenticios.

Y que sería si en este consumo se adquirieran productos nacionales en vez de cosas internacionales. Pero la realidad es otra, el mexicano tiende a hacer “malinchista” menospreciando lo que se produce en el país. Productos nacionales que si se consumieran ayudarían a mejorar el crecimiento económico, la gente tendría empleo, un mejor nivel de vida, pero preferimos ayudar a otros países consumiendo sus productos, por que decimos que son mejores que los nuestros o por el simple hecho de ser más baratos, como en el caso de productos chinos que han desplazado nuestro mercado.

Percepción social

México se encuentra en una etapa avanzada de la transición nutricional, esto implica interacciones complejas entre los procesos económicos, demográficos y ambientales que influyen en los patrones de alimentación y actividad física y cambios en la composición corporal (Corvalán, 2006). La Organización de la Alimentación y la Agricultura (FAO) informó que la ingesta media de energía entre los mexicanos desde 2003 hasta 2005 fue de 3.270 kcal por día por habitante, muy por encima del requisito mínimo kcal al día (Juárez y González, 2010) 1 850. Este exceso provoca aumento en el sobrepeso y obesidad. Entre la población de 30 a 60 años, 71.9 % de las mujeres y 66.7% de los hombres tienen sobrepeso o son obesos.

En los últimos 25 años, en México, se ha notado un rápido aumento de la obesidad y esto hace que ahora ocupe las tasas más altas de obesidad a nivel mundial (Olaiz- Fernández *et al.*, 2006). Esta alta prevalencia es de interés ya que el sobrepeso y la obesidad son factores de riesgo importantes para las enfermedades crónicas no transmisibles como la diabetes tipo 2, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer.

Sin embargo, la creencia popular sobre la percepción social tiene dos caras dependiendo del contexto, en las zonas rurales estar delgadas significa que el esposo no le da buena vida, o que no tienen para comer, es decir, las mujeres prefieren estar gordas porque así la gente no pensara que está enferma o que vive mal, por el contrario da a demostrar que esta “llena de

have led us to suffering and confusion throughout history. These illusions have led us to change our culture, adapting, copying and developing outside our patterns and this has led us to have complex errors. Today man is cruelly divided, has lost its cultural figure, losing identity is fragmented into pseudo-rational globalized pieces that has stunted their understanding, their intelligence, their reflection and long-term vision.

Today our roots and our cultural history is criticized, hated, subject to controls, repression and domination, yet this is difficult to achieve maturity and shared self-esteem. Identity is lost and itself becomes overwhelmed by the alien or vice versa. So that could be a change humans should stop being toy ideas and lies. Globalization has gotten us through the eyes through the media and has disturbed the true essence of being, has made changes in our lifestyles and our behaviours, we are now more material and objective beings, our happiness is mediated by the acquisition of objects, our image to be accepted in society.

As mentioned by Morín (2006), the basis for changing all these ideological differences of human beings, education, playing a leading role is necessary and is one of the most powerful weapons to make the change. However, one of the challenges will be able to change our thoughts, so that he faces the growing complexity, rapid change and uncertainty of the future that today characterizes us. We must renew policies towards demographics, equality, justice, peace and social harmony with our environment.

All this with a look at the long term, to future generations. We must stop dividing and conventional scientific knowledge and start thinking of polycentric rather abstract way, aware of the unity and diversity of the human condition, their complementarities and antagonisms, i.e. see the complexity of the world. The development seen as the growth of a country that has created more problems than it has turned and led to the deep crisis of civilization to the degree of suppressing human, ethnic and cultural diversities.

Conclusions

Food is an element of cultural identity that distinguishes a place or country which can be altered by the intervention with other socio-cultural groups.

vida, saludable, que es feliz, que no tiene escases de alimentos o que el esposo la cuida bien”, a pesar del daño a la salud que se genera por comer comidas ricas en grasa, refrescos, pan, galletas, etc. Por otro lado, las mujeres de zonas urbanas se limitan a comer ciertos productos o consumen productos Light, ya que, para su círculo social estar gorda es señal de que no se ve bien, que es descuida, fodonga, que come mucho.

Entonces, podemos suponer que el estatus social y la aceptación en la sociedad, influye fuertemente en la imagen corporal. Uno llegaría a suponer que personas de estatus económico bajo son delgadas porque no tienen el dinero suficiente para abastecer la canasta básica y personas de estatus alto son gordas porque tienen una mayor disponibilidad de consumir cualquier tipo de alimento. Pero ¡triste realidad!, ocurre todo lo contrario, con tal de ser aceptados en su grupo social. Esta presión sobre la imagen es mayor en la mujer que en los hombres. Las mujeres se enfrentan así, a la dificultad de controlar su apetito para cuidar su figura, al mismo tiempo que deben preparar comida sabrosa para su familia, y procurar que sus hijos coman bien (Contreras, 2002).

