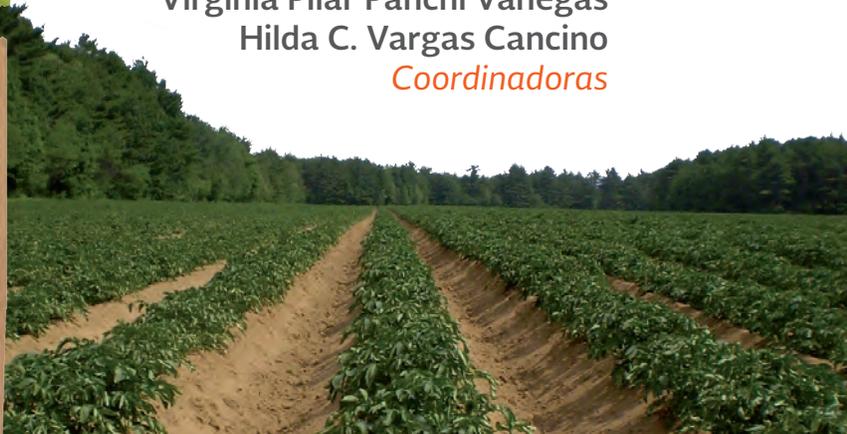


CONSUMO RESPONSABLE

Gastronomía sostenible
y soberanía
alimentaria



Virginia Pilar Panchi Vanegas
Hilda C. Vargas Cancino
Coordinadoras



CONSUMO RESPONSABLE

Gastronomía sostenible
y soberanía alimentaria

Universidad Autónoma del Estado de México

Doctor en Ciencias e Ingeniería Ambientales

Carlos Eduardo Barrera Díaz

Rector

Doctora en Ciencias Sociales

Martha Patricia Zarza Delgado

Secretaria de Investigación y Estudios Avanzados

Maestro en Tecnología Educativa

Alberto Torres Gutiérrez

Director de la Dirección de Educación

Continua y a Distancia

Doctor en Ciencias Sociales

Emilio Gerardo Arriaga Álvarez

Director del Instituto de Estudios

Sobre la Universidad

Maestra en Administración

Susana García Hernández

Directora de Difusión y Promoción

de la Investigación y los Estudios Avanzados

CONSUMO RESPONSABLE

Gastronomía sostenible
y soberanía alimentaria

Virginia Pilar Panchi Vanegas
Hilda C. Vargas Cancino
Coordinadoras



Toluca, 2022

Consumo responsable : Gastronomía sostenible y soberanía alimentaria /
Virginia Pilar Panchi Vanegas e Hilda C. Vargas Cancino, coordinadoras.
1ª ed.
Toluca, Estado de México : Universidad Autónoma del Estado de México,
2022.
152 p ; 25 cm.

ISBN 978-607-633-457-7 (impreso)
ISBN 978-607-633-458-4 (PDF)
Incluye referencias bibliográficas.

1. Gastronomía -- Aspectos ambientales.
 2. Industria alimentaria sostenible.
 3. Hábitos alimenticios -- Aspectos ambientales.
- I. Panchi Vanegas, Virginia Pilar, coord.
II. Vargas Cancino, Hilda C., coord.
III. Título.

TX360.M4 C67 2022

CONSUMO RESPONSABLE

Gastronomía sostenible
y soberanía alimentaria

Virginia Pilar Panchi Vanegas
Hilda C. Vargas Cancino
Coordinadoras

Libro sometido a sistema antiplagio y publicado con la previa revisión y aprobación de pares doble ciego externos que forman parte del Sistema Nacional de Investigadores, nivel I. Expediente de proceso editorial 302/10/2021, Dirección de Difusión y Promoción de la Investigación y los Estudios Avanzados, adscrita a la Secretaría de Investigación y Estudios Avanzados de la UAEM.

Primera edición: junio de 2022

ISBN 978-607-633-457-7 (impreso)
ISBN 978-607-633-458-4 (PDF)

D.R. © Universidad Autónoma del Estado de México
Instituto Literario núm. 100 Ote. C.P. 50000, Toluca, México
<http://www.uaemex.mx>

La portada ha sido diseñada usando imágenes de Freepik.com

Esta edición y sus características son propiedad de la Universidad Autónoma del Estado de México.

El contenido de esta publicación es responsabilidad de las coordinadoras.



Esta obra queda sujeta a una licencia *Creative Commons* Atribución-No Comercial-Sin Derivadas 4.0 Internacional. Puede ser utilizada con fines educativos, informativos o culturales, ya que permite a otros sólo descargar sus obras y compartirlas con otros, siempre y cuando den crédito, pero no pueden cambiarlas de forma alguna ni usarlas de manera comercial. Disponible para su descarga en acceso abierto en: <http://ri.uaemex.mx>.

Hecho en México.

ÍNDICE

9

INTRODUCCIÓN

39

CAPÍTULO 2

**Los desafíos de la soberanía alimentaria
en la educación universitaria
y en consumo ético alimentario**

Virginia Pilar Panchi Vanegas

83

CAPÍTULO 4

**Consumo agroecológico desde una visión
ecocéntrica con la Carta de la Tierra**

David Eduardo Velázquez Muñoz

127

CAPÍTULO 6

**Alimentación vegetariana como
un acto socialmente responsable**

Paola Ariselda Sánchez Reyna

149

ACERCA DE LOS AUTORES

15

CAPÍTULO 1

**Gastronomía sostenible: acción
colectiva y gobernanza ambiental
local para la soberanía alimentaria**

José Alexander Vásquez Colorado

59

CAPÍTULO 3

**Universidad y calidad de vida
alimentaria. Identificación
de indicadores de siembra agroecológica
para una gastronomía sostenible**

Hilda C. Vargas Cancino

103

CAPÍTULO 5

**Gastronomía doméstica. Educar
para la Sostenibilidad Ambiental**

Lucía M. Collado Medina

147

CONCLUSIONES

INTRODUCCIÓN

La presente obra patentiza el trabajo colegiado de un grupo de investigación enfocado en el estudio de la gastronomía sostenible como eslabón para facilitar la soberanía alimentaria. Las instituciones educativas tienen una función primordial como cogestoras de esta tarea, dentro del marco de una ética social ecológica. Asimismo, los capítulos que integran este libro son propuestos desde la Red Transdisciplinaria Internacional para la Educación y la Soberanía Alimentaria. Diálogos