

Somos lo que no comemos: una aproximación psicosocial a la incidencia del desperdicio de alimentos, los trastornos alimenticios o dietas y el vegetarianismo y veganismo en la clase media y media alta.

Colombo Lucía, Noguera Trinidad, Ruiz Díaz Lucía y Vargas Mazzoli Candelaria

INTRODUCCIÓN:

La presente investigación tiene como objetivo abordar la concepción de la clase media y media alta sobre la alimentación y cómo esta relación se vincula con determinadas prácticas como el desperdicio de alimentos, las dietas o los trastornos alimenticios y el vegetarianismo y veganismo.

El desperdicio de alimentos, los trastornos alimenticios y las dietas son problemáticas que atraviesan a la sociedad en la actualidad, por lo que investigar su relación con los hábitos alimenticios y las concepciones sobre la alimentación de la clase media y media/alta permite obtener más información sobre las posibles causas o factores influyentes en estos fenómenos, lo que permitiría elaborar políticas e intervenciones más efectivas, abarcativas y eficientes.

Los objetivos principales de la investigación son analizar la influencia e incidencia de los hábitos alimenticios de la clase media y media alta en el desperdicio de alimentos, las dietas o trastornos alimenticios y el vegetarianismo y veganismo, y realizar una aproximación teórica desde la Psicología Social a la relación de la clase media y media alta con la alimentación.

El análisis de la problemática planteada será hecho desde una perspectiva psicosocial que busca comprender la relación de la clase media y media alta con la alimentación y con determinadas prácticas como el desperdicio de alimentos, las dietas y los trastornos alimenticios. Desde la visión psicosocial los individuos son considerados como sujetos y la sociedad como una trama compleja y multidimensional en la que la alimentación se constituye como una representación social o dispositivo que determina (y es determinada por) la concepción y las prácticas de los grupos sociales en relación con la misma. De esta manera, los hábitos alimenticios son diferentes de acuerdo con el contexto específico y las condiciones concretas de existencia de los sujetos.

ANÁLISIS:

a) Metodología

Se realizó una encuesta a 110 personas que recogió información sobre sus hábitos alimenticios, vinculados al desperdicio de alimentos, los TCA o dietas y el vegetarianismo y veganismo, en relación con su clase social de pertenencia. La muestra seleccionada está constituida por 110 personas, mayores de 18 años, pertenecientes a la clase media y media alta, de sexo indistinto y habitantes de Córdoba, Argentina. La variable clave en la que se centra la investigación es el nivel socioeconómico de los sujetos encuestados. Variables como el sexo, la edad o la residencia no son el objetivo de análisis de la investigación por lo que fueron determinadas por motivos de alcance y accesibilidad. La encuesta estuvo constituida por 17 preguntas, de las cuales 3 fueron de respuesta libre, 12 de opción múltiple y 2 de casillas de verificación. Para las preguntas de respuesta libre, se clasificaron los resultados según categorías de análisis creadas posteriormente. Cada respuesta libre puede estar

incluida en más de una categoría, por lo que los porcentajes exceden, en su totalidad, el 100%.

En adición, se realizó una aproximación teórica desde la Psicología Social y se recurrió a estadísticas e investigaciones preexistentes que brindaron información sobre la forma en la que se relacionan las representaciones sociales de la clase media y media alta sobre la alimentación y el desperdicio de alimentos, las dietas y los trastornos alimenticios con el nivel socioeconómico.

b) Resultados

Del total de las respuestas, el 55,5% de los/as encuestados/as pertenece a la clase media y el 44,5% a la clase media alta.

En relación con el desperdicio de alimentos, el 38,2% de los/as encuestados/as a veces compra frutas o verduras que por su forma o color no son consideradas estéticas, el 22,7% casi nunca, el 18,2% casi siempre, el 11,8% nunca y el 9,1% siempre.

El 33,6% de los/as encuestados/as se fija a veces en la fecha de vencimiento de los productos antes de comprarlos, el 22,7% casi siempre, el 20% siempre, el 12,7% casi nunca y el 10,9% nunca.

El 35,5% casi siempre planifica las compras de alimentos antes de realizarlas, el 24,5% siempre, el 22,7% a veces, el 10% casi nunca y el 7,3% nunca.

El 35,5% realiza compras de alimentos en almacenes, supermercados, mercados, verdulerías, carnicerías, etc. una vez por semana, el 30,9% dos veces por semana, el 15,4% dos veces al mes, el 13,6% todos los días y el 4,5% una vez al mes.

