

ENTRE NECESSITAT I EXCESSOS

UNA PERSPECTIVA SOCIOANTROPOLÒGICA DE L'ALIMENTACIÓ

Albert Moncusí Ferré

NECESSITY AND EXCESS. A SOCIO-ANTHROPOLOGICAL PERSPECTIVE OF NUTRITION.

HERE THE AUTHOR CONCEIVES THE CONSUMPTION OF FOOD FROM THE SOCIO-ANTHROPOLOGICAL VIEWPOINT; I.E. THE POTENTIAL DESTRUCTION OF FOODSTUFFS THROUGH THEIR MORE OR LESS PROLONGED USE, AND ALWAYS WITH A SOCIO-CULTURAL PURPOSE. IN LATE MODERNITY, AND PARTICULARLY IN THE SO-CALLED FIRST WORLD, EATING HABITS (LIKE CONSUMPTION IN GENERAL) HAS BECOME A WAY TO LOOK FOR SAFETY, WELL-BEING, FREEDOM AND IDENTITY. THIS CONSUMPTION IS ALSO OBJECT OF SOCIAL CONTROL BY PEER GROUPS, FAMILY, ADMINISTRATIONS, PRIVATE COMPANIES, MEDICAL STAFF AND THE MEDIA. MOREOVER, EATING CAN BE A SOURCE OF SATISFACTION, DISSATISFACTION AND SOCIAL CONDEMNATION. THIS IS CLEARLY ILLUSTRATED BY OVER-EATING (IN PARTICULAR OBESITY) COMMONLY UNDERSTOOD IN THE CONTEXT OF EXCESSIVE EATING AND/OR LIFE STYLES. THEN, THERE IS THE OTHER SIDE OF THE COIN CONCERNING HUMAN NUTRITION, WHERE ONE CAN FIND AN IMPORTANT LACK OF FOOD, NOT ONLY, BUT PARTICULARLY IN SOCIETIES OCCUPYING THE OUTER PERIMETER OF THE WORLD ECONOMY.

L'alimentació contribueix a satisfer les necessitats energètiques i de manteniment de l'organisme humà, a través dels nutrients. Aquesta funció es diferencia d'altres que es basen en la manera com els humans conceptuem què, com, amb qui, on, quant i quan mengem. Per a entendre l'alimentació humana –i els seus dos extrems, fam i obesitat– és necessari un enfocament que no partesc estrictament de l'ésser humà a escala biològica ni de les propietats nutritives dels aliments, sinó també de qualitats d'ordre social i material que passen per la selecció cultural de recursos, tècniques i categories d'individus. Aquesta és justament la nostra proposta.

CAP A UNA VISIÓ SOCIOANTROPOLÒGICA DE L'OBESITAT

L'Enquesta Nacional de Salut de 2001 mostra que, a Espanya, el 13,65% de la població més gran de vint anys patia obesitat. El 1997, era el 13% i el 1993, el

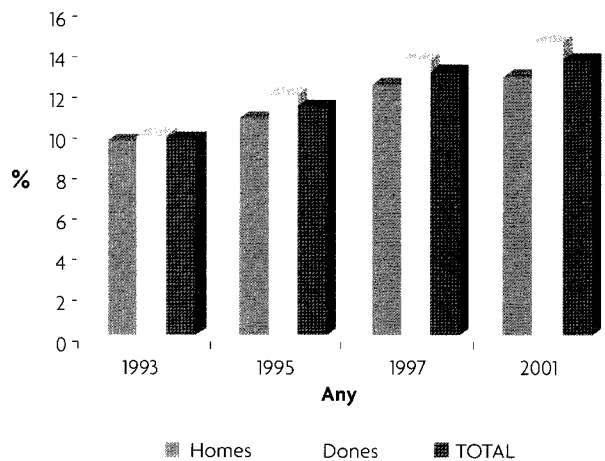
**«EN LES SOCIETATS MODERNES
ÉS CARACTERÍSTICA
LA CAPACITAT DE DISPOSAR,
DE MANERA ESTABLE,
D'ALIMENTS ABUNDANTS
AMB UN MALBARATAMENT
RELATIVAMENT ESCÀS
D'ENERGIA HUMANA»**

