

Educación de la salud y de las emociones

La diversidad alimentaria



La comida es mucho más que una mera actividad biológica, es un **fenómeno social, cultural y religioso**. Los hábitos alimentarios constituyen una parte integrada de la totalidad cultural. Lo que un pueblo come y la manera de prepararlo tiene que ver, primero, con la disponibilidad de alimentos que tiene y, después, con sus necesidades alimentarias determinadas a su vez por el clima, la tecnología y los objetos que disponga.

Actualmente, muchos antropólogos consideran que el descubrimiento de la cocina hace unos cien mil años fue tan importante como el de la palabra y el del fuego, pues todos ellos posibilitaron que el ser humano se diferenciara de los otros animales, ya que preparó su propio alimento, dejó de consumir sólo los alimentos crudos que le ofrecía la naturaleza y consiguió hacer comestibles productos que quizás antes no lo eran.

En cada país, la comida se **adapta al hábitat**, y lo que ese pueblo come, cuándo lo come y la manera en que lo prepara expresa su modo de entender el mundo, la vida y lo sobrenatural. Así, por ejemplo, si para europeos y norteamericanos es algo exquisito comer ostras vivas o cocinar el estómago y otras vísceras de animales, en Centroamérica el gusto por la carne de la iguana –guisada o ahumada– hace que éstas hayan comenzado a criarse en granjas, como los conejos.

La manera de alimentarse es también, en todas las sociedades, una expresión con la que reafirmar el **prestigio social**, el **estatus** y el **poder**: la comida de los «señores» y la de los «siervos» en la época del feudalismo no se parecían en nada, y poco

se parece lo que come un millonario hoy en día con lo que comen la mayoría de las familias en el mundo. Otras funciones importantes de la comida, como canalizar la sociabilidad y la amistad, celebrar un acontecimiento, acompañar una fiesta... son también expresión de una manera de ser o de vivir determinadas.

Pero los diferentes pueblos del mundo también han intercambiado su cultura gastronómica y sus productos. Un numeroso grupo de cultivos que hoy consideramos básicos en nuestra alimentación procede del exterior de la península Ibérica. La patata, el tomate, el algodón, la caña de azúcar y el maíz, entre otros, llegaron al continente americano y se adaptaron a los suelos europeos hasta llegar a ser consumidos masivamente.

Durante los siglos XVII y XVIII la moda del café y el chocolate multiplicó la demanda de azúcar en Europa. Para que el negocio diera beneficios, era preciso que el duro trabajo que exigía el cultivo de la caña fuera gratuito. Cuando el trabajo no pagado de los indígenas fue declarado ilegal, los encomenderos y administradores de las colonias impulsaron lo que luego sería el próspero comercio de esclavos africanos.

Hoy el Tercer Mundo vende al Primero materias primas baratas y tiene que comprar productos manufacturados y tecnología mucho más cara; de esta manera empujamos a estos pueblos hacia un endeudamiento crónico y creciente.



actividades

16 Lee el siguiente texto y contesta las preguntas.

La *junk food*, el tipo de comida característica de muchos jóvenes, está muy unida a la experiencia social que incluye música, ruido y compañía en los locales que más les gustan. Prefieren consumir hamburguesas, pizzas, patatas fritas y bebidas edulcoradas, sin dar importancia a su bajo valor nutritivo. Es también una manera de diferenciarse del modo de comer de los adultos, y de afirmar que se pertenece a un grupo especial.



- ¿Qué es la *junk food*?
- ¿Por qué puede ser criticable?
- ¿Qué motivos culturales comporta su consumo?

17 Recordemos algunos productos típicos españoles y su procedencia. Relaciona cada peculiaridad con su descripción y la zona de la Península correspondiente.

- Arrope
- Bizcochos borrachos
- Crema catalana
- Gazpacho
- Pastilla de café con leche
- Sobaos pasiegos
- Marmitako
- Yemas de Santa Teresa

- Cataluña
- Guadalajara
- Castilla-La Mancha
- Cantabria
- La Rioja
- Ávila
- País Vasco
- Andalucía

- Mosto cocido que toma consistencia de jarabe y en el cual se echan trozos de frutas.
- Sopa fría compuesta por tomates, cebollas, pepinos, ajos y pan.
- Natillas espesas tostadas por encima con una plancha de hierro caliente.
- Masa de harina empanada en almíbar y vino generoso.
- Dulce de yema de huevo con azúcar.
- Guiso compuesto de bonito, patatas, tomates, pimientos y cebollas.
- Dulce de café.
- Bollo al cual se agrega aceite o manteca.

actividades

18

El chocolate es uno de nuestros manjares más exquisitos. Veamos algo de su historia.