El 24,5% casi siempre se lleva la comida que sobra cuando sale a comer, el 21,8% a veces, el 19,1% siempre, el 19,1% casi nunca y el 15,5% nunca.

El 95,5% guarda la comida que sobra luego de un almuerzo o cena para comerla luego, el 1,8% la tira, el 1,8% dependiendo de la comida lo tira o lo guarda y el 0,9% cocina justo.

El 47,3% a veces tira alimentos porque se ponen en mal estado, el 41,8% casi nunca, el 8,2% casi siempre, el 1,8% siempre y el 0,9% nunca.

El 41,8% sale a comer con amigos/as, familia, pareja, compañeros/as o solo/a una vez por semana, el 33,6% dos veces al mes, el 12,7% una vez al mes, el 9,1% dos veces por semana y el 1,8% casi nunca.

El 99,1% no es vegano/a y el 0,9% sí lo es.

El 70,9% no es vegetariano/a y el 29,1% sí lo es.

El 50,9% ha realizado una dieta en el pasado, el 26,4% nunca hizo ninguna dieta, el 20% no hace dieta actualmente y el 18,1% actualmente realiza una dieta.

En relación con los motivos, de las personas que realizan o realizaron una dieta el 59,4% es por salud, el 58,4% por motivos estéticos y el 15,6% por el ambiente.

El 59,1% considera que su relación con los alimentos se ve influenciada por motivos estéticos y el 40,9% no.

Para las preguntas de respuesta libre “¿Qué significa para vos la alimentación? ¿A qué prácticas sociales la asociás?” se dividieron las respuestas de los/as encuestados/as de acuerdo con categorías de análisis. De esta manera, el 46,4% asocia la alimentación y las prácticas alimenticias a la salud o a una perspectiva biologicista, el 60,9% las asocia a prácticas sociales de reunión y encuentro con otras personas, el 27,3% al placer o a la felicidad, el 10,9% a una práctica importante, el 5,4% a una dimensión emocional, el 3,6% a

la ansiedad, el 3,6% a una responsabilidad o deber, el 2,7% a privilegios y el 3,6% no sabe o no contesta.

Para la pregunta de respuesta libre “¿Cómo describirías tu relación con los alimentos?” se dividieron las respuestas de los/as encuestados/as de acuerdo con categorías de análisis. De esta manera, el 36,4% describe su relación con los alimentos como buena o positiva, el 15,4% como sana o saludable, el 13,6% como a veces buena y a veces mala, el 9% como una relación que está mejorando, el 7,3% como mala o tóxica, el 6,4% asociada a lo estético o a un TCA, el 5,4% asociada a la culpa, el 3,6% como complicada, el 3,6% como normal, el 3,6% como una responsabilidad, el 3,6% como inestable o emocional y el 6,4% no sabe o no contesta.

Finalmente, para las preguntas de respuesta libre “¿Considerás que tus hábitos alimenticios se relacionan con la clase social a la que pertenecés? ¿Por qué?” se dividieron las respuestas de los/as encuestados/as de acuerdo con categorías de análisis. De esta manera, el 79,1% dijo que sus hábitos alimenticios sí se relacionan con la clase social a la que pertenecen, el 17,3% dijo que no, el 0,9% un poco y el 2,7% no sabe o no contesta. Del 79,1% de personas que dijeron que sí, el 72,7% lo relacionó a la capacidad de acceso y elección de los productos, el 9% a la capacidad de acceso a la información, el 2,7% a los estereotipos de belleza, el 1,8% a los rituales y costumbres y el 1,8% solo dijo que sí.

c) Análisis de resultados

Los resultados de la encuesta permiten realizar un acercamiento a la incidencia del desperdicio de alimentos, el vegetarianismo y veganismo y los trastornos alimenticios o dietas en la clase media y media alta.

En relación con el desperdicio de alimentos, la incidencia de prácticas que tienden a favorecer o a evitar el desperdicio de alimentos es variada. Así, por ejemplo, la compra de frutas o verduras que no cumplen los estándares estéticos no es tan tenida en cuenta como la planificación de las compras, el control de las fechas de vencimientos y el guardado de sobras. A su vez, los resultados muestran una elevada frecuencia en la realización de compras de alimentos (el 66,4% lo hace por lo menos una vez por semana) y en las salidas a comer.

Sin embargo, a pesar de la considerable incidencia de prácticas que tienden a disminuir el desperdicio de alimentos, casi la mitad de los encuestados respondieron que a veces tiran alimentos porque se ponen en mal estado. Es decir, hay una incidencia, como mínimo, moderada del desperdicio de alimentos en la clase media y media alta. En contraposición, el 41,8% de los/as encuestados sostiene que casi nunca tira alimentos porque se ponen en mal estado, lo que demuestra un cierto grado de polarización en esta práctica.