9,4%. Això revela un ascens progressiu del nombre de persones obeses. Un estudi elaborat l'any 2004 pel Col·lectiu Ioé ofería dades en aquesta línia, encara que indicava una estabilització de la xifra el 2003. Per a les autoritats sanitàries aquestes xifres caracteritzen un problema de salut que urgeix resoldre i prevenir. Però, quines poden ser les seues causes?

Un excés acusat de massa corporal pot donar-se en subjectes amb tendència genètica del seu metabolisme a desenvolupar-lo. Però aquesta tendència pot actuar de manera més o menys acusada o fins i tot pot arribar o no a declarar-se segons certs factors socioculturals. Dos d'ells solen ser reconeguts públicament com a causes d'obesitat: el sedentarisme i els mals hàbits alimentaris. El tercer factor el trobem en la interacció i relació de la persona definida com a obesa (o propensa a ser-ho) amb altres agents.

En les societats modernes és característica la capacitat de disposar, de manera estable, d'abundants aliments amb un malbaratament relativament escàs d'e-





Població obesa a Espanya. Les estadístiques mostren un augment progressiu de l'obesitat als països desenvolupats. És el cas d'Espanya, com es pot observar en el gràfic, on aquest augment de les taxes d'obesitat ha tingut més incidència en les dones.

Font: INE.

nergia humana. Els processos de mecanització, la implantació de les noves tecnologies i el desenvolupament dels mitjans de transport han contribuït decisivament a aquesta situació. El sedentarisme se suma a un gran consum de proteïnes d'origen animal i sucres simples i a l'escassa ingesta de fibra i hidrats de carboni complexos per a produir sobrepès i, en última instància, obesitat. Els humans tenim predisposició innata als sabors dolços i a aquells aliments que produeixen major sensació de sacietat i això explica la nostra especial valoració de carns i sucres (Harris, 1989; Contreras, 2002). Als països de l'anomenat Tercer Món, com major és el nivell de renda major és el consum de carns. A Jamaica, per exemple, el 25% més pobre de població obté la major part de proteïnes de la farina de blat, mentre que el 25% més ric l'obté del pollastre i del vacum. Als països de l'anomenat Primer Món, el consum de carns grasses i sucres s'ha estès a tota l'escala social amb la popularització dels establiments de *fast food*, que responen, a més, a les expectatives de consumidors per als qui l'hedonisme s'ha convertit en valor essencial i font bàsica d'identitat. En el terreny de l'alimentació, això es reflecteix en la recerca del gaudi i de la gratificació fugaç i immediata. Però al mateix temps, aquests subjectes tracten de construir una imatge gratificant de si mateixos seguint un ideal estètic. Al sedentarisme i al consum de greixos i sucres cal sumar, llavors, la imatge que aquests mateixos subjectes consumidors tenen dels greixos i de la grassor.

En les societats modernes s'ha desenvolupat certa consciència nutricional, de manera que hi ha una mínima noció d'una relació entre alimentació i salut.



© Miguel Lorenzo

L'ideal estètic de primesa del Primer Món resulta contradictori amb la popularització del sedentarisme i el consum de greixos i sucre que està provocant l'augment de l'obesitat.





© Miguel Lorenzo

S'ha establert una certa condemna moral de les persones «grasses», socialment vistes com a agradables i gracioses, però també com a ximples, brutes i avares.

A començament del segle XIX, entre metges i companyies d'assegurances, va començar a proliferar l'ús d'estàndards de pes com a indicador de salut i es va començar a considerar el sobrepès un factor de risc. La publicitat ha acabat afegint-se a aquesta tendència. El màrqueting alimentari aspira a presentar els productes com a solució a qualsevol necessitat i/o desig, siga de salut o estètica, entre altres. Particularment primesa, joventut i exercici físic han esdevingut qualitats admirables i saludables, mentre que calories i greixos han estat definits com a enemic públic. Encara que els greixos s'associen al sabor dels aliments, són condemnats socialment (en particular els saturats).