chocolate

¿Qué comida te pide el cuerpo? La respuesta muy probablemente será: «chocolate». Comenzaron a consumirlo los indios de América Central y del Sur. Los aztecas lo llamaban *xocolatl*; lo tenían por un don del dios de la sabiduría y del conocimiento y servía como bebida en la corte, pues el poder que confería sólo podía ponerse en manos de gobernantes y soldados. Los toltecas honraban la bebida divina con rituales en los que sacrificaban perros de color chocolate. A las víctimas de sacrificios humanos de Itzá les solían dar una taza de chocolate para santificar su tránsito. Lo que encontró Hernán Cortés alrededor de Moctezuma fue una sociedad de adoradores del chocolate que solían condimentar la bebida con pimienta, pimientos, vainilla o especias y servirlo hirviendo y espeso como la miel en tazas de oro. En la corte de Moctezuma se bebían dos mil tazas de chocolate al día, y al emperador le gustaba disfrutar de un helado de chocolate que se hacía hirviendo la bebida sobre la nieve traída de las montañas por correos que iban a pie.

Impresionado por la opulencia y los poderes restauradores del chocolate, Cortés lo introdujo en España en el siglo XVI. No tardó en causar sobre los europeos el efecto de una droga. Carlos V decidió mezclarlo con azúcar, y los que podían permitírselo lo bebían espeso y frío; también ellos le agregaban ocasionalmente naranja, vainilla o diversas especias.

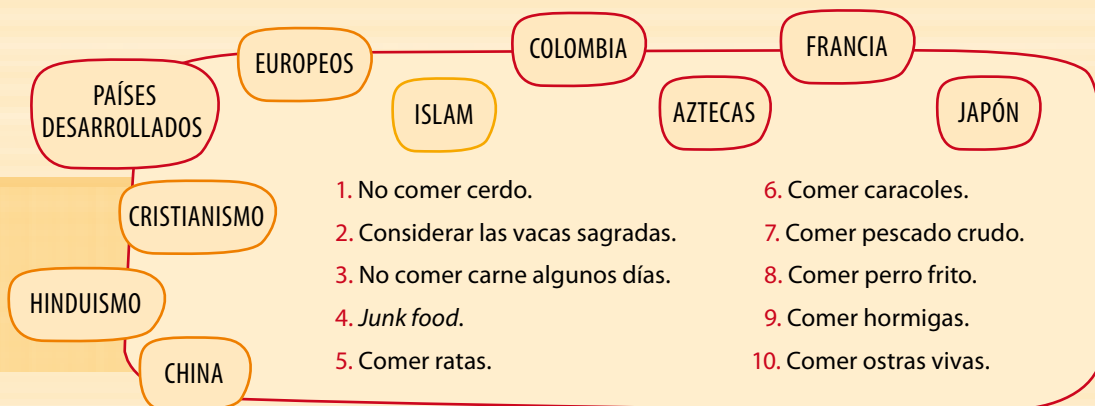
Diane ACKERMAM, *Una historia natural de los sentidos*



- a) Contesta las preguntas.
- ¿Dónde consideraban sagrado el chocolate?
 - ¿Qué otras costumbres gastronómicas tenía esta misma cultura?
 - ¿Cómo condimentaban el chocolate?
 - ¿Quién introdujo el chocolate en Europa? ¿Cuándo?
 - ¿Quién empezó a mezclar el chocolate con azúcar?
- b) Nombra diez productos que se condimenten con chocolate.

19

Relaciona los siguientes elementos. En el Solucionario encontrarás la respuesta.



Autoevaluación

1	Hoy el concepto de raza no tiene ninguna base científica.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Los seres humanos, vengamos de donde vengamos, somos más iguales que diferentes.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Si analizamos el genoma de cinco personas de razas distintas, no podemos determinar la etnia de cada uno de ellos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	El neorracismo justifica la discriminación a partir de la cultura.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	A partir del siglo XVI los europeos acometieron la empresa de colonizar el mundo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	La historia de las migraciones es reciente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	A finales del siglo XX los refugiados pasaron a ocupar un lugar importante en los movimientos migratorios.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	La UNESCO proclama que la diversidad actual reside en la originalidad y pluralidad de las identidades que caracterizan las sociedades humanas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	La causa de la mayoría de migraciones es económica.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	La colonización europea de África duró cinco siglos y es una de las causas más destacadas de su subdesarrollo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	La palabra <i>xenofobia</i> significa «amor a los extranjeros».	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	La tolerancia es el respeto que una persona tiene por las prácticas de otra o por un grupo que le son ajenos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	Los emigrantes no tienen reconocidos todos sus derechos fundamentales por la constitución.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	Aún hoy se contabilizan más emigrantes fuera del estado español que inmigrantes extranjeros dentro.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	La biodiversidad no es necesaria para los seres vivos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	La comida es una actividad biológica, social y cultural.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17	En cada país, la comida se adapta al hábitat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18	La patata, el tomate, el algodón, la caña de azúcar, el maíz y la vid llegaron del continente americano.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19	Los jóvenes se diferencian a través de la comida de los adultos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20	Los alimentos también «emigran».	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Seguimos trabajando