La elevada frecuencia en la realización de compras de alimentos (el 66,4% lo hace por lo menos una vez por semana) y en las salidas a comer podrían asociarse a motivos de accesibilidad a los productos y a la posibilidad de ejercer la alimentación como práctica social ligada al placer y al encuentro con otros/as. Estas conclusiones se ven reforzadas por las respuestas a las preguntas sobre qué significado tiene la alimentación para los/as encuestados/as y si consideran que sus hábitos alimenticios están vinculados con su clase social. Con respecto a la primera pregunta, se evidencia una importante asociación de la alimentación a prácticas sociales de reunión y encuentro con otras personas y a situaciones emocionales como el placer, la ansiedad o el deber. A su vez, en un 40,9% de las respuestas se asocia la alimentación y las prácticas alimenticias a la salud o a una perspectiva

biologicista. Así, los tres ejes centrales a los que esta porción de la clase media y media alta asocia las prácticas alimenticias es al encuentro o reunión con otros/as, a lo emocional y a la salud.

Las respuestas a la pregunta sobre la asociación de los hábitos alimenticios con la clase social muestran que esta porción de la clase media y media alta es en su mayoría (79,1%) consciente del carácter de privilegio asociado a la alimentación, ya que plantean la accesibilidad a los productos y la capacidad de elección como factores clave en su relación con la comida. También se menciona en menor medida la accesibilidad al conocimiento y a la información como parte del privilegio de clase.

En relación con el veganismo y el vegetarianismo se observa una alta incidencia de estos hábitos alimenticios, sobre todo si los comparamos con los datos de una investigación de 2020 de la Unión Vegana Argentina que establece que en el país el 12% de la población es vegana o vegetariana. Los resultados de la encuesta de esta investigación muestran que el 30% de los/as encuestados/as es vegano/a o vegetariano/a, lo que es más del doble de lo que indica la investigación mencionada.

Con respecto a los trastornos alimenticios y a las dietas, se observa una alta influencia de las dietas en la muestra encuestada, con motivos relacionados principalmente a lo estético y a la salud. En este sentido, la mayoría de los/as encuestados/as (59,1%) respondieron que su relación con los alimentos efectivamente se ve influenciada por motivos estéticos. A su vez, en la pregunta sobre su relación con la alimentación, si bien un gran número de personas la describen como buena (36,4%) y/o saludable (15,4%), el 26,3% de las respuestas hacen referencia a algo negativo (tóxica, con culpa, influenciada por la estética o un TCA, complicada, inestable), a una relación ambivalente (7,3%) o a una responsabilidad (3,6%).

De esta manera, los resultados obtenidos nos permiten deducir una marcada influencia de las dietas y el vegetarianismo o veganismo y una influencia moderada del desperdicio de alimentos en la muestra representativa de la clase media y media alta.

d) Análisis de resultados desde investigaciones preexistentes en el marco de la Psicología Social

La alimentación, como práctica humana, es también, por defecto, una práctica social. Esto implica que es llevada a cabo por sujetos que habitan una trama psicosocial, que ocupan un determinado lugar en el campo y que, en consecuencia, ejercen la alimentación de manera distinta de acuerdo con su contexto psicosocial. Un factor fundamental para comprender los diferentes hábitos alimenticios es la dimensión económica, no sólo porque determina y condiciona la accesibilidad a los productos sino porque también influye profundamente en las condiciones de producción y de existencia de los sujetos y, por lo tanto, en la construcción de su subjetividad.

Desde la visión tripolar de la Psicología Social, la investigación toma como objeto al fenómeno por el cual las prácticas alimentarias de la clase social media y media alta se relacionan con el contexto de los sujetos, es decir, con el lugar que ocupan en la estructura social, con sus condiciones de existencia y con sus procesos de socialización. En este contexto, los sujetos pertenecientes a las clases media y media alta, a nivel social, se configuran como parte de un estrato social en el que la alimentación no se presenta como un problema de accesibilidad a los productos sino como un problema estético, de salud o ambiental. Estas prácticas de carácter social constituyen la relación de los sujetos con la alimentación, pero son al mismo tiempo los propios sujetos quienes reproducen y transmiten los valores y hábitos que el grupo

social asocia a la alimentación. De esta forma, los sujetos, como individuos, interiorizan las representaciones sociales, las costumbres, los valores y los hábitos que les son inducidos en su contexto particular de existencia de manera tal que la alimentación es asociada a determinadas concepciones y prácticas. Así, en las clases sociales media y media alta los sujetos interpretan e interiorizan las representaciones sociales de su vida cotidiana de manera tal que generan una percepción problemática de sus propios cuerpos que puede derivar en restricciones alimenticias de algún tipo (dietas o trastornos de la conducta alimentaria), practican hábitos contrahegemónicos de consumo (como el vegetarianismo o el veganismo), se ven más propensos al desperdicio de alimentos o asocian la alimentación al placer y no estrictamente a la supervivencia.

