



Boletín de Antropología

ISSN: 0120-2510

Universidad de Antioquia

Mosquera Sánchez, Víctor Hugo

Hábitos de alimentación y estado nutricional en la comunidad de la vereda de San Nicolás de Bari (Sopetrán, Antioquia): un acercamiento desde el racismo estructural<sup>1</sup> \*

Boletín de Antropología, vol. 34, núm. 58, 2019, Julio-Diciembre, pp. 199-225

Universidad de Antioquia

DOI: 10.17533/udea.boan.v34n58a11

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55762966009>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en [redalyc.org](http://redalyc.org)

UAEM  
redalyc.org

Sistema de Información Científica Redalyc  
Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal  
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

# Hábitos de alimentación y estado nutricional en la comunidad de la vereda de San Nicolás de Bari (Sopetrán, Antioquia): un acercamiento desde el racismo estructural<sup>1</sup>

Víctor Hugo Mosquera Sánchez

Lc en Antropología.

Filiación institucional: Investigador independiente

Dirección electrónica: bboyhugo91@gmail.com

Mosquera Sánchez, Víctor Hugo (2019). "Hábitos de alimentación y estado nutricional en la comunidad de la vereda de San Nicolás de Bari (Sopetrán, Antioquia): un acercamiento desde el racismo estructural". En: *Boletín de Antropología*. Universidad de Antioquia, Medellín, vol. 34, N.º 58, pp. 199-225.

DOI: <http://dx.doi.org/10.17533/udea.boan.v34n58a11>

Texto recibido 10/03/2018; aprobación final: 27/04/2019

**Resumen.** El presente artículo es el resultado de una propuesta investigativa que busca una mirada diferente sobre la relación comida-cuerpo desde los ámbitos cultural y biológico, a partir de un análisis del racismo estructural, el cual es definido como aquellas acciones discriminatorias en asuntos de raza –por acción u omisión– que no son el resultado de la interacción cotidiana entre los ciudadanos, sino acciones de poder conscientes y sistemáticas. Estas están orientadas por grupos privados o instituciones del Estado, tendientes a mantener a un grupo poblacional en condiciones de desigualdad –en lo económico, político, psicológico y cultural– frente a otros, debido a sus rasgos fenotípicos o ascendencia; por ejemplo, la comunidad afrodescendiente de San Nicolás de Bari. Este trabajo indaga e interrelaciona todos aquellos elementos de la vida social que tienen que ver con la consecución y producción de alimentos. Igualmente, analiza los procesos organizativos comunitarios como una manera de hacer frente a las condiciones estructurales de abandono por parte del Estado.

**Palabras clave:** comida, hábitos de alimentación, estado nutricional, nutrición, Consejo Comunitario, racismo estructural.

1 El autor del presente artículo señala que todas las fotografías utilizadas en este documento son de autoría, a menos que se exprese lo contrario, y garantiza que cuenta con los permisos correspondientes para utilizar las imágenes de las personas que acá se publican. Lo anterior se menciona atendiendo las políticas editoriales del Boletín de Antropología de la Universidad de Antioquia.

## **Dietary habits and nutritional status in the community of the hamlet of San Nicolás de Bari (Sopetrán-Antioquia): An approach from structural racism**

**Abstract.** It is an investigative proposal that seeks a different view of the food-body relationship from the cultural and biological spheres, based on an analysis of structural racism defined as discriminatory actions in matters of race, by action or omission, which are not the result of everyday interaction among citizens, but conscious and systematic power actions. These are oriented by private groups or State institutions, tending to keep a population group in unequal conditions against others, economically, politically, psychologically and culturally, for its phenotypic traits or ancestry and that affects the Afro-descendant community of San Nicolas de Bari. It investigates and interrelates all those elements of social life that have to do with the achievement and production of food. Likewise, it analyzes the community organizational processes as a way to deal with the structural conditions of State neglect.

**Keywords:** food, eating habits, nutritional status, nutrition, community council, structural racism

## **Hábitos alimentares e estado nutricional na comunidade da vereda de San Nicolás de Bari (Sopetrán, Antioquia): uma aproximação desde o racismo estrutural.**

**Resumo:** É uma proposta investigativa que procura um olhar diferente sobre a relação comida-corpo desde os âmbitos cultural e biológico, a partir de uma análise do racismo estrutural definido como aquelas ações discriminatórias em matéria de raça, por ação ou omissão, que não são o resultado da interação cotidiana entre os cidadãos, mas de ações de poder conscientes e sistemáticas. Elas estão orientadas por grupos privados ou instituições do Estado, visando manter a um grupo populacional em condições de desigualdade diante de outros, no econômico, político, psicológico e cultural, devido a seus parecidos fenotípicos ou ascendência e que afeta à comunidade afrodescendente de San Nicolás de Bari. Traz à tona e inter-relaciona todos aqueles elementos da vida social que têm a ver com a consecução e produção de alimentos. Do mesmo modo, analisa os processos organizativos comunitários, como uma maneira de encarar às condições estruturais de abandono por parte do Estado.

**Palavras-chave:** comida, hábitos alimentares, estado nutricional, nutrição, conselho comunitário, racismo estrutural.

## **Habitudes alimentaires et état nutritionnel dans la communauté de San Nicolás de Bari (Sopetrán, Antioquia): une approche fondée sur le racisme structurel**

**Résumé:** Il s'agit d'une proposition de recherche qui cherche une vision différente de la relation aliments-corps à partir des sphères culturelle et biologique, sur la base d'une analyse du racisme structurel défini comme les actes discriminatoires en matière de race, par action ou par omission, qui ne sont pas le résultat d'interactions quotidiennes entre les citoyens, mais d'actions de pouvoir conscientes et systématiques. Celles-ci sont orientées par des groupes privés ou des institutions de l'État, tendant à maintenir un groupe de population dans des conditions inégales par rapport aux autres, économiquement, politiquement, psychologiquement et culturellement, en raison de leurs traits phénotypiques ou de leur origine et qui affecte la communauté de descendance africaine de San Nicolás de Bari. Il étudie et met en corrélation tous les éléments de la vie sociale qui ont relation avec l'achat et la production de nourriture. De même, il analyse les processus organisationnels de la communauté, afin de traiter les conditions structurelles d'abandon de l'Etat.

**Mots-clés:** alimentation, habitudes alimentaires, état nutritionnel, nutrition, conseil communautaire, racisme structurel.

## Introducción

### ***Militante amigo, antropólogo extraño***

Como militante del movimiento afro, había tenido la oportunidad de estar en varias ocasiones en la comunidad de San Nicolás de Bari para realizar varios proyectos productivos y de visibilización comunitaria. Esto me permitió tener una aceptación por parte de la comunidad a la hora de presentar la propuesta de investigación, pero no necesariamente significó que tendría las puertas abiertas para llegar como antropólogo. En efecto, llegar como antropólogo representó para la gente una cierta lejanía y otro tipo de acercamiento, ya que como investigador era una persona extraña para la comunidad.

Al principio, fue extraño percibir los recelos de las personas, pero poco a poco se fueron superando en la medida en que la gente pudo comprobar que el trabajo no consistía en una extracción de información, sino que se convertiría en un material que ayudaría al proceso de consolidación a nivel identitario. Esto refleja la doble condición que tiene el antropólogo nativo: por un lado, debe demostrar que sigue siendo parte de la comunidad, pero por otro, debe tener el rigor académico para consolidar los elementos que permitan evidenciar las relaciones sociales existentes.

Desde la antropología también pude implementar el elemento visual a través de la fotografía, generando así otra mirada a lo que iba aconteciendo y dando como resultado un apoyo visual al texto y una mirada diferente desde las imágenes. En este sentido, en la construcción del texto se introduce un acercamiento fotográfico que acompaña el análisis textual y posibilita profundizar en la relación entre cuerpo, alimento y espacialidad. Además, se constituye en una memoria visual para las personas de la comunidad y una posibilidad de recrear la historia, dependiendo del orden en que se concibían las fotografías.

Durante el proceso de lectura, pude evidenciar los diferentes discursos que soportan la relación de comida y cuerpo. Ellos emergen constantemente, apoyando dos tipos generales de postura: la que dice que la relación cuerpo/comida es igual a cultura, en la cual se encuentran antropólogos como German Patiño Osa (2007), Paris Aguilar Piña (2001), Ramiro Delgado (2010), Jesús Contreras Hernández (1992), Julián Estrada (1995) entre otros y los que se ubican desde una mirada nutrientes/cuerpo igual a nutrición como Javier Rosique (2006), Ernesto Pollit (1984), María del R. Rivera Barragan (2006) y Pedro Cesar Cantú Martínez, David Moreno García. Las dos, que en algunos momentos se alejan a la hora de entender al ser humano como unidad, me permitieron reflexionar sobre el tema y preguntarme si –en el caso de las comunidades étnicas, en especial las afrodescendientes– pueden explicar sus realidades. Incluso, si una visión más integral de ambas podría dar cuenta de manera efectiva de su sistema social en relación con la comida.

Desde mi punto de vista, hacía falta introducir un elemento que condiciona la vida material y espiritual de las comunidades afrodescendientes, sin el cual no se logra explicar las condiciones de vida de ellas: leer a estas comunidades por fuera de sus construcciones sociohistóricas, es desconocer la especificidad que como pueblos han tenido y es querer ubicarlas en una generalidad que, aparte de no entenderlas, las solapa y camufla en sus relaciones de desigualdad frente al otro. El otro elemento que ha faltado en el discurso de la relación cultura/nutrición con la comida, en el caso de las comunidades étnicas, es el del racismo estructural. Este permite ver la estructura social construida a lo largo de la historia, que marca la pauta de las desigualdades sociales y del no acceso a las oportunidades por parte del Estado.