Grups d'iguals, família, administracions, empreses privades, estament mèdic i mitjans de comunicació socialitzen el subjecte en el consum i també en aquesta imatge dels greixos i de les persones «grasses». Tots aquests actors poden contribuir a definir l'obesitat com a problema i al mateix temps aguditzar-ne les conseqüències. D'un costat, estableixen certa condemna moral de la grassor, que caracteritzen com a desviació social. D'altra banda, els especialistes mèdics acaben col·laborant de manera contundent en

**«LA PUBLICITAT USA UN
DISCURS MEDICONUTRIONAL.
SANCIONA AMB TERMINOLOGIA
NUTRICIONAL I FIGURES
FACULTATIVES EL CONSUM
DE CERTS ALIMENTS»**

una condemna ja no dels greixos, sinó de la grassor, quan indiquen que el pes pot ser símptoma de riscs per a la salut. El procés de medicalització de les societats modernes (aquell que ha erigit el discurs mèdic en un dels que gaudeixen de major legitimitat social) fa que es puguin legitimar científicament les dietes i règims de pèrdua de pes i fins i tot el consum de certs productes com a independent de riscs reals (Poulain, 2002). Així, la publicitat fa servir un discurs mediconutricional que sanciona amb terminologia nutricional i figures facultatives el consum de certs aliments. És el cas, per exemple, de la nova generació de productes làctics amb propietats que s'equiparen a les d'un medicament.

Socialment la persona «grassa» sol ser definida en les societats modernes com a bondadosa, contenta, agradable i graciosos, però a vegades també com a ximple, bruta i avara. Podem trobar nombrosos exemples cinematogràfics o televisius contemporanis que il·lustren alguns d'aquests valors en les caracteritzacions del que podríem considerar contraherois, en uns casos, o vilans, en altres. És el cas d'Oliver Hardy,

Rousanne Barr o alguns personatges que actrius i actors com Robert de Niro, Charlize Theron o René Zellweger han interpretat després d'haver d'engreixar-se. Paradoxalment aquests papers contrasten amb uns intèrprets a l'èxit dels quals contribueix el mèrit reconegut d'haver hagut de fer-se grassos per a després tornar a amagrir-se i quedar com eren, amb cossos signe de *glamour*.

I és que en les societats modernes les formes esveltes i primes són el model ideal. Quan algú és definit de «gras», pot fins i tot identificar-se amb el paper social que se li atribueix, per exemple, comportant-se com el graciós del grup d'iguals. Però la imatge de l'obesitat pot arribar a dificultar la mobilitat social i laboral.

Menjar pot ser font de plaer sensitiu i seguretat. Probablement per això és una possible resposta a situacions d'ansietat. En el cas de les persones obesas o amb sobrepès, potser mengen compulsivament per tractar de recuperar l'autoestima, amb la conseqüència paradoxal de contribuir a l'augment de massa corporal i, amb això, a la pròpia discriminació com a persona «grassa».

Però la definició de l'obesitat i el sobrepès com un problema no és universal. En les societats tribals, dedicades a una economia de subsistència, es desen-



volupava una gran activitat física i s'alternaven períodes de suficient consum amb altres d'escassetat. Una cosa semblat ha succeït en les societats occidentals premodernes. No és estrany que en aquells contextos la robustesa i fins i tot cert nivell d'obesitat foren percebudes com una qualitat positiva i fins i tot admirable. Entre els banyankole de l'Àfrica de l'est, per exemple, quan una xicota es comença a preparar per al matrimoni, ha de quedar-se a casa i beure grans quantitats de llet cada dia, fins a engreixar tant que camina com un ànec. Així s'intenta que aconseguisca una imatge bella, d'acord amb els estàndards corporals del grup. Un altre cas són els jaina digambara del nord de l'Índia. Les nores d'aquest grup han de ser engreixades per les seues sogres com a mostra de tracte afectuós i, al mateix temps, de l'opulència de la família. Sembla que algunes poblacions tribals fins i tot han desenvolupat una predisposició genètica a l'emmagatzemament de calories en teixits grassos. En un context d'escassetat potencial d'energia, el valor energètic d'aquestes seria especialment útil.