En este sentido, la clase media y media alta no concibe la alimentación únicamente como una práctica de supervivencia, porque los sujetos no se alimentan exclusivamente guiados por los nutrientes que necesita su cuerpo para sobrevivir y tampoco se ven enfrentados a la problemática de la accesibilidad de los productos, por lo que sus preocupaciones no derivan de su capacidad o incapacidad de acceso sino más bien a las repercusiones estéticas, ambientales y de salud de sus hábitos alimenticios. Esto último se evidencia en los resultados de la encuesta que muestran la elevada incidencia del factor estético en los/as encuestados/as (el 59,1% considera que su relación con los alimentos se ve influenciada por motivos estéticos), la concepción de la alimentación como práctica de reunión (60,9%), asociada al placer (27,3%) o a la salud (46,4%) y la elevada incidencia del veganismo y vegetarianismo (30%). Por lo tanto, la dimensión económica es fundamental en el análisis de las representaciones sociales asociadas a la alimentación porque el privilegio de clase, es decir, las condiciones concretas de existencia de los sujetos de clase media y media alta, hace que las preocupaciones o problemáticas asociadas a las prácticas alimenticias trasciendan la accesibilidad y accedan al terreno de lo estético, la salud o lo ambiental. En otras palabras, en Argentina el vegetarianismo, el veganismo, las dietas, la alimentación balanceada y el desperdicio de alimentos son prácticas que devienen, principalmente, de grupos sociales privilegiados que pueden permitirse elegir qué (no) comer, cuándo y de qué manera. La encuesta realizada en esta investigación evidencia que los resultados obtenidos nos permiten deducir una marcada influencia de las dietas y el vegetarianismo o veganismo y una influencia moderada del desperdicio de alimentos en la muestra representativa de la clase media y media alta.

La investigación también considera central recurrir a los antecedentes de otras investigaciones que permitan profundizar en el vínculo de las clases media y media alta con los hábitos estudiados y brindar mayor sustento al análisis realizado.

Así, por ejemplo, en un informe de 2014 del Comité de Seguridad Alimentaria Mundial de la FAO (La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura) se explica que en los países de ingresos medio-altos las causas sistémicas asociadas a la pérdida y el desperdicio de alimentos “están relacionadas con la falta de coordinación entre las distintas partes de la cadena de suministro y con el comportamiento de los consumidores, ya que estos pueden permitirse el “lujo” de desperdiciar alimentos, o los requisitos estéticos u otras normas que llevan a descartar alimentos. Gran parte de las pérdidas en la fase de la cosecha en los países industrializados puede atribuirse en parte a fases posteriores de la cadena alimentaria y al sistema de consumo” (p. 64).

A su vez, sostiene que “en los países de ingresos medios y altos la mayor parte de las PDA tienen lugar en la distribución y el consumo, mientras que en los países de ingresos bajos se

concentran en la producción y la fase postcosecha. Las PDA per cápita alcanzan un valor máximo de 280-300 kg anuales en Europa y América del Norte y ascienden a 120-170 kg anuales en el África subsahariana y Asia meridional y sudoriental” (p. 11).

De esta manera, lo que se plantea en este fragmento del informe asocia causalmente un nivel de ingresos medio o alto con el desperdicio de alimentos, porque la dimensión económica determina e influye en las prácticas (como el desperdicio o derroche) y percepciones (como las estéticas) de los sujetos sobre la alimentación.

En el informe se evidencia la influencia del contexto y de las prácticas asociadas al grupo social al que pertenecen los sujetos (consumidores): “Las PDA que ocurren en la fase del consumidor, en el ámbito de los hogares pero también en los servicios de restauración y otros servicios alimentarios, son particularmente importantes en los países desarrollados. Se deben principalmente a causas relacionadas con el comportamiento, como los hábitos de compra, preparación y consumo de alimentos, así como a la planificación del tiempo y la coordinación, y se ven influidas por técnicas de comercialización que animan a los consumidores a comprar más de lo necesario” (p. 13-14).