Mi interés por este tema de investigación surge a partir de mi inconformidad con los discursos existentes en cuanto a la representación de la relación entre cultura y nutrición en las comunidades afrodescendientes. Se hace necesario la introducción de un elemento que complejiza y particulariza dicha relación, en la medida en que permite encontrar nuevas miradas ante los problemas que estas comunidades presentan en el país.

La comunidad de San Nicolás de Bari está ubicada en el municipio de Sopetrán a orillas del río Cauca, con un clima seco tropical y cuyos pobladores basan su economía en la agricultura, pesca y el jornal en las fincas cercanas. Ellos hoy se encuentran en un proceso de autorreconocimiento como comunidad negra, el cual es muy importante porque permite indagar sobre el pasado, entendiendo su proceso actual y proyectando un futuro posible.

El objetivo de la investigación se mantuvo en el rango de “describir y analizar la relación entre la dimensión cultural del comer y el estado nutricional”, vista desde el racismo estructural frente a los afrodescendientes del casco urbano del corregimiento de San Nicolás de Bari. Para ello, era necesario “conocer y describir los hábitos alimentarios de los adultos y niños”, al igual que realizar una evaluación nutricional de los niños a partir de medidas antropométricas. Así, con la etnografía enfocada en el gusto y la estructura social, se podrían entender las prácticas raciales que afectan la alimentación de la población, en general, y de los niños, en particular.

El método con el cual se desarrolló la investigación fue la etnografía, y las técnicas empleadas fueron la observación participante, el registro fotográfico, talleres sobre la comida para los niños de la institución Normal Superior Santa Teresita, entrevistas semiestructuradas sobre la comida con personas de la comunidad, principalmente madres, y conversaciones con personas claves del Consejo Comunitario. Para las entrevistas, se realizó una batería de preguntas claves, y también se elaboraron los esquemas y materiales para los talleres con los alumnos. Además de varias visitas a la comunidad para cuadrar la estancia durante el trabajo de campo, se solicitaron los permisos con la institución educativa y con el Consejo Comunitario. Ante todo, primó el respeto por el tiempo del otro, así que las entrevistas fueron concertadas teniendo en cuenta las actividades de las personas de la comunidad.

Durante el trabajo de campo se hicieron recorridos de observación en los lugares más representativos de la comunidad, como son el cementerio, el río Cauca, La Manga o terreno comunitario de cultivo, y La Cantera, que es un lugar donde trabaja gente de la comunidad. También se hicieron acompañamientos a las personas en diferentes pesca, el cultivo de productos agrícolas y la fabricación de atarrayas. Todo esto con el objetivo de profundizar sobre las dinámicas sociales que tienen relación con la comida y que pueden ser analizadas desde el racismo estructural.

Respecto a la dimensión nutricional, se trabajó con los alumnos de la institución en talleres sobre la comida y se les hizo la toma de medidas antropométricas de peso y talla, con el fin de establecer su estado nutricional, enfocándose en el indicador de talla por edad; este es el que permite evidenciar los desequilibrios nutricionales que perduran en el cuerpo, al igual que el racismo estructural presente.

Teniendo en cuenta todo lo anterior, este texto se divide en varios capítulos que describen y analizan la relación cuerpo/comida y comida/nutrición, vistas desde el racismo estructural en la comunidad del casco urbano del corregimiento de San Nicolás de Bari, municipio de Sopetrán. Este acercamiento a las dinámicas sociales de la comunidad en su relación con la comida, busca recoger los insumos para una mirada analítica sobre las condiciones de desigualdad fundantes en la sociedad colombiana, las cuales se han estructurado en las relaciones sociales de manera que constituyen el punto de partida para poder explicar los desarrollos sociales y económicos de las comunidades étnicas del país.

De esta manera, se parte del concepto de cultura planteado por Franz Boas, donde es necesario estudiar, no la cultura, sino las culturas en su contexto y, en este sentido, los hábitos de alimentación están determinados por las relaciones sociales internas de la comunidad, el medio ambiente y las relaciones sociales externas de exclusión, ya que hacen parte de una sociedad racializada. Asimismo, se entiende el racismo estructural, a partir de autores como Y entendiendo el racismo estructural a partir de autores como Claudia Mosquera (2011), Eduardo Bonilla (2011), Ulrich Oslender (2008), Frantz Fanon (1968) y Arturo Escobar (1996), como aquellas acciones discriminatorias en asuntos de raza, por acción u omisión, que no son el resultado de la interacción cotidiana entre los ciudadanos, sino acciones de poder conscientes y sistemáticas.

Es por esto que el análisis de estas dimensiones hechas desde el racismo estructural se convierten en un aporte académico a la comprensión social y alimentaria de las comunidades étnicas –en especial las afrodescendientes–, ya que propone la raza como estructura, como un elemento de análisis particular.

El análisis de la información recolectada en la investigación se dividió en tres niveles relevantes que permitieron construir el texto presente. Primero, un nivel de categorías descriptivas a partir de la información dada por los entrevistados; segundo, un nivel por parte del investigador, basado en el marco teórico; y un tercer nivel interpretativo de las dos anteriores. En cuanto a las fotografías, estas son

contrastadas con las categorías emergentes para dar sentido al texto y, finalmente, la información cuantitativa recolectada fue analizada a partir de la tabulación de los datos y el impacto de estos en los niños. Toda esta información fue suministrada bajo la autorización de las personas al igual que las fotografías y el trabajo realizado en la institución educativa.

El trabajo realizado en cuanto a medidas antropométricas y talleres sobre la percepción que los niños y jóvenes tienen sobre la comida, se realizó en la institución educativa, debido a que allí se concentra la mayoría de niños de la comunidad. En cuanto a la información cualitativa, es necesario realizar más estudios que muestren una tendencia más precisa en el estado nutricional de los niños y jóvenes, se espera que al terminar la investigación se realice una socialización de los resultados obtenidos y una entrega física de la investigación a la comunidad.

### **Universo de la comida en la vereda San Nicolás de Bari**

Sin duda, la comida en la vereda San Nicolás de Bari representa y atraviesa gran parte del mundo social que la comunidad produce día a día; recorre aspectos productivos, simbólicos y biológicos que condicionan las formas de habitar y relacionarse con el entorno. En este entramado de construcciones sociales a través de la comida, su representación supone gustos y rechazos que derivan en identidades culinarias particulares que, a través del tiempo y las generaciones, se reafirman, sin ser estáticas o monolíticas.

Las distintas generaciones, a su vez, representan de maneras diferentes su percepción sobre la comida, creando imaginarios y realidades que se justifican mediante el discurso; unas veces, elaborado a partir de otros discursos científicos, y otras veces con discursos basados en la experiencia empírica. Sin embargo, ambos discursos son sobrepasados por eventos ritualizados, como la Semana Santa, que genera dinámicas propias en la comunidad y que todos sus miembros acatan con respeto. Hombres, mujeres y niños ritualizan la comida y convierten el sustento sociobiológico en alimento espiritual: “este año vamos hacer panes, se lo vamos a dar a todas las familias, la idea es simbolizar el pan de Cristo en la Semana Santa, aquí siempre hacemos comida para compartir con la gente y hacer que vengan a las fiestas sagradas” (entrevista personal con Mabel Chancí, 2017).

La cocina es convertida en altar de los alimentos, es el espacio para la transformación de los productos y para la transmisión del conocimiento culinario de la madre a los hijos. Es aquí donde la tradición y la modernidad se disputan el liderazgo: fogón de leña o de gas, piso de barro o de cerámica. El pilón permanece inmutable a través del tiempo, mientras en el aire la atarraya zumba antes de caer al río y el machete roza la maleza en el campo; siembra, cosecha, preparación y consumo, son los ciclos del universo de la comida en la vereda San Nicolás de Bari.

### ***Gustos y rechazos frente a la comida***

Los gustos y rechazos son la respuesta cultural del individuo situado en el aprendizaje colectivo. Estas reacciones, aprendidas mayoritariamente durante la infancia, constituyen el cúmulo de predisposiciones de los individuos frente a la comida a la hora de socializar en contextos propios y ajenos. En el caso de la comunidad de San Nicolás de Bari, la comida y las preparaciones básicas juegan un papel más orientado en lo positivo, en la medida en que la comida es percibida como algo beneficioso y de gran valor (cabe entender que estos gustos están determinados en gran medida por la restricción económica de la familia) (Figura 1). Para los adultos, la comida es el principal fin de sus actividades laborales; por consiguiente, obtenerla requiere una gran inversión de energía y tiempo, el cual invierten casi todos los días del año. Comer es un hecho social total que moviliza las cuatro dimensiones del ser humano: fisiológica, psicológica, simbólica y social. Por eso existe una fuerte relación entre alimentación e identidad. Tanto a escala individual como colectiva, las identidades culturales alimentarias se edifican poco a poco, a través de prácticas y discursos (Duhart, 2002).



**Figura 1.** Al son del fogón y el pilón

*Fuente:* elaboración propia, 2017.