[lectura]

La aventura de Saïd

[J. LORMAN, Ediciones SM, Madrid, 1996] Saïd, un joven marroquí, deslumbrado por su amigo al cual parece que las cosas le han ido muy bien desde que emigró a España, decide abandonar su casa para huir de la miseria de su país. En su aventura conocerá la tragedia de ser el único superviviente de una patera, la angustia de ser un ilegal perseguido, la dureza de algunos trabajos, la añoranza de su país, de sus costumbres, de su futura esposa, la xenofobia de algunas personas y, antes de ser repatriado, conocerá algunos grupos de ayuda a los inmigrantes que serán un gran soporte para él. También conocerá y se sentirá atraído por Ana, aunque sabe que los separa una gran barrera cultural.

- [a] ¿Por qué Saïd abandona su casa?
- [b] ¿Con qué problemas se encuentra para cruzar la frontera?
- [c] ¿Qué clase de mafias controlan a los emigrantes?
- [d] ¿En qué trabaja y qué problemas tiene?
- [e] ¿Quién le ayudará? ¿Por qué?
- [f] Pon tres ejemplos de xenofobia.
- [g] ¿Qué separa a Saïd y a Ana? ¿Es una barrera cultural insalvable?



[webs]



- www.unhcr.ch
- www.pangea.org
- www.sosracismo.org
- www.es.amnesty.org

- [a] Destaca tres similitudes y tres diferencias entre estas páginas.
- [b] Dibuja un mapa real de la situación actual de los refugiados en el mundo
- [c] Dibuja un mapa real de la situación actual de los inmigrantes en el mundo.
- [d] Después de consultar esas páginas, explica brevemente cuáles son los derechos que menos se tienen en cuenta en el caso de los inmigrantes.
- [e] Destaca el nombre de una organización que defienda los derechos de los inmigrantes y explica su última campaña.
- [f] Busca en estas páginas el relato personal y real de alguien que haya tenido que emigrar.

Illegal

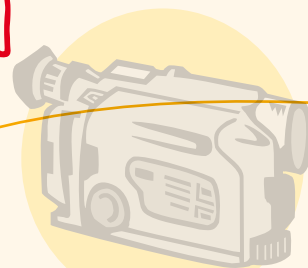


Luis es un reportero que realiza un reportaje sobre la inmigración ilegal en Marruecos. Un malentendido hace que, sin saberlo, robe una cinta destinada a un reportero de la competencia, Durán, quien para obtener esa cinta tuvo que pedir mucho dinero a la emisora de televisión para la que trabaja. Gracias a la cinta, Luis logra grabar ilegalmente las imágenes que andaba buscando.

Illegal es una película que, además de ser una historia de amor, denuncia el drama que esconde la inmigración y la proliferación de redes clandestinas y criminales de tráfico de inmigrantes.

>> País: España. Año: 2002. Director: José Ignacio Villar Díaz. Intérpretes: Chisco Amado, Lucía Jiménez, Chete Lera, Vicenta N'Dongo, Josito Porto. Duración: 145 minutos.

[película]



- [a] ¿Por qué emigran los personajes de la película? ¿Qué problemas se encuentran?
- [b] ¿Cómo son tratados por las mafias?
- [c] ¿Qué problema ético se le plantea al reportero? ¿Cómo lo soluciona?
- [d] ¿Qué ayudas reciben los emigrantes en su viaje?
- [e] ¿Cómo tratan los medios de comunicación el tema de la emigración?
- [f] Señala aspectos tanto destacables como criticables de la película.

[canción]



- [a] ¿Cuál es el tema de esta canción?
- [b] Señala los adjetivos que califican al protagonista. ¿A qué se refieren?
- [c] ¿Qué forma de vida tiene el personaje?
- [d] ¿Por qué se ve obligado a burlar la ley?
- [e] Escribe unas pocas líneas narrando la historia del personaje en esta canción.

Clandestino

[Manu Chao] Solo voy con mi pena,/ sola va mi condena,/ correr es mi destino/ para burlar la ley,/ perdido en el corazón/ de la grande Babylon./ Me dicen el clandestino/ por no llevar papel./ Pa'una ciudad del norte/ yo me fui a trabajar,/mi vida la dejé/entre Ceuta y Gibraltar./ Soy una raya en el mar,/ fantasma en la ciudad./ Mi vida va prohibida,/dice la autoridad./ (estribillo)/ Yo soy la quiebra de la ley,/ mano negra clandestina,/peruano clandestino,/ marihuana ilegal./ (estribillo)