A su vez, el informe sostiene que “la estandarización de los productos, bajo la influencia de supermercados y grandes comerciantes (...) es una importante causa sistémica de PDA en los países desarrollados y, cada vez más, en los países de ingresos medios, ya que los productos que no cumplen las normas pueden rechazarse y descartarse en diversas partes de la cadena. Con mucha frecuencia, no se ofrece al consumidor la opción de comprar alimentos no estándar, ya sea en cuanto al tamaño, color o, incluso, grado de frescura” (p. 64). En este sentido, los grupos sociales de mayores ingresos pueden permitirse desechar comida por motivos estéticos para no enfrentar el problema de la accesibilidad a los productos.

Por otra parte, el informe también hace referencia a las representaciones sociales de los alimentos en la sociedad y su relación con la dimensión económica: “En la mayoría de las civilizaciones, una abundancia de alimentos es signo de riqueza, celebración, hospitalidad, buen cuidado de la familia. Cuando las condiciones respecto a los ingresos y el valor relativo de los alimentos permiten una abundancia de comida, existe el riesgo de desperdicio. Esta tendencia es especialmente acusada en determinadas circunstancias: vacaciones, locales donde por un precio fijo se puede comer a voluntad, banquetes, etc. En los países desarrollados, especialmente en el caso de las personas ricas y de clase media, el valor cada vez menor de los alimentos en relación con otros bienes y servicios conduce a una menor atención de las familias a la gestión de su cesta de alimentos” (p.64). De esta forma, al no constituirse el acceso a los alimentos como una preocupación, quienes poseen mayores ingresos se ven menos afectados por el desperdicio o pérdida de alimentos porque el hambre no es una problemática que los atraviese tan profundamente como a los sujetos de bajos recursos.

En relación con el vegetarianismo y el veganismo, un estudio sobre las barreras al vegetarianismo y veganismo en el ámbito doméstico sostiene que “en términos económicos, una investigación cuantitativa llevada a cabo en EEUU. por Glanz et al. (1998) descubrió que las personas con rentas más bajas consideraban el costo y la conveniencia más importantes que el sabor y la nutrición” (p. 187). El estudio igualmente plantea que “también está la cuestión de la asequibilidad. La investigación muestra que los individuos con bajos ingresos pueden ser contrarios a experimentar con nuevos alimentos- lo que supuestamente podría

incluir muchos productos vegetarianos o veganos- por el riesgo de malgastarlos si los miembros de la familia los encuentran poco apetitosos (p.188)".

Por su parte, una investigación que evalúa el perfil de las personas que adoptan un estilo de vida vegano en Cali, arroja datos que evidencian que, de un total de 102 veganos entrevistados, el 31,7% percibe un ingreso mensual de entre cuatro y cinco salarios mínimos, el 29,7% entre dos y tres salarios mínimos, el 18,8% entre tres y cuatro salarios mínimos, el 16,8% un salario mínimo y el 3% más de seis salarios mínimos. A su vez, el 63% de los encuestados expresaron que es costoso comprar productos veganos. Es decir, la investigación sugiere que la incidencia del veganismo es mayor en los sujetos que perciben ingresos mensuales entre cuatro y cinco veces mayores que el salario mínimo.

Por lo tanto, estas investigaciones sugieren una relación entre la dimensión económica y la adopción de estilos de vida veganos y vegetarianos, ya que se plantea la accesibilidad a los productos como un factor importante.

En tercera instancia, en relación con los trastornos de la conducta alimentaria y las dietas, los estudios sugieren perspectivas distintas, por lo que el análisis sobre su relación con las clases sociales no es concluyente. Algunas investigaciones sostienen una correlación causal entre un mayor nivel socioeconómico y la incidencia de los trastornos alimenticios y las dietas, mientras que otros estudios manifiestan que la incidencia de las dietas y los trastornos alimenticios no se relaciona, por lo menos en la actualidad, de manera tan excluyente con los estratos de mayor nivel socioeconómico.

Un análisis sociológico y psicológico que vincula una mayor incidencia de los trastornos de la conducta alimentaria en los estratos socioeconómicos de mayores ingresos es el del libro "Moral corporal, trastornos alimentarios y clase social" de Moreno Pestaña. En una reseña de Sonia Arribas, ella sostiene que el autor plantea que "el rechazo generalizado de la gordura tiene que ver con un desprecio hacia los hábitos populares. En otro lugar, afirma contundentemente que la anorexia es privilegio de adolescentes y estudiantes puesto que las personas que deben trabajar no pueden permitirse ser anoréxicas por la muerte social y subproletarización que su padecimiento conllevaría" (p. 462).