En el contexto de la comunidad de San Nicolás de Bari, los gustos y rechazos están mediados por el factor económico que pesa fuertemente sobre la población, ya que ha sido una comunidad que, generación tras generación, ha vivido en condiciones económicamente adversas. Por esto, es común escucharles decir que ellos, “como buenos pobres”, comen de todo, que todo les gusta. Realmente, son pocas las comidas que algunas personas manifiestan que no son de su agrado. Es en este panorama que la situación económica de cada familia restringe o facilita el ingreso de alimentos al hogar, modelando los gustos o rechazos por los alimentos. En este universo nuevo de significados, sabores y olores, se comienzan a establecer las primeras normas de disciplinamiento del cuerpo respecto a la comida, estructurándose, al pasar el tiempo, una predilección por lo que se come y lo que no se come, aunque sea comestible (Contreras, 1992).

Hay otros factores de segundo grado que modelan estos gustos o rechazos por la comida, como son las restricciones médicas que algunos mayores tienen a causa de sus problemas de salud. En estos casos, a las personas les toca lidiar con una dieta especial recetada por un médico que les ayudará a llevar su condición. Esto genera una contradicción, ya que el ingreso económico no permite tener dos dietas al interior de la casa: la de las personas enfermas y la de la familia. Ante tal problema, generalmente la gente ha optado por realizar una dieta que recoja la mayor cantidad de elementos de ambas dietas, para que la economía familiar encuentre un balance.

Hay una predilección general de la población por algunos alimentos, como lo son los frijoles, el arroz, el pescado, la arepa y la mazamorra. Para la mayoría de la gente, estos productos siempre deben estar en sus mercados y preparaciones, y son de consumo diario. En cuanto a los frijoles, hay familias que los tienen como una de las tres comidas diarias, lo que demuestra la gran aceptación que tienen como parte de la comida base. Es común escucharles decir que su gusto por los frijoles es debido a su sabor, pero también hay que tener en cuenta que este producto es de bajo costo, en comparación con su rendimiento, y que genera una sensación de llenura por largo tiempo. Por otro lado, hasta no hace mucho tiempo, en la comunidad se sembró una variedad de frijoles que permitía que fuera de fácil acceso.

### ***Imaginarios y realidades del universo de la comida***

Dentro de la población hay dos percepciones sobre el valor de la comida: la imaginaria y la real. Por un lado, están los adultos que no sienten interés por el valor de la comida a nivel nutricional, porque no lo consideran importante y se perciben a sí mismos como seres ya formados, sobre los cuales la comida sólo tiene el impacto de saciar el hambre. Sin embargo, al hablar con ellos sobre sus hijos, salen a relucir conceptos nutricionales como, por ejemplo, los aportes que los alimentos pueden tener, las vitaminas de las frutas, las proteínas de la carne, los minerales, entre otros. Para ellos, la nutrición de sus hijos sí está relacionada con la comida, por lo menos

en el campo del ideal informativo suministrado por el centro de salud y la televisión. Asimismo, saben que el agua potable es fundamental para la salud y conocen los perjuicios que causa si está contaminada, como diarrea o infecciones en la piel.

De igual manera, reconocen las frutas como comida sana y valiosa para la nutrición de los niños; sin embargo y paradójicamente, el consumo de frutas en la comunidad es bajo, pues las destinan para hacer jugos. En Sopetrán se cultivan frutas como el mango, la guanábana, el maracuyá, la papaya, el tamarindo, el manzanal, el zapote y el melón. Específicamente en San Nicolás de Bari, las personas cultivan papaya, limón, mango y piña. Para las mujeres, si bien las frutas son necesarias en el crecimiento de los niños, estas no ocupan un papel prioritario en la canasta familiar, ya que su precio es alto.

En los niños, la percepción de los alimentos que consumen no corresponde necesariamente con lo que les gustaría comer. La mayoría de ellos reconocen que el sancocho, las sopas, los fríjoles, el arroz, el sudado, los jugos y las pastas hacen parte de su comida diaria; sin embargo, en su imaginario incorporan alimentos ultra procesados e industrializados, debido a la información recibida en los medios de comunicación como la televisión, ya que el acceso a Internet es limitado. También tienen algunas ideas sobre los beneficios de los alimentos, aunque no de una manera muy profunda; en muchas de sus afirmaciones expresan que los alimentos son buenos para el cuerpo porque los ayudan a crecer o los mantienen sanos. Sin embargo, en los ejercicios realizados con los niños de la escuela, todos acudieron a las frutas como parte de las comidas que más les gustaban. Esta percepción sobre las frutas se inscribe en el campo del imaginario, ya que los niños, al ser dependientes de sus padres, consumen la fruta que estos llevan a la casa, la cual no siempre es adquirida en el mercado; la única opción para los niños es el tiempo de cosecha dentro de los sembrados comunitarios, a los cuales pueden acceder mientras comparten con los dueños de los terrenos. En estas circunstancias, los imaginarios sobre las comidas reflejan un conocimiento externo producto de las charlas de los funcionarios y de los programas institucionales; estos han calado en la población discursivamente, pero no son reales en la medida que se necesita el recurso económico para su materialización.

La realidad de la población es que se encuentra sometida a fuertes presiones económicas que ubican a los padres en la posición de consumir estrictamente lo necesario, a pesar de que tengan conocimiento sobre el deber ser de la comida. Esta situación económica es un legado de la estructura racial que ha existido sobre la población, que incluye el aislamiento y la falta de oferta institucional. Estos factores influyen directamente en la oferta alimentaria y, por consiguiente, en la relación con la producción y consumo de alimentos que modelan los gustos y rechazos, dado que la comunidad no evidencia restricciones de tipo cultural frente a los alimentos. Salvo en las festividades de Semana Santa, durante casi todo el año la gente consume la mayoría de productos a los cuales puede acceder.

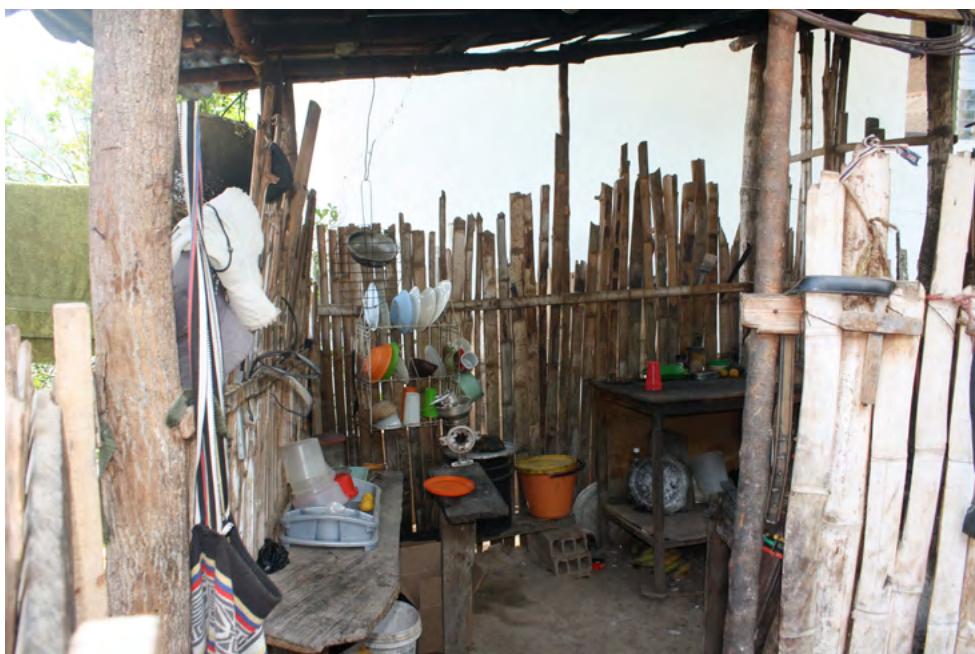
Regularmente, las mujeres mercan en los supermercados Siboney, D1 y Unimerca, cada ocho o quince días, dependiendo del dinero con que dispongan. En ellos buscan, como primera opción, el precio más bajo y luego su calidad; muy pocas veces se fijan en la tabla nutricional o en la composición de los alimentos. En su relato, María Edilma Tilano, señora de 51 años de edad nacida en la comunidad, cuenta que antes iba al supermercado Siboney, pero ahora va al D1 porque es más barato. Antes traía las legumbres de afuera, pero, como ya hay una legumbrería en la comunidad, va y compra lo que necesita, como verduras, cebolla y tomate. Anteriormente, tenía que ver quién iba al pueblo para mandar a traer lo que necesitaba; mientras que ahora tiene crédito en la tienda y eso le posibilita manejar mejor el dinero:

¡Jum! Pues, a ver... Primero, salíamos los dos y ahora yo soy la que más salgo. Me gustaba más cuando él iba, porque él cogía más cosas [...], porque él llevaba la plata. Pero me gusta más sola, porque uno escoge lo que a uno le gusta y uno es el que cocina; entonces, sabe qué es lo que va a traer. En cambio, ellos no. Claro que a él le gusta cocinar; pero no, a mí me gusta escoger [...]. Cuando voy al supermercado, me fijo, para comprar las cosas, en el precio más que todo, pues uno no hace comidas así raras. Es que la comida acá es frijoles, sopa, sudado y pescado, cuando se pesca. (Entrevista personal con María Edilma Tilano, 2017)

Dependiendo del recurso económico, ellas compran la carne para ocho o quince días. Prefieren comprar carne de cerdo –pierna y cañón, máximo un kilo–, posta, hueso de res, pollo y pescado. Muy pocas mujeres manifestaron comprar carnes frías o enlatados (que sería algo muy normal, según la concepción de las mujeres sobre la comida), debido a su alto costo en relación al número de porciones que podrían servir. Al respecto, Valentina Tilano dice: “de las cosas que me gustaría comprar cuando voy al supermercado, y no puedo porque no me alcanza la plata, son las chuletas, muchacho relleno y carnes frías” (Entrevista personal con Valentina Tilano, 2017).