Antes de terminar comparto esta paradoja de Morín (2006): en el siglo XX se han producido progresos gigantescos en todos los campos del conocimiento científico, así como todos los campos de la técnica, al mismo tiempo se ha producido una nueva ceguera hacia los problemas globales, fundamentales y complejos y esta ceguera ha generado innumerables errores e ilusiones. Errores e ilusiones que nos han llevado al sufrimiento y a la desorientación a lo largo de la historia. Estas ilusiones nos han llevado cambiar nuestra cultura, adaptando, copiando y desarrollando patrones ajenos a los nuestros y esto nos ha llevado a tener errores complejos. Hoy en día el hombre esta cruelmente dividido, ha perdido su figura cultural, perdiendo identidad, está fragmentado en pedazos globalizados seudoracionales que ha atrofiado su comprensión, su inteligencia, su reflexión y su visión a largo plazo.

Hoy nuestras raíces y nuestra historia cultural es criticada, menospreciada, sujeta a controles, represiones y dominaciones, con todo esto resulta difícil lograr madurez y autoestima compartida. Se pierde identidad y lo propio pasa a ser avasallado por lo ajeno o viceversa. Para que pudiera existir un cambio el ser humano, debe de dejar de ser juguete de ideas y mentiras. La globalización se nos ha metido por los ojos a través de los medios de comunicación y ha venido a perturbar la verdadera esencia del ser, ha hecho cambios en nuestros estilos de vida y en nuestros comportamientos, ahora somos seres más materiales y objetivos, nuestra felicidad esta mediada por la adquisición de objetos, de nuestra imagen para ser aceptados en la sociedad.

The new lifestyles and eating habits, migratory phenomena, and the change in food prices variant, the lack of public policies regulating the entry of new foods on the market and the increasing introduction of junk foods and fast foods, including others, have been some of the main factors which led to the loss of cultural and ethnic identity of food culture. In general, the cultural roots of a social group is its DNA, which constitutes us as humans and identifies which has been altered by globalization has generated mutations (diseases, malnutrition, and obesity) in the recent years.

End of the English version



Literatura citada

- Blancas, M. D. 2007. México desperdicia al día 30 mil toneladas de alimentos. La crónica. <http://www.cronica.com.mx/notas/2012/704438.html>.
- Camou, H. E. 2008. Nutrir la persona, nutrir la identidad. Reflexiones filosóficas sobre antropología y cultura alimentaria. *In: cultura y seguridad alimentaria. Enfoques conceptuales, contexto global y experiencias locales.* Sandoval, G. S. A y Meléndez, T. J. M. (Coord.). Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo (CIAD). Plaza y Valdés (Ed.). México, D. F. 19-36 pp.
- Contreras, J. 2002. La obesidad: una perspectiva sociocultural. *Form. Contin. Nutr. Obes.* 5:(6):275.
- Corvalán, C. 2006. Latin America: avoiding the nutrition transition "trap". Geneva: united nations standing committee of nutrition (SCN News, 32).
- Díaz, S. O. E. 2008. Gasto público, multifuncionalidad y desarrollo rural en México. Tesis de Doctorado en Economía. Facultad de Economía UNAM. 154 pp.
- Duran, V. E. 1985. La identidad nacional a través del fortalecimiento de la cultura alimentaria. Tercera reunión regional sobre asistencia social alimentaria. Villahermosa, Tabasco. http://201.161.2.34/servicios/p_anuies/publicaciones/revsup/res054/txt9.htm.
- Enciso, L. A. 2013. México entra en emergencia alimentaria, afirman en la OPS. La Jornada. <http://www.jornada.unam.mx/2013/05/14/sociedad/037n1soc>.
- Fernández-Vega, C. 2007. Soberanía alimentaria: aspiración aniquilada por neoliberales. La Jornada.
- FAO (Food and Agriculture Organization of the United Nations). 2003. El estado de la alimentación y la agricultura: sistemas alimentarios para una mejor nutrición. FAO. Roma. 114 p.
- Flores, P.; Vázquez, O. J. y Quintero Soto, M. L. 2012. ¿Soberanía, seguridad, autosuficiencia o crisis alimentaria? Caso de México y la región este de África. *Problema básico en salud y calidad de vida. Rev. Dig. Universitaria.* 13:(8):2-19.
- Franco, J. 2011. El estado nutricional del mexicano, un impacto social y económico. JOIN. Agencia ciudadana de noticias. <http://join.org.mx/?p=5601>.