A su vez, Arribas hace una aproximación a las representaciones sociales sobre la corporalidad de la clase media-alta que Moreno Pestaña plantea: "¿Y las jóvenes de clase media-alta que desarrollan trastornos alimenticios? En las reconstrucciones biográficas que realiza Moreno Pestaña de estas mujeres no encuentra ninguna de las pautas corporales que caracterizan a las clases populares: aceptación de la transformación temporal del cuerpo, limitación de las dietas a determinados momentos de la vida, reivindicación de la comida como rasgo de integración colectiva y miedo a la pérdida de fuerza física. Para lidiar con el envejecimiento del cuerpo y con la degradación psíquica que tal envejecimiento entraña, las mujeres de clase media-alta recurren, según Moreno Pestaña, a la abundante oferta terapéutica del mercado".

En contraposición, el estudio "LAS DIETAS HIPOCALÓRICAS Y LA DELGADEZ ¿SON MÁS SALUDABLES?" sobre la correlación salud-delgadez que las mujeres porteñas tienen interiorizadas sostiene que "La prueba de 'Sesgos cognitivos delgadez/salud' reveló una marcada orientación hacia las representaciones que, según Aguirre (2005), caracterizan a la clase alta. Sin importar la pertenencia de clase, nadie estuvo en total desacuerdo con esas afirmaciones y más de la mitad de la muestra adhirió a ellas. Las representaciones de clase respecto del cuerpo y la comida están cambiando, ya que el discurso legítimo -'alimentos light', 'cuerpos delgados y sanos'- (Aguirre, 2005; Martín Criado y Moreno Pestaña, 2005) es

aceptado por la mayoría de las mujeres de la muestra". De esta manera, "Los datos mostraron una fuerte asociación entre delgadez y salud, sin importar las características sociodemográficas de las entrevistadas, ni su perfil psicológico. Además, la prueba 'Sesgos cognitivos delgadez/salud' sugiere algunos cambios respecto de las representaciones acerca del cuerpo y la comida si se toma como eje el panorama planteado por Aguirre (2005), ya que el ideal de la clase alta los 'alimentos light' son garantía de 'cuerpos delgados y sanos', es el que alcanza mayor aceptación a lo largo de toda la muestra".

En principio, un factor importante en el esparcimiento de los trastornos alimenticios viene dado por la globalización de los discursos hegemónicos sobre la belleza, como consecuencia de la tecnologización y la democratización del acceso a los medios y a estos discursos. Esto, junto con la incapacidad del Estado para responder a las desigualdades de acceso a los alimentos y a la información sobre alimentación saludable (capital cultural), responde a la era líquida en la que los sujetos viven actualmente y a la desinstitucionalización del proceso de construcción de subjetividad.

En este sentido, los medios y las redes sociales funcionan como dispositivos que orientan e influyen en las prácticas, concepciones y formas en las que los sujetos ven la alimentación y se relacionan con ella. De esta manera, los medios y redes sociales promueven los saberes hegemónicos sobre los estándares de belleza y construyen subjetividades (o habitus) que asocian los hábitos alimenticios a factores estéticos, como la delgadez.

A su vez, el sistema productivo y el Estado se configuran como dispositivos que producen hábitos funcionales a los saberes que los sostienen (la cultura del descarte), como el desperdicio de alimentos, pero que también producen prácticas disfuncionales a las representaciones sociales que instauran, como el vegetarianismo y el veganismo. En este sentido, el sistema productivo y el Estado, como dispositivos de gobierno, se sostienen en la sociedad actual capitalista, globalizada y tecnologizada que genera una cultura del descarte y del consumo en la que el desperdicio de alimentos y el consumo irresponsable son fenómenos naturales e inherentes al sistema, que también se rige por desigualdades socioeconómicas. Estos dispositivos y los saberes que los sostienen acentúan y naturalizan las desigualdades en el acceso a los recursos y ponen en coexistencia dos fenómenos contradictorios: el hambre y el desperdicio de alimentos. Por su parte, estos dispositivos también generan subjetividades que no son funcionales a los saberes que promueven y que se constituyen como movimientos antihegemónicos. El vegetarianismo y veganismo, enmarcados en un movimiento más amplio por la defensa del ambiente y de los animales, se configuran como críticas a los dispositivos hegemónicos y buscan desnaturalizar estas prácticas y saberes que forman parte de la vida cotidiana. Justamente, un rasgo esencial de los hábitos alimenticios analizados (y de los hábitos en general) es que suelen estar naturalizados porque forman parte de la vida cotidiana y porque estas representaciones se nos son inducidas no como una interpretación ideológica de la realidad, sino como la realidad misma. La crítica a la vida cotidiana, como ocurre con el movimiento vegano y vegetariano, surge como crítica a las prácticas y saberes hegemónicos naturalizados. Ahora bien, los resultados de la encuesta llevada a cabo muestran una elevada consciencia de la clase media y media alta encuestada sobre su situación de privilegio en el acceso a la información, a los productos y a la capacidad de elección en el terreno alimenticio, pero esta consciencia no significa, en sí misma, que los encuestados/as se cuestionen su situación de privilegio. Es decir, ser consciente de su situación de privilegio socioeconómico no significa cuestionarla o hacer algo al respecto.