### **La cocina: un espacio entre la tradición y la modernidad**

Los cambios urbanísticos en la comunidad se han acelerado en las últimas décadas. Algunas casas aún conservan su estructura de bahareque y el techo de paja (Figura 2). Buena parte de ellas tiene un apalancamiento en la parte trasera que sirve para delimitar los linderos con los vecinos. Aunque las calles no cuentan con alcantarillados de desagüe, están construidas con un empedrado tipo colonial. Es notoria la inversión realizada en las fachadas de las casas construidas con adobe y cemento, en los pisos hechos con baldosa y esmaltado y en la obtención de electrodomésticos. Según algunos habitantes, estos cambios han sido realizados en las últimas dos décadas. Esto demuestra un cambio de pensamiento con relación a sus mayores, en la medida que dedican más recursos para la mejora de sus viviendas.



**Figura 2** La cocina de mi infancia

*Fuente:* elaboración propia, 2017.

Respecto a la cocina, esta se encuentra en un estado de transición hacia la modernidad, lo que se ve representado en la utilización del gas. En el momento actual hay cocinas que funcionan sólo con leña, otras que sólo funcionan con gas y una buena parte que funciona de las dos formas. Esto se debe a varios factores: el primero está determinado por la capacidad económica para hacer la transición de la infraestructura de leña a gas, lo que requiere básicamente comprar una estufa y tener el dinero para comprar la pipeta. Otro factor es el hecho de que la vereda no cuenta con red domiciliaria de gas y las estufas eléctricas resultan muy caras, según la facturación de los servicios públicos. Mujeres como doña Evelia Luna Agude-lo, Morelia Luna, Yinet Acevedo Luna, Verónica Guzmán Tilano, María Quintero Gómez, Liliana Ramírez y María Luisa Rodríguez, entre otras, coinciden en que los servicios públicos les salen muy caros, y tener una estufa eléctrica es un gasto difícil de sostener. El tercer factor es el de la identidad, la tradición culinaria y los gustos culturales sobre la comida. Principalmente para las mujeres, las comidas en fogón de leña saben mejor porque conservan el toque tradicional que heredaron de sus madres. La cocción es más rápida y no tienen que gastar dinero en energía eléctrica o de gas. Ante esto, María Ofelia Quevedo afirma: “yo cocino tres veces

al día en fogón de leña, porque el gas está muy caro”. Otro de los motivos para cocinar en fogón de leña, es que las arepas son asadas en cayana; muchas de las mujeres afirman que de esta manera la arepa sabe más rica. Maribel Santana, que hace las arepas en cayana, las vende en la comunidad y en el supermercado donde compra en Santa Fe de Antioquia. De esta manera, mantiene un crédito abierto. Además, ella intercambia en la legumbrería las verduras por las arepas que prepara cada ocho días, que son alrededor de veinte paquetes: “yo hago arepas en callana día por medio, porque así quedan más ricas. Yo las hacía y las vendía, y a mitad de semana me las pagaban; y con eso recogía plata para darles a mis hijos cuando iban a estudiar” (entrevista personal con Maribel Santana, 2017).

Todos los días en la mañana se puede ver a algunas mujeres con una pila de leña en sus cabezas, cruzando el casco urbano. Esta actividad, típica de las poblaciones afrodescendientes, todavía se conserva en la comunidad. Con un caminar tranquilo y pausado, ellas dominan –con cierta elegancia, destreza y equilibrio– el transporte de la preciada carga, un dominio que muchas reinas de belleza envidiarían. Temprano, recorren el monte cercano en busca de chamizos y troncos secos que sirven para encender los fogones. Amarran con una cuerda la pila de leña, la levantan sobre sus cabezas y emprenden el regreso a la cocina. Allí las esperan unas ollas deformes y negras por el carbón que deja la candela, pero con un fondo brillante, que ellas mismas se encargan de mantener como un espejo.

### **De la madre y el padre a los hijos: una transmisión de conocimientos**

En la comunidad de San Nicolás de Bari, el cúmulo de conocimientos culinarios están resguardados por las mujeres. Son ellas quienes tradicionalmente transmiten este conocimiento a sus hijas, aproximadamente desde los diez años hasta el tiempo que permanecen en la casa bajo el cuidado de sus padres. En esta etapa, aprenden las técnicas, sabores y consistencias, y, especialmente, a dominar el fuego, elemento constitutivo de la preparación de los alimentos. Al respecto, Massimo Montanari (2004) dice que “el principal elemento de diversidad consiste en el hecho de que el hombre, y solo él, es capaz de entender y usar el fuego y que esta tecnología nos permite, junto a otras, hacer cocina” (31).

Si bien esta afirmación es visible en San Nicolás de Bari, no deja de estar plagada de un machismo evidente, en la medida que en la comunidad, y en general en las afrodescendientes, es la mujer quien controla el fuego y las técnicas que llevan a que la cocina sea lo que es en todos los rincones del país. El paso del conocimiento de la madre a la niña empieza desde temprana edad, con simples actividades como las de hacer la aguapanela o el chocolate, fritar un huevo, hacer una arepa o ayudar a servir la comida, pero, incluso antes de esto, las primeras actividades asociadas

con los alimentos son las de realizar los mandados o comprar en las tiendas los productos que hagan falta para preparar la comida.

De esta forma, la actividad es compartida por niñas y niños, a quienes les corresponde comprar pequeñas cantidades de los productos que se han acabado, como tomate o cebolla, plátano verde o maduro, papa, cilantro, zanahoria o aceite; en la comunidad el mercado lo realizan los adultos. Otra de las formas de transmisión del conocimiento es la imitación: las niñas, que siempre permanecen cerca de sus madres, están viendo cómo preparan los alimentos y les ayudan en actividades como las de pelar legumbres y poner cuidado a las ollas en el fogón. Dentro de las actividades de los niños, en la temporada de vacaciones se encuentra una llamada fritanga, que consiste en montar un fogón de leña, donde fritan papas, plátanos, huevos, salchichas y otros alimentos que les dan en sus casas. En la actividad se puede evidenciar que son las niñas principalmente quienes cocinan, mientras que los niños consiguen la madera. Esta es una buena forma de practicar lo aprendido en las cocinas de sus madres y demostrar las destrezas que han alcanzado. Para ellos es una actividad divertida que los aleja de la monotonía de los días de vacaciones, pues en la comunidad permanecen siempre los mismos niños, debido a que están alejados de los de otras comunidades.

Sin embargo, esta actividad es más que diversión. En ella se demuestra el trabajo de enseñanza de las madres y la forma de garantizar que sus conocimientos sean asimilados por sus hijas y reproducidos cuando les llegue el momento de formar sus hogares. Cuando las niñas crecen y tienen alrededor de quince años, adquieren el conocimiento necesario para preparar comidas completas como frijoles, sopas o sudados. También participan de actividades comunitarias como natilleras o fiestas patronales. En esta etapa, la comida deja de ser un juego y se convierte en una actividad importante y responsable. Se encuentran en la posibilidad de reemplazar a la madre, si hace falta, y preparar el almuerzo para que sus padres o hermanos lleven al trabajo.

No obstante, estos reemplazos son ocasionales si la joven aún se encuentra estudiando, ya que se le sigue dando prioridad a las actividades académicas. Pero si la joven abandona sus estudios, automáticamente recae sobre ella la presión de buscar un empleo, que generalmente es, cocinando y haciendo el aseo los fines de semana en las fincas. En estas circunstancias, las jóvenes dejan de ser tratadas como adolescentes bajo el cuidado de sus padres y comienzan a ser tratadas como adultas que ponen en práctica todo el conocimiento adquirido en la cocina de sus madres. La mayoría de las mujeres adultas de la comunidad trabajan o han trabajado en las fincas de veraneo de la zona. En ellas trabaja, principalmente, haciendo de comer para los trabajadores o los patrones. Mujeres como Estefany Quevedo, de 24 años, y Maribel Santana, son ejemplo de esas mujeres que a temprana edad les tocó empezar a trabajar en la cocina.

La transmisión del conocimiento culinario es un hecho cultural producto de la división sexual del trabajo, que no se aprende aparentemente bajo ningún conflicto o imposición de la comunidad. Generalmente, las niñas están dispuestas y atentas a las indicaciones de la madre, y desde pequeñas empiezan a asimilar su rol en la cocina, dando como resultado, en pocos años, la naturalización de esta actividad social sin una aparente presión, pero que, en buena medida, deriva de la madre como ejemplo en ese rol. La influencia del racismo estructural se manifiesta en el hecho de que, tradicionalmente, las mujeres han jugado un papel exclusivo de amas de casa, con poco reconocimiento social y casi nada de remuneración, lo que lo hace poco atractivo si se quiere conseguir dinero, constituyéndose en una de las principales formas de opresión en la mujer a nivel interno y externo en la comunidad. Dice Maribel Santana que “las mujeres de ese entonces sólo se quedaban esperando a que los esposos llevaran la comida, y si ellos se morían, se quedaban allí sin qué hacer o esperaban reemplazarlo con otro” (entrevista personal con Maribel Santana, 2017).