D'altra banda, quan s'ha patit fam o es viu en una societat en què és més possible patir-la, el sobrepès té més valor. Així, en països del Tercer Món hi ha major índex d'obesos entre les classes altes que en les societats del Primer Món, que més aviat valoren la magror i l'esveltesa. Així mateix, en l'Edat Mitjana, entre l'aristocràcia la grossària aparenyava riquesa. A Espanya, per exemple, l'obesitat és major en les generacions que van experimentar les mancances alimentàries de la postguerra que en els seus descendents, que han anat mostrant pautes més pròpies d'altres països del món desenvolupat.

L'ALTRA CARA DE LA MONEDA: LES MANCANCES ALIMENTÀRIES

En un món on es produeix prou per a tothom, gran part dels seus habitants consumeixen molt menys del que és necessari, fins i tot des d'un punt de vista biològic. Les ciències socials han sospesat diverses teories per a plantejar possibles raons d'aquest problema. S'ha parlat de causes endògenes (desigualtats socials internes, règims polítics, guerres, falta d'infraestructures), exògenes (calamitats naturals) i estructurals globals (relatives a un sistema capitalista que comporta distribució desigual de recursos). Totes elles constitueixen condicions per fer de la fam una realitat objectiva, és a dir, percebuda com a real per acadèmics, tècnics o polítics. Però la fam es construeix també a partir del punt de vista d'aquelles persones que en principi la pateixen. Els hausa de Nigèria, per



A més de problemes de salut, la imatge de l'obesitat pot arribar a dificultar la mobilitat social i laboral. Aquesta imatge no ha estat igual en totes les èpoques ni és la mateixa en totes les societats.

**«LA DEFINICIÓ DE L'OBESITAT
I EL SOBREPÈS COM UN PROBLEMA
NO ÉS UNIVERSAL. QUAN S'HA PATIT FAM
O ES VIU EN UNA SOCIETAT EN QUÈ
ÉS MÉS POSSIBLE PATIR-NE,
EL SOBREPÈS TÉ MÉS VALOR»**



Algunes poblacions tribals inclús han desenvolupat una predisposició genètica a l'emmagatzematge de calories en teixits grassos.

Fotografia extreta de EMBER, C., EMBER, M. & P. PEREGRINE, 2004. *Antropologia*. Prentice Hall, Madrid, p. 581.

exemple, defineixen la fam com el seu estat normal, mentre que els kalauna de Melanèsia la veuen com un senyal que tot va malament. Al Sudan, la paraula *menjar* s'usa per a significar diversos plers i *fam* per a quasi totes les classes de patiment. En canvi la noció d'epidèmia de fam rep distints noms segons si es tracta de situacions més o menys crítiques o les jutjades com les pitjors (aquelles que provoquen indignació). No hi ha terme per a les epidèmies de fam que maten. Això últim pot ser conseqüència de no assumir condicions objectives o de definir causes que no tenen a veure amb la falta d'alimentació (Contreras i Gracia, 2005).

A vegades la mateixa definició de fam que fan els qui la senten posa de manifest la interiorització de valors, creences i coneixements propis de subjectes i instàncies que els dominen. Com a mínim des del segle XVIII, al nord-est de Brasil, per exemple, el monocultiu i la producció capitalista de sucre va reemplaçar l'agricultura diversificada de subsistència i això va desembocar en relacions de desigualtat i en el sorgiment i extensió de la pobresa. Des de llavors la població marginal passa fam, però aquesta no és simplement una manca de nutrients, sinó que els qui l'experimenten en tenen un concepte cultural que la converteix en una realitat compartida. És un fet crònic que han assumit, la van reproduir primer en relats i cançons populars i després la van traslladar al pla de la malaltia.