Me atrevo a sostener, tal y como lo menciona Morín (2006), la base para cambiar todas estas discrepancias ideológicas del ser humano, es necesaria la educación, que juega un papel preponderante y es una de las armas más poderosas para realizar el cambio. Sin embargo uno de los desafíos será poder modificar nuestros pensamientos, de manera que se enfrente la creciente complejidad, la rapidez de los cambios y la incertidumbre del futuro que hoy nos caracteriza. Hay que renovar las políticas hacia la demografía, la igualdad, justicia, la paz y la armonía social con nuestro entorno.

Todo esto con una mira a largo plazo, hacia las generaciones futuras. Debemos de dejar de dividir el conocimiento científico y convencional y empezar a pensar de manera policéntrica y no abstracta, conscientes de la unidad y diversidad de la condición humana, sus complementariedades y sus antagonismos, es decir ver la complejidad del mundo. El “desarrollo” visto como el crecimiento de un país, que ha creado más problema de los que ha resuelto y ha conducido a la crisis profunda de la civilización al grado de suprimir las diversidades humanas, étnicas y culturales.

Conclusiones

La alimentación es un elemento de identidad cultural que distingue a un lugar o un país la cual se puede ser alterada por la intervención con otros grupos socioculturales.

Los nuevos estilos de vida y hábitos alimentarios, los fenómenos migratorios, el variante cambio de los precios en los alimentos, la falta de políticas públicas que regulen la entrada de nuevos alimentos en el mercado y la creciente introducción de alimentos chatarras y comidas rápidas, entre otros, han sido algunos de los principales factores que han propiciado la pérdida de identidad cultural y étnica de la cultura alimentaria. En general, las raíces culturales de un grupo social es su ADN, que nos constituye e identifica como humanos, el cual, ha sido alterado por la globalización que ha generado mutaciones (enfermedades, desnutrición, obesidad) en los últimos años.

- Fuentes, L. M. 2013. Malnutrición. Revista México Social. CEIDAS. Columna publicada con el mismo nombre en el periódico.
- Fuentes, L. M. 2012. Hambre y pobreza. Revista México Social. CEIDAS. Columna publicada bajo el mismo nombre en el periódico Excélsior.
- González G. J. A., Ceballos R. J. M., Méndez, B. E. 2010. Obesidad: más que un problema de peso. La ciencia y el hombre. Rev. Div. Cient. Tecnol. Universidad Veracruzana. 22(2)34:55.
- Gracia, A. M. 1996. Paradojas de la alimentación contemporánea. Icaria editorial. Institut Català d' Antropologia. Barcelona. 306 p.
- Juárez, B. y González, C. 2010. Food security and nutrition in Mexico. Gain (global agricultural information network) Report. USDA foreign agricultural service. 36 pp.
- Langreo N. A. 2005. Inmigración y globalización. Distribución y Consumo. 15:(80):42-45.
- Martín, V. J. 2005. Alimentación e inmigración. Un análisis de la situación en el mercado español. Distribución y Consumo. 11-41 pp.
- Mayoral, J. I. 2013. Pobreza en México, una falla estructural. CNN expansión. <http://www.cnnexpansion.com/economia/2013/07/29/pobreza-pena-nieto-empleo-iva-pib>.
- Morín, E. 2006. Los siete saberes necesarios para la educación del futuro. Paídos. 72 p.
- Morón, C. y Schejtman, A. 1997. Situación de la seguridad alimentaria en América Latina. In: producción y manejo de datos de composición química de alimentos en nutrición. Morón, C.; Zacarías, I. y De Pablo, S. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO). Universidad de Chile, Santiago, Chile. <http://www.fao.org/docrep/010/ah833s/AH833S00.htm>.
- Naciones Unidas. 2010. Objetivos de desarrollo del milenio: informe 2013. Naciones Unidas, Nueva York. 64 p. <http://www.un.org/es/millenniumgoals/pdf/mdg-report-2013-spanish.pdf>.
- Navas, J. 2004. Educación nutricional e inmigración. Rev. Pensamiento y Cultura. www.teleskop.es.
- Navarrete, L. F. 2008. Los pueblos indígenas de México. CDI, México. 141 p.
- Olaiz-Fernández, G.; Rivera-Dommarco, J.; Shamah-Levy, T.; Rojas, R.; Villalpando-Hernández, S.; Hernández-Ávila, M. y Sepúlveda-Amor, J. 2006. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2006. Cuernavaca, México. Instituto Nacional de Salud Pública. 67 p.
- Pérez-Gil, R. S. E. 2009. Decidir entre comer y no comer. Cuadernos de Nutrición. 32:(6):205-212.
- Sánchez, C. J. E.; Rodríguez, C. Y. E.; Meléndez, G. M. y Figueroa, G. G. 2014. La importancia de la gobernanza en la seguridad alimentaria ante un panorama de volatilidad en el precio internacional de los alimentos; el caso de México. Perfiles de las Ciencias Sociales. 1:2:11-40.
- Tylor, E. B. 1871. Primitive culture. 7th (Ed.). New York: Brentano's.