Es importante aclarar que el racismo estructural no se encuentra en la transmisión culinaria en sí, sino en la transmisión de ciertos valores de sumisión que acompañan los roles en los momentos de aprendizaje. Es destacable, en este sentido, la iniciativa de muchas mujeres de enseñarles a sus hijos hombres a cocinar, porque de esta manera se rompe la exclusividad de lo femenino en la cocina y se ubica la labor en una posición de mayor respeto.

Al conversar con los niños y jóvenes, no se refleja en ellos la voluntad de seguir con sus estudios, ni siquiera es algo que tengan en mente. Mayoritariamente, los niños dicen que trabajarán en las canteras que hay cerca de la comunidad o en construcción, y muy pocos dicen que estudiarán una tecnología. En cuanto a las mujeres, el panorama es también desalentador, ya que sólo dos de cada diez niñas que se encuentran estudiando quieren continuar sus estudios. En cuanto a la transmisión del conocimiento del campo, existe una ruptura considerable: en La Manga o terreno comunitario no se encuentran niños que vayan con sus padres a sembrar. La mayoría de sembrados existentes son cultivados por adultos y esto presenta un gran reto, en la medida que, si estas personas fallecen, no habrá una generación que los releve y la poca agricultura que hay en la comunidad se acabará.

Otra de las razones por las cuales no hay jóvenes trabajando en los cultivos, es porque muchos de ellos están trabajando en la construcción o en fincas. Esto ha hecho que la vocación y los procesos de aprendizaje se interrumpan. Una vez que los jóvenes empiezan a trabajar por fuera del campo, no quieren regresar, ya que el dinero que perciben es mayor y constante; no tienen que esperar el tiempo que demora una cosecha, ni asumir los costos cuando esta se daña por razones del clima. Por otro lado, estos jóvenes rápidamente se convierten en jornaleros o albañiles, y su relación con las antiguas formas de subsistencia se limita a las salidas ocasionales al río cuando van a pescar.

En las conversaciones sostenidas con los agricultores, la mayoría manifestó que, cuando eran niños, acompañaban a sus padres al campo a cultivar. Esa era la forma en que ellos aprendían los tiempos de la cosecha, las estaciones y los momentos lunares en que se podía sembrar cada planta. Muchos tienen experiencias de haber salido en algún momento de la comunidad; algunos de ellos viajaron a Puerto Berrio o, incluso, hasta Venezuela, donde acumularon mayores conocimientos en cuanto al campo. Al respecto, cuenta Miguel Quiroz, pescador y agricultor de la comunidad:

Recuerdo que muy joven, cuando tenía quince años, llegamos a La Noque arriba, para voltear para Urrao, cerca de Caicedo. Llegué con ganas de ser pescador o aprender algo. Llegué con mi padre, huyendo de la violencia, a su casa en La Noque. Llegó un señor llamado Alejandro a hacer unos arreglos; él era un gran atarrayero y dijo que me enseñaría a hacer atarrayas. Vendí un gallo que tenía por cinco pesos, y compré un rollo de nailon, y en la tarde ya llevaba mucho adelantado. Yo sé que no soy el único en hacer atarrayas, pero sí el único que las hace en ese tamaño. (Entrevista personal con Miguel Quiroz, 2017)

El proceso de aprendizaje de los jóvenes en la pesca se hace acompañando a los adultos. En ocasiones, se juntan grupos de jóvenes y adultos con atarrayas para hacer recorridos por las orillas del río Cauca. Esta es una manera de transmisión de las técnicas de pesca, a la vez que los jóvenes aprenden de las historias y aventuras de los mayores. Este proceso les permite a los jóvenes conocer los tipos de pescado que tiene el río, como barbudo, bagre, guacuco y una que otra tilapia que se escapa de los pozos de cría en tiempos de la creciente. También aprenden a conocer el tipo de carnada especial con que se pesca cada pez. Al conversar con los adultos sobre su aprendizaje de la pesca, la mayoría coincidió en que lo hicieron acompañando a sus padres o a algún vecino que les aceptó su compañía como aprendices. También cabe anotar que en la mayoría de los casos fueron ellos quienes manifestaron su interés en aprender a pescar.

### **Estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Normal Superior Santa Teresita**

El estado nutricional se puede concebir, desde el punto de vista fenoménico, como el resultado de la interacción dinámica –en el tiempo y el espacio– entre la alimentación (utilización de la energía y nutrientes contenidos en los alimentos) y el metabolismo de los tejidos y órganos del cuerpo (Rodríguez, 2008: 872). Por otro lado, el estado nutricional es consecuencia de lo que el cuerpo requiere para alimentarse y lo que las prácticas alimentarias proporcionan (mucho o poco) al cuerpo. Estas conductas alimentarias no están sujetas a los requerimientos energéticos del cuerpo; por tanto, moldean y pueden llevar al límite el estado nutricional (por exceso o por déficit).

Por exceso, el cuerpo llega a la obesidad, convirtiéndose en un problema de salud pública que aumenta progresivamente en los países de bajo y mediano ingreso, principalmente en las zonas urbanas (OMS, 2016). La obesidad se produce cuando la ingesta de nutrientes es superior a las necesidades calóricas del cuerpo, llevando a padecer enfermedades como cáncer del aparato digestivo, cirrosis, problemas ortopédicos, diabetes, apnea del sueño, asma, diabetes, hipertensión, hiperlipidemias, arteriosclerosis y cardiovasculares. Estas afectan la salud de la población y son, directa e indirectamente, la causa de la muerte de adultos en nuestro país por infarto.

En el año 2016, la Organización Mundial de la Salud informó que más de 1.900 millones de adultos de 18 o más años tenían sobrepeso, de los cuales 650 millones eran obesos, junto con 340 millones de niños y adolescentes obesos (OMS, 2016). La obesidad es el principal factor de riesgo de morbilidad y mortalidad en personas adultas en todo el mundo. Pero, a la vez, es más fácil de controlar que otros factores relacionados con diversas enfermedades y la muerte precoz (Soca y Peña, 2009: 85)

Por déficit, se llega a la desnutrición y se ve afectada la capacidad de aprender, reflejada en parte en la aptitud del niño para el estudio. El alto porcentaje de malnutrición en los niños tiene graves consecuencias en su desarrollo, causando trastornos en su comportamiento y rasgos psicológicos, al igual que desatención y un proceso de aprendizaje más lento: “En los países desarrollados se observan en general porcentajes bajos de malnutrición, de carencias nutricionales específicas y de condiciones patológicas que perturban el progreso escolar y amenazaron seriamente la salud pública. En los países en desarrollo (en especial en los sectores de bajos ingresos), las infecciones y la desnutrición tienen muchas veces un carácter endémico” (Pollitt, 1984: 8).

Los requerimientos nutricionales están determinados por diferentes factores. El estado nutricional infantil es influenciado no sólo por factores biológicos, sino también por determinantes ambientales y psicosociales. Estos factores determinantes llegan a ser, por momentos, muy negativos y permanentes en el cuerpo. La combinación de los factores biológicos con otros factores, incrementa la inseguridad alimentaria (Rosique, 2006) y determinan las principales variaciones en el crecimiento físico. En las poblaciones se deben a factores ambientales y socioeconómicos, más que a diferencias étnicas o raciales (Velásquez, 2005).

El estado nutricional de una población está condicionado por diversos factores, que están íntimamente relacionados con aspectos como la salud, la agricultura, el comercio externo e interno, el mercado laboral y las condiciones socioculturales de la población (Bonilla, 2011). La disponibilidad de alimentos es incidida por la capacidad de producción, tecnología, demanda y distribución. De igual forma, el consumo de alimentos es influenciado por factores geográficos, culturales, sociales,

educativos y económicos. Finalmente, la utilización de los nutrientes está determinada por el estado de salud, el ambiente y la actividad (Bonilla, 2011).

### ***Método antropométrico y metodologías***

En la Institución Educativa San Nicolás se realizó la medición de talla, peso y edad. Para ello se utilizó una báscula digital previamente calibrada, un tallímetro y una base de datos con las edades de los alumnos, suministrada por la institución. Las medidas fueron tomadas con ropa cómoda y los alumnos estaban descalzos. Para la realización de la talla, se colocó a los alumnos de pie, en posición recta, con las piernas cerradas y la cabeza en posición Frankfort. La toma del peso se realizó en kilogramos. Para la actividad se contó con el apoyo de una estudiante con capacitación previa para dicha tarea, quien digitalizó los datos.

La población con la cual se trabajó fueron alumnos de la Institución Educativa San Nicolás, municipio de Sopetrán (Antioquia). Estos alumnos están organizados en grupos de primaria y secundaria hasta el grado noveno. Su jornada se realiza en horas de la mañana hasta la una de la tarde, por lo cual, la toma de medidas se realizó a las diez de la mañana, al terminar el período de descanso de los niños. Las personas que asisten a la institución como estudiantes son, en su totalidad, niños pertenecientes a la comunidad, lo que implica un tiempo corto de desplazamiento y un mayor control de su asistencia a las clases.