Per a la població marginal del nord-est brasiler, la fam és associada amb els *nervos*, una patologia que, com a tal, és tractada amb medicaments i no amb menjar. Incorporant-hi la noció que de la fam tenen els que la pateixen, podem descobrir que pot ser resultat de la interiorització d'un sistema de relacions de poder en què els famolenques són explotats per altres. Les persones famolenques del nord-est brasiler es veuen a si

**«ELS HAUSA DE NIGÈRIA
DEFINEIXEN LA FAM COM EL
SEU ESTAT NORMAL,
MENTRE QUE ELS KALAUNA
DE MELANÈSIA LA VEUEN
COM UN SENYAL QUE TOT VA
MALAMENT»**

mateixes com a nervioses abans que com a famolenques, el que equival a dir que es defineixen més com a febles que no com a explotades. Quan la fam, i amb ella l'explotació i l'extrema pobresa, esdevé crònica, somatitzar-la com a malaltia permet imaginar que es viu un estat d'emergència esporàdic que pot ser resolt o almenys atenuat. Acudir al llenguatge de la malaltia permet mantenir dignitat en situació de fam, brandant control i coratge mental en un estat de flaqueza i deteriorament físic. Quan protestes i mobilitzacions socials han resultat infructuoses, és com ocupar (i acabar assumint) un lloc en relacions de poder profundament desiguals, sense caure en la impotència absoluta (Scheper-Hugues, 1997). Llavors la medicina no elimina, però mitiga la necessitat extrema de nutrició, però també de supervivència i existència social, que representa la fam.

Obesitat i fam són els dos extrems que defineixen el ventall de l'alimentació humana. La primera es pot entendre com la combinació d'un estil de vida sedentari, del consum de greixos i de les conseqüències de l'estigmatització de la grossària i els greixos amb l'exalçament de l'esveltesa en les societats modernes. La fam, per la seua banda, resulta de causes que la converteixen en un problema per resoldre, però en l'anàlisi del qual ha de tenir-se en compte la definició que en fan els subjectes que tracten de sobreviure mentre la pateixen.

BIBLIOGRAFIA

- COLECTIVO IOF, 2004. *Salud y estilos de vida en España. Un análisis de los cambios ocurridos en la última década*. Fundación de las Cajas de Ahorros Confederadas para la Investigación Económica y Social. Madrid.
- CONTRERAS, J., 2002. «La obesidad: una perspectiva sociocultural». *Nutrición y Obesidad*, 5 (6): 257-86.
- CONTRERAS, J. & M. GRACIA, 2005. *Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas*. Ariel. Barcelona.
- ESPEIX, E., 2005. «La construcción del cuerpo a través de la alimentación: la salud y la imagen corporal», In MÉNDEZ DÍAZ, C. (ed). *¿Cómo comemos? Cambios en los comportamientos alimentarios de los españoles*. Fundamentos. Madrid.
- GRACIA, M., 2002. «Consumo alimentario, marketing y cultura». In LUNA, M. (ed). *La ciudad en el tercer milenio*. Publicaciones de la UCAM. Murcia.
- HARRIS, M. (1989). *Bueno para comer. Enigmas de alimentación y cultura*. Alianza. Madrid.
- POULAIN, J. P., 2002. *Sociologies de l'alimentation*. PUF. París.
- POWDEMAKER, H., 1997[1959]. «An Anthropological Approach to the Problem of Obesity». In COUNIHAN, C. & P. Van Esterik (eds). *Food and culture. A reader*. Routledge. Londres.
- SCHEPER-HUGUES, N., 1997. *La muerte sin llanto. Violencia y vida cotidiana en Brasil*. Ariel. Barcelona.

Albert Moncusí Ferré. Professor contractat Dr. interí. Departament de Sociologia i Antropologia Social. Universitat de València.