En ello, cobran una gran importancia los procesos de socialización, porque es a través de ellos que cada grupo social induce en los sujetos en formación las representaciones sociales, las ideologías y las prácticas que asocia a la alimentación. Los sujetos establecen su relación con los alimentos a partir de su socialización, tanto primaria como secundaria. Mediante la socialización primaria los sujetos incorporan las prácticas, rituales, valores y saberes que su contexto y agentes socializadores asocian a la alimentación. Por lo tanto, la forma en la que la familia compra alimentos, gestiona las sobras o concibe los desperdicios son inducidas como prácticas naturales para el sujeto. A su vez, la forma en la que los agentes socializadores perciben su cuerpo y cómo se relacionan con la comida también es influyente al momento de la constitución de la personalidad de los sujetos, que pueden identificarse con esas concepciones y adoptarlas. Eso es algo importante a tener en cuenta en relación con los trastornos alimenticios y las dietas: la forma en la que los agentes socializadores se vinculan con los alimentos funciona como marco de referencia para los sujetos emergentes. Durante la socialización secundaria ingresa como dispositivo de subjetivación la escuela. La educación, además del aspecto socioeconómico, es un factor clave al momento de poder elegir qué hábitos alimenticios adoptar y cuáles no. Las instituciones educativas son las que pueden, o no, aumentar el capital cultural de los sujetos y brindarles herramientas para cuestionar los hábitos naturalizados y para decidir (dentro de sus posibilidades socioeconómicas) qué prácticas ejercer. En el caso de las clases medias y medias altas, a la ventaja en capital económico se le suma la ventaja en capital cultural, ya que los sujetos de mayor ingreso no solo cuentan con el privilegio de la accesibilidad a los productos sino también con el de la accesibilidad a la información sobre qué es una dieta balanceada y cómo implementarla. Si bien la presente investigación toma como eje la dimensión económica, la dimensión educacional podría ser una arista interesante por explorar en siguientes investigaciones.

El veganismo y el vegetarianismo, como parte de un movimiento cultural antihegemónico emergente, implican la desnaturalización de determinados hábitos (consumo de carne o de productos derivados de animales) inducidos como naturales en los procesos de socialización.

De esta manera, el movimiento antiespecista se configura como un dispositivo creador de subjetividades distintas a las constituidas bajo el gobierno de los dispositivos hegemónicos.

Ahora bien, si bien el vegetarianismo y el veganismo podrían no vincularse aparentemente con el desperdicio de alimentos y los trastornos alimenticios por su carácter de oposición a las significaciones culturales/representaciones sociales hegemónicas, todas las prácticas mencionadas tienen en común la condición de privilegio implicada para su ejercicio. Poder elegir no comer algo (ya sea para desecharlo o por motivos éticos o estéticos) evidencia un cierto grado de privilegio en el acceso a los recursos y conocimientos.

Como se menciona anteriormente, el privilegio de la clase media y media alta viene dado por la posición de poder y ventaja que ocupan los sujetos pertenecientes a estos grupos en el campo. Los sujetos pertenecientes a estas clases sociales gozan de un mayor capital económico y cultural que los de estratos de menores ingresos. La situación de privilegio es, entonces, una situación de ventaja y poder económico y simbólico en el campo.

CONCLUSIÓN:

Los resultados de la encuesta llevada a cabo permitieron realizar un acercamiento a la concepción y a las prácticas de los/as encuestados/as sobre sus hábitos alimenticios

vinculados al desperdicio de alimentos, los TCA o dietas y el vegetarianismo y veganismo en el marco de su clase social de pertenencia (media y media alta). De esta manera, los resultados obtenidos permiten deducir una marcada influencia de las dietas y el vegetarianismo o veganismo y una influencia moderada del desperdicio de alimentos en la muestra representativa de la clase media y media alta.