Para la selección de los sujetos de estudio, se tuvo en cuenta su pertenencia a la comunidad y a la institución educativa, con el objetivo de tener unas condiciones culturales más homogéneas frente a los hábitos alimenticios. Esto porque, según se pudo evidenciar mediante conversaciones con algunos pobladores, los niños que asisten a instituciones fuera de la comunidad tienen una alimentación diferente, pues reciben dinero de sus padres que ellos utilizan bajo su criterio y una alimentación de mejor calidad en sus instituciones. Este factor es importante si se tiene en cuenta que en la vereda, la institución educativa no cuenta con tienda y los niños se alimentan exclusivamente con la comida que sus madres les llevan o lo que la institución les ofrece en el restaurante escolar.

Tanto las medidas antropométricas como las actividades relacionadas con la alimentación de los estudiantes, fueron previamente consultadas con el rector de la institución y el Consejo Comunitario. Luego de recibir el visto bueno de las dos instituciones, se pasó a socializarlas con las profesoras que atienden la primaria y el bachillerato, para programar las actividades previstas. Al terminar la investigación, toda la información resultante de la investigación ha sido socializada como último paso de la metodología establecida. La sistematización de la información se realizó bajo los lineamientos contemplados en la Resolución 2222 del Ministerio de Salud y Protección Social.

**Tabla 1.** Relación talla/edad

Indicador	Punto de corte (desviación estándar)	Denominación
Talla/edad (T/E)	<2 ≥2 a <1 ≥1	Talla baja para la edad o retraso en la talla. Riesgo de talla baja. Talla adecuada para la edad.

*Fuente:* elaboración propia, 2017.

La metodología en los talleres se realiza en dos secciones, uno para la primaria y otro para el bachillerato, con duración de cuatro horas cada uno. En ellos se buscó entender los gustos y rechazos que tienen los estudiantes sobre la comida, la percepción de la importancia que la comida tiene para ellos y, por último, el grado de conocimiento que los alumnos tienen de sí mismos como comunidad negra. Para lograr estas dos variables, en los niños de la primaria se empezó con una actividad rompehielo, la cual consiste en decir el nombre, hacer un movimiento con el cuerpo y mencionar una comida que le guste.

Posteriormente, se desarrolla una actividad en la cual dibujan una silueta de su cuerpo en papel periódico y colocar sobre ella unas fichas con imágenes de comidas o ingredientes, elaborando una representación del menú que más consumen. Además de las imágenes, hay unas fichas en blanco para que los niños puedan describir otros alimentos que no se encuentren en las imágenes. Luego de esta primera parte, se identifican las comidas que más se repiten y los comentarios más recurrentes en torno a la comida, y se les pregunta por qué comen dichos platos, qué les gusta, qué no les gusta y qué les gustaría comer si tuvieran la oportunidad.

En la segunda etapa del taller, se lee el cuento *Los colores de nuestra piel* de Karen Kartz, con la idea de que los niños amplíen su concepto sobre la diversidad del color de la piel. Para esta actividad, los niños leen el cuento y se van identificando con el color de piel que se muestra en cada imagen. Al finalizar, se pregunta por lo aprendido con el cuento y se realiza una reflexión sobre las categorías dadas a las personas según el color de piel. En la actividad participa la profesora, estimulando el silencio y la concentración de los niños.

Con los alumnos del bachillerato también se inicia con la actividad rompehielo y las fichas sobre la comida. Además, se abordan las siguientes preguntas:

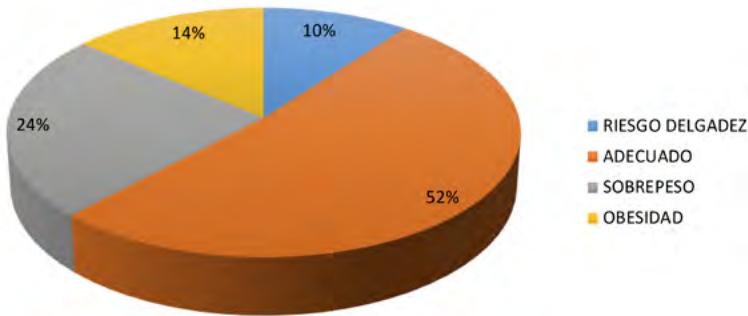
- ¿Qué comes con frecuencia?
- ¿Qué preparaciones te gustan más?
- ¿Qué comidas no te gustan?
- ¿Llevas comida al colegio?
- ¿Con qué comida te identificas como parte de una comunidad negra?
- ¿Tienes servicio de alimentación en la institución?

- ¿Qué comes en el colegio?
- ¿Cuáles son las verduras y frutas que más comen en tu casa?
- ¿Qué historias conoces en las que la comida sea importante?
- ¿Qué texturas de las comidas no te gustan o no toleras?
- ¿Comes las marcas de comida que ves en la televisión?
- ¿Qué tomas más: jugos o gaseosas?
- ¿Comes por fuera de la casa?
- ¿Cada cuánto comes por fuera?
- ¿Comes en restaurantes?
- ¿Comes en puestos callejeros?
- ¿Qué prefieres comer en la calle?

En un segundo momento, se realiza un ejercicio para caracterizar la comida de la gente negra, indígena, mestiza o blanca a través de imágenes, para poder identificar los estereotipos que recaen en las personas según su etnia. Luego se abordan los conocimientos que tienen sobre comunidad negra y titulación colectiva, para finalizar con una reflexión sobre la importancia de conservar el territorio colectivo y el papel que ellos tendrán que jugar en el futuro para mantener unida a la gente y preservar la cultura propia. En estas dos actividades se podrán evidenciar varios elementos relacionados con los gustos y rechazos sobre la comida y la adscripción étnica que los jóvenes tienen.

### ***Resultados sobre el estado nutricional de los niños y jóvenes de la Institución Educativa Normal Superior Santa Teresita***

En cuanto a la evaluación nutricional, esta se centra en el indicador “talla para la edad”, el cual permite evidenciar problemas nutricionales en los individuos a largo plazo. Este indicador es importante para el estudio porque, al igual que el racismo estructural, necesita del factor tiempo para que se instale y evidencie efectos negativos permanentes en las personas. En cuanto a la nutrición, hay otros factores que inciden en el crecimiento de los niños y que se ven reflejados en este indicador, como son los problemas psicosociales, gestaciones complicadas por vómito excesivo, mala alimentación de la madre o bajo peso del recién nacido. En este sentido, el niño con bajo peso requiere hacer un esfuerzo mayor para alcanzar el peso ideal de su edad, colocándolo en una posición de desventaja frente a otros recién nacidos en condiciones normales (Figura 3)



**Figura 3.** Talla para el peso.

*Fuente:* elaboración propia, 2017.

Se encontró que el 52% de la población estudiantil tiene un peso adecuado y se encuentra en condiciones estables, presentando un desarrollo óptimo; mientras el 48% restante se encuentra con algún tipo de desequilibrio en relación al peso, representando un riesgo real o potencial para su salud. El 48% de la población afectada por un desequilibrio en el peso se encuentra distribuida de la siguiente manera: un 24% se encuentra con sobrepeso, un 14% con obesidad y un 10% con riesgo de delgadez.

En relación con la talla, se encontró que un 76% de los estudiantes tiene una talla adecuada, lo que implica que su crecimiento a la fecha es adecuado y está acorde con los parámetros establecidos por la OMS. Un 24% se encuentran por fuera de los parámetros deseados, quedando un 14% con riesgo de baja talla y un 10% con un retraso en la talla.

### **Resultados de los talleres sobre comida y etnicidad**

En primer lugar, todos los niños de primaria recibieron con buen gusto los platos que se repartieron en las láminas. Al preguntarles sobre qué alimentos les gustaría comer más, la mayoría respondió: perro, hamburguesa, papas fritas y chorizo. Aunque no son platos que consuman comúnmente, los niños perciben estas comidas como algo especial y, por lo tanto, de mayor gusto. Sin embargo, frente a la comida que les dan en la casa y que más les gusta, dijeron que las sopas, frijoles, sancocho, pollo y arroz con carne. A pesar de esta disputa entre lo ideal y lo real, se evidencia que los gustos de los niños se derivan de la disponibilidad de comida que tienen en la casa. Esto modela sus preferencias, al igual que la disponibilidad de frutas en las zonas públicas.

Debido a que la escuela no tiene tienda y la más cercana se encuentra en el pueblo, los niños no tienen un alto consumo de mercado. Además, los padres no ven necesario darles dinero para llevar a la escuela; por esta razón, sus gustos están mediados por la comida a la cual tienen acceso y la que difunden los medios de comunicación. Al no tener acceso a mercado por falta de dinero, y menos aún al que se publicita en la televisión, los jóvenes consumen generalmente productos sanos y que sí los alimentan.

En cuanto a la comida que les dan en el restaurante escolar, respondieron que lo que más les gusta es la carne desmechada, el arroz, la papa machacada, el huevo y la arepa. Hay que recordar que la mayoría de los niños de primaria –alrededor de doce– se benefician del restaurante escolar. En cuanto a la comida que les llevan los papás, el grupo restante manifestó que lo que más comen es arepa, huevo, arroz, papas, sudado, calentado de frijoles, salchipapas y aguapanela. En ambos casos, la comida que les dan les gusta bastante y las frutas que más le gustaría comer, pero que no lo pueden hacer, son las peras, uvas y manzanas.

En cuanto a la alimentación que las madres les llevan a la escuela, manifiestan que es porque sus padres no tienen el dinero para pagar la cuota del restaurante y porque la comida allí es muy poca. Pero la persona encargada de la alimentación manifestó que lo que tenían que pagar eran doscientos pesos, por lo que no parece coherente la reticencia de las madres frente al restaurante escolar. Por lo tanto, es posible ubicar esta postura materna en la confrontación cultural sobre los gustos de la comida. Ideas como las de que “yo soy quien le prepara la comida a mi hijo”, “quién sabe qué les dan allá” y “ese poquito de comida no lo va a alimentar porque él come mucho más”, son posturas que podrían evidenciar una lucha por el control del cuerpo de los niños entre el Estado y la madre. Respecto a los jóvenes de bachillerato, se pudo hacer un acercamiento mayor al mundo de la comida, abordando sus gustos y rechazos. Con ellos se logró percibir una mezcla conceptual entre el gusto de los alimentos y el beneficio que tienen sobre el cuerpo, dando la percepción, por lo menos desde el campo de lo ideal, de un conocimiento de la comida sana y beneficiosa para su cuerpo. Palabras como “comida sana”, “energía”, “proteína” y “vitaminas”, se derivan de la publicidad de los medios de comunicación y de la cultura general que se sustenta en los programas educativos ocasionales que reciben. Esto indica que no existe una interiorización del papel de los alimentos en el cuerpo, contribuyendo a justificaciones cortas y sin profundidad. En este sentido, Rafael Díaz Maderuelo (2005) advierte sobre el papel de la publicidad de los alimentos y cómo estos influyen en la toma de decisiones de los sujetos, bien sea a favor o en contra .

## **Racismo estructural y estado nutricional en la comunidad de San Nicolás de Bari**

Durante el proceso de investigación, el concepto de racismo estructural se ha construido a partir de varios autores que, desde sus diferentes espacios disciplinares, se han dado a la tarea de darle forma, que sirve para tener un análisis más profundo de la realidad investigada. Asimismo, los análisis del trabajo de campo han aportado elementos esenciales para la aproximación a una definición más nutrida, con lo cual permitimos analizar el efecto del racismo estructural en los hábitos alimentarios y el estado nutricional en la vereda San Nicolás de Bari.

A partir de las reflexiones de autores como Claudia Mosquera, Eduardo Bonilla (2011), Ulrich Oslender (2008), Frantz Fanon (1968) y Arturo Escobar (1996), se puede definir el racismo estructural como aquellas acciones discriminatorias en asuntos de raza, por acción u omisión, que no son el resultado de la interacción cotidiana entre los ciudadanos, sino acciones de poder conscientes y sistemáticas. Estas están orientadas por grupos privados o instituciones del Estado, tendientes a mantener a un grupo poblacional en condiciones de desigualdad frente a otros en lo económico, lo político, lo psicológico y lo cultural, debido a sus rasgos fenotípicos o ascendencia. Partiendo de esta definición, se evidencian dichos efectos en la agricultura y la pesca, como espacios tradicionales para conseguir alimentos en la comunidad de San Nicolás de Bari. Luego, nos centramos en otros sectores que condicionan las formas de producir alimentos o de conseguir el dinero necesario para adquirirlos.

### ***El racismo estructural en la agricultura y la pesca***

En el campo, el racismo estructural se evidencia en la falta de un sistema de riego que posibilite mejorar la productividad de los suelos, y en la poca o nula participación estatal en el sistema productivo. La gente sigue viviendo, como cientos de años atrás, por sus propias iniciativas para poner a producir la tierra. Únicamente la iniciativa de Corantioquia cuando intentó sacar adelante el proyecto de siembra de vainilla, pero que no alcanzó a consolidarse, ha sido la respuesta de un Estado que, tanto en lo municipal como en lo nacional, sigue dejando en el olvido las posibilidades de desarrollo de la comunidad. Estas iniciativas nacen destinadas al fracaso, pues no tienen en cuenta las características de la zona ni los conocimientos locales sobre agricultura.

Otro proyecto en el cual la comunidad tiene grandes esperanzas, es el acuícola, que está siendo operado por el Proceso de Comunidades Negras –PCN–, organización nacional creada a principios de los noventa, durante los procesos organizativos derivados de la Ley 70 de 1993. El PCN acompaña a las organizaciones afrodescendientes y consejos comunitarios del país en sus luchas reivindicativas

frente a particulares y al Estado. En el marco del paro campesino nacional de 2013, el PCN logró comprometer al Gobierno Nacional con recursos que posibilitaran proyectos productivos en todo el territorio nacional, con un enfoque comunitario.

En la actualidad, el proyecto ha presentado dificultades en su ejecución debido al incumplimiento del gobierno en cuanto al desembolso de los recursos comprometidos, lo que ha llevado nuevamente a un descontento de la comunidad y a una percepción de abandono de parte del Estado. Sin duda, este proyecto es la ejecución más grande que se haya hecho en la comunidad, con un monto cercano a los \$ 340'000.000. Esta iniciativa podría transformar la vida económica de la comunidad, incluyendo un mínimo de cuarenta familias. Asimismo, las mujeres podrán tener una fuente de trabajo constante y el conocimiento técnico de una labor que siempre ha estado bajo el dominio de los hombres.

El desprecio por los territorios campesinos, en especial por aquellos que siempre han vivido en el abandono, es una constante en todos los gobiernos. Desde la creación de la República, la gente de piel oscura ha sido la más golpeada, debido al racismo; marginados de los beneficios y oportunidades sociales, han tenido que hacer su vida en medio de la precariedad. Este es un claro ejemplo de racismo estructural, ya que estas acciones afectan de manera directa a toda una población, sobre la cual ya hay un antecedente histórico de abandono y de despojo de sus territorios. Sin excepción, todos los proyectos ejecutados por el PCN en el marco de estos acuerdos, han sufrido los mismos problemas, afectando la consolidación y poniendo en riesgo la superación de las condiciones desfavorables en que las comunidades afrodescendientes han estado sumergidas.

### **División sexual del trabajo, universo organizativo y desarrollo local**

Toda sociedad articula los roles y los tipos de trabajo que cada quien realiza a su interior: hay trabajos que son asociados tradicionalmente a las mujeres, hombres, niños o ancianos. Si bien estos roles y trabajos no son permanentes en el tiempo, generalmente sus transformaciones obedecen a procesos lentos en los modos de producción y en lo político. Las microeconomías familiares de la comunidad de San Nicolás de Bari evidencian la asignación de trabajos según el sexo muy apegados a los roles históricos; la mujer está asociada a la cocina y al cuidado de los niños, mientras los hombres al campo, la pesca y trabajos pesados como la construcción.

Las labores están enmarcadas, en su mayoría, dentro de la informalidad y el conocimiento tradicional de los oficios, como el caso de las mujeres que trabajan en fincas o se organizan en natilleras, y el de los hombres que realizan los oficios de agricultores, pescadores o jornaleros en las fincas cercanas. Esta oferta laboral es, a su vez, una radiografía de la oferta que a nivel general tienen las comunidades

afrodescendientes a lo largo del territorio nacional, evidenciando el racismo estructural que sobre ellas recae.

Cabe anotar que en condición de exclusión, las mujeres de la comunidad tienen una triple condición, ya que, además, de ser pobres son mujeres negras, lo que dificulta aún más su situación para obtener una manera digna de trabajar y desenvolverse socialmente. Al respecto, Ivonne Viscarra Bordi (2008) expresa que la falta de recursos producidos se debe a la inseguridad alimentaria y que esta afecta principalmente a las mujeres, porque son ellas quienes deben alimentar a sus familias.

La natillera es el principal espacio organizativo en torno a la comida, con el cual las mujeres realizan sus actividades comunitarias. Estas funcionan como pequeñas asociaciones, donde un grupo de mujeres se une para cocinar y ofrecer lo cocinado a la gente de la comunidad. La característica principal de las preparaciones es que deben ser platos económicos de fácil preparación. Con esto se busca que el costo de inversión sea bajo y la posibilidad de venta sea alta. En este sentido, los platos que más se preparan son el salpicón, el arroz con leche, las empanadas, las papas rellenas y los tamales. Estos platos son vendidos mediante recorridos que las mujeres hacen por las calles de la comunidad, ofreciéndolos o entregando algunos ya comprometidos previamente.

## **Conclusiones**

El racismo estructural, como categoría de análisis, es aplicable sólo a comunidades étnicas. En este sentido, la comunidad negra de la vereda San Nicolás de Bari no puede ser simplemente analizada como una comunidad campesina y pobre, ya que su condición étnica le precede y condiciona a este estado. Es en este sentido, las condiciones de vida, y la situación alimentaria y nutricional adquieren un resultado diferente al de otras comunidades campesinas; sin embargo, es necesario ampliar la investigación a la relación comunidad – estado para hacer más evidente esta premisa y demostrar las influencias estructurales externas que condicionan la vida alimentaria de esta comunidad.

Se espera que esta investigación haga un aporte al análisis para mejorar la comprensión de los hábitos alimentarios y del estado nutricional de las comunidades afrodescendientes. Se tiene, como punto de partida, el concepto de racismo estructural en diferentes ámbitos de la vida social, el cual condiciona un elemento fundamental para el cuerpo humano: la comida, tanto desde el punto de vista cultural como biológico. La investigación también aporta elementos para comprender el cuerpo como espacio sociobiológico y holístico en una sociedad cambiante, influenciada por factores externos.