Estos resultados fueron analizados a la luz de los antecedentes de investigaciones preexistentes que sugieren una marcada relación entre un mayor nivel socioeconómico y una mayor prevalencia del desperdicio de alimentos y del veganismo y vegetarianismo, y otras investigaciones que sugieren que no es posible aseverar contundentemente un vínculo directamente proporcional entre nivel de ingresos y prevalencia de los trastornos alimenticios o dietas.

Desde la perspectiva psicosocial, los resultados obtenidos demuestran el carácter subjetivo e intersubjetivo de la alimentación, como práctica ligada a representaciones sociales, valores, hábitos e ideologías variables según el contexto socio histórico, cultural y económico en el que habitan los sujetos. De esta manera, las condiciones concretas de existencia y los procesos de socialización de los sujetos marcan su vínculo con la alimentación y las prácticas y significados ligados a ella. A su vez, se logran enmarcar los hábitos analizados en la sociedad líquida actual, globalizada y tecnologizada, y en el proceso de desinstitucionalización de la construcción de las subjetividades posmodernas. Asimismo, los hábitos investigados son analizados como funcionales, en el caso del desperdicio de alimentos y los TCA o dietas, o disfuncionales, en el caso del veganismo y vegetarianismo, a los dispositivos hegemónicos, como el Estado y el sistema productivo capitalista. Finalmente, se logra una vinculación teórica entre la clase social media y media alta y los hábitos mencionados que sugiere que la relación directamente proporcional entre niveles de ingreso y prevalencia de los hábitos estudiados deriva de la posición de ventaja en el campo que ocupan los sujetos de mayor poder adquisitivo y que les otorga mayor capital económico y cultural.

Las limitaciones de la investigación se derivan del hecho de que la metodología solo permite hacer una comparación teórica de los hábitos de las clases media y media alta, y media y media baja. La encuesta evalúa exclusivamente los hábitos de la clase media y media alta sin incluir información sobre los hábitos de las clases media baja y baja, por lo que no es posible hacer una comparación de resultados entre las cuatro clases sociales. Los resultados permiten realizar un acercamiento a qué pasa en la clase media y media alta, pero no qué pasa con ellas en comparación con las clases media baja y baja.

En adición, otros aspectos a tener en cuenta para futuras investigaciones se relacionan con la profundización en el análisis de la influencia del factor educativo y cultural en los hábitos estudiados.

Hábitos como el desperdicio de alimentos y los trastornos alimenticios o dietas se configuran como problemáticas sistémicas. Por ello, consideramos de suma importancia la generación de políticas e iniciativas que busquen erradicar estas prácticas desde una perspectiva psicosocial, como abordaje integrador, complejo y profundo. La concientización debería estar atravesada por las condiciones concretas de existencia de los sujetos y las representaciones sociales existentes. La salida es colectiva y de raíz.

BIBLIOGRAFÍA:

- Asher, K., Cherry, E. (2016). Hogar es donde está la comida: Barreras al vegetarianismo y veganismo en el ámbito doméstico. Revista Latinoamericana de Estudios Críticos Animales. Recuperado de: <https://revistaleca.org/index.php/leca/article/view/212/207>
- Nuñez Llano, L., Romero Arroyo, J. (2019). Factores determinantes en la adopción del veganismo en la población de Cali-Colombia. Universidad Autónoma de Occidente. Recuperado de: <https://red.uao.edu.co/flip/index.jsp?pdf=/bitstream/handle/10614/12262/T09072.pdf?sequence=5&isAllowed=y>
- Bazán, C. y Ferrari, E. (2009). Las dietas hipocalóricas y la delgadez ¿son más saludables?. Universidad de Buenos Aires. Recuperado de: <https://www.aacademica.org/000-020/214.pdf?view>
- Pinstrup-Andersen, P et al. (2014). Las pérdidas y el desperdicio de alimentos en el contexto de sistemas alimentarios sostenibles. Un informe del Grupo de alto nivel de expertos en seguridad alimentaria y nutrición. Comité de Seguridad Alimentaria Mundial. Recuperado de: <https://www.fao.org/3/i3901s/i3901s.pdf>
- Arribas, S. (2010). José Luis MORENO PESTAÑA Moral corporal, trastornos alimentarios y clase social. Centro de Investigaciones Sociológicas, Madrid, 2010