Como evidencia, la investigación arroja gustos y rechazos hacia la comida basados principalmente en la capacidad adquisitiva de las personas, y deja ver cómo

las preferencias se han ido perfilando a través del tiempo desde una transmisión constante del conocimiento. Esto se basa en las diferencias entre hombres y mujeres, aunque con un notable cambio de las enseñanzas de las madres hacia los hijos. Sobre las mujeres, recae la enseñanza en la preparación de la comida y la alimentación de los niños, y la definición de los gustos y rechazos que ellos adquirirán en el futuro. Sin embargo, cabe preguntarse sobre los cambios en este sentido, teniendo en cuenta que cada vez es mayor el número de mujeres que trabajan en las fincas de la zona: ¿qué cambios tendrán los trabajos tradicionales de las mujeres, dado que cada vez acuden más al trabajo en las fincas? ¿Qué efectos tendrá a largo plazo la enseñanza de las madres a los hijos hombres en la preparación de alimentos?

Debido a que el racismo estructural se desarrolla desde las esferas de poder, es necesario profundizar en la relación de la comunidad con la alcaldía, las instituciones regionales y los particulares, que inciden en la vida económica y productiva de la región. Esto implica también la necesidad de que la comunidad establezca un diálogo con los agentes del poder local, para así desarrollar propuestas tendientes a mejorar sus condiciones de vida históricamente vulneradas y, por parte del Estado, implementar la Ley 70 de 1993 y otras disposiciones que permitan el reconocimiento de la comunidad afrodescendiente. De igual manera, se hace necesario un fortalecimiento del trabajo mancomunado entre los consejos comunitarios, para establecer unas líneas de producción agropecuaria en función de la seguridad y soberanía alimentarias de las comunidades negras del municipio.

Al ser el racismo estructural uno de los factores que más fuertemente ha influenciado la producción en el campo y la pesca en el río, surge en la investigación el asunto central de la consecución de alimentos para las personas de la comunidad. Como esto depende de procesos históricos arraigados en los centros de poder, es necesario que los consejos comunitarios hagan cada vez más visibles estas relaciones en el campo de la alimentación. Las omisiones sistemáticas, en relación con la planificación y ejecución de los planes de desarrollo para las comunidades negras, deberán ser abordadas por nuevas investigaciones, para entender qué tanto han cambiado este tipo de relaciones, al igual que la participación de los consejos comunitarios en la planificación, ejecución y evaluación de los mismos.

Es evidente la falta de un seguimiento nutricional de los niños por parte del Estado. Sin duda, esto obedece a una política de omisión, ya que este tipo de resultados necesariamente conducen a una intervención en la alimentación. Si bien el Estado, en cabeza del restaurante escolar, envía la alimentación bajo minuta a los niños, esta alimentación no es adecuada para la cultura alimentaria de la comunidad y la calidad de los productos es deficiente. Queda pendiente realizar una evaluación periódica de los niños, que garantice un seguimiento nutricional y las formulaciones pertinentes para buscar la nutrición óptima.

## Referencias bibliográficas

- Bonilla, Eduardo (2011). “¿Qué es el racismo?: hacia una interpretación estructural”. En: Claudia Mosquera, Agustín Laó y César Rodríguez (eds.), *Debates sobre ciudadanía y políticas raciales en las Américas Negras*. Universidad del Valle y Universidad Nacional de Colombia, pp. 649-700.
- Escobar, Arturo (1996). *La invención del Tercer Mundo: construcción y deconstrucción del desarrollo*. Norma, Bogotá.
- Oslander, Ulrich (2008). *Comunidades negras y espacio en el Pacífico colombiano: hacia un giro geográfico en el estudio de los movimientos sociales*. Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, ICANH y Universidad del Cauca, Bogotá.

## Referencias electrónicas

- Aguilar, Paris (2001): Por un marco teórico conceptual para los estudios de antropología de la alimentación. Vol 35. N.º 1 11-29, pp. 95-111 [En línea:] <http://www.revistas.unam.mx/index.php/antropologia/article/view/14884>. Consultado el 9 de noviembre de 2017.
- Contreras, Jesús (1992). “Alimentación y cultura: reflexiones desde la antropología”. En: *Revista Chilena de Antropología*, N.º 11, pp. 95-111. Universidad de Chile, Santiago de Chile. [En línea:] <http://www.revistadeantropologia.uchile.cl/index.php/RCA/article/viewFile/17643/18408>. Consultado el 18 de septiembre de 2017.
- Delgado, Ramiro (2010): Gustemas y tecnemas, identidades culinarias de sabores y saberes. [En línea:] <https://revistas.unal.edu.co/index.php/maguare/article/view/17885>. Consultado el 13 de abril de 2017
- Duhart, Frédéric (2002). “Comedo ergo sum. Reflexiones sobre la identidad cultural alimentaria”. En: *Gazeta de Antropología*, N.º 18. [En línea:] <http://www.gazeta-antropologia.es/?p=3177>. Consultado el 12 de mayo de 2017.
- Estrada, Julián (1995): Mantel de cuadros, crónicas acerca del comer y el beber. [En línea:] <http://files.ingenieria-del-menu.webnode.com.co/200000011-1e8de1f88a/Mantel%20a%20cuadros.pdf>. Consultado el 25 de junio de 2017
- Fanon, Frantz (1968): *Piel negra, máscaras blancas*. [En línea:] <https://creandopueblo.files.wordpress.com/2011/09/29713474-fanon-frantz-piel- negra-mascaras-blancas.pdf>. Consultado el 16 de mayo de 2017.
- Maderuelo, Rafael (2005): *Alimentos disfrazados. De la metáfora al fraude*. [En línea:] <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2196354>. Consultado el 1 de septiembre de 2017.
- Montanari, Massimo (2004) La comida como cultura, España: Ediciones Trea, S.L
- Organización Mundial de la Salud –OMS– (1963). *Malnutrición y enfermedad*. [En línea:] [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/105724/1/a58435\\_sp.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/105724/1/a58435_sp.pdf). Consultado el 24 de septiembre de 2017.
- Organización Mundial de la Salud –OMS– (2016). *Obesidad y sobrepeso*. [En línea:] <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. Consultado el 25 de septiembre de 2017.
- Patiño, Ossa (2007): Fogón de negros, cocina y cultura en una región de Latinoamérica. [En línea:] <http://patrimonio.mincultura.gov.co/SiteAssets/Paginas/Publicaciones-biblioteca-cocinas/biblioteca%208.pdf>. Consultado el 15 de mayo de 2017

- Pollitt, Ernesto (1984). *La nutrición y el rendimiento escolar*. [En línea:] <http://unesdoc.unesco.org/images/0006/000623/062306so.pdf>. Consultado el 1 de octubre de 2017.
- Rivera, María (2006): Hábitos alimentarios en estudiantes de la Universidad de Juárez Autónoma de Tabasco. En: *Revista Cubana de Salud Pública*. Vol. 32, N.º3, [En línea:] <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21420864005>
- Rodríguez, Cosette (2008). Estado nutricional y orientación nutricional en estudiantes de ballet de nivel elemental parte II. Recuperado de: [http://www.tcasevilla.com/archivos/estado\\_nutricional\\_y\\_orientacion\\_nutricional\\_en\\_estudiantes\\_de\\_ballet.\\_ii.pdf](http://www.tcasevilla.com/archivos/estado_nutricional_y_orientacion_nutricional_en_estudiantes_de_ballet._ii.pdf). Consultado el 8 de agosto de 2017.
- Rosique, Javier (2006). “Estado nutricional y hábitos alimentarios en indígenas embera de Colombia”. En: *Nombre de la revista*, vol. 37, N.º 3, pp 270-280. [En línea:] [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182010000300002](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182010000300002). Consultado el 6 de octubre de 2017.
- Soca, Miguel; Pena, Nino. Consecuencias de la obesidad. ACIMED, Ciudad de La Habana, v.20, n.4, p.84-92, oct. 2009. [En línea:] [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1024-94352009001000006&lng=es&nrm=iso](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1024-94352009001000006&lng=es&nrm=iso). Consultado el 8 de agosto de 2017.
- Stoking, George (1982): Franz Boas y el concepto de cultura en perspectiva histórica. Recuperado de: <https://es.scribd.com/document/110530587/Stocking-Franz-Boas-y-el-concepto-de-cultura-en-perspectiva-historica>. Consultado el 9 de abril de 2017.
- Velásquez Valdivia, Aníbal (2005). *Factores económicos asociados a la nutrición e impacto de programas de reducción de la pobreza en la desnutrición de países en desarrollo. Una revisión sistemática*. [En línea:] [http://www.midis.gob.pe/dgsye/evaluacion/documentos/ev\\_Revision\\_Sistematica\\_economia\\_nutricion\\_AV\\_fin.pdf](http://www.midis.gob.pe/dgsye/evaluacion/documentos/ev_Revision_Sistematica_economia_nutricion_AV_fin.pdf). Consultado el 15 de julio de 2015.
- Viscarra Bordi, Ivonne (2008): Entre las desigualdades de género. Un lugar para las mujeres pobres en la seguridad alimentaria y el combate al hambre. Recuperado de: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=59511124007>> ISSN 0187-5795. Consultado el 20 mayo de 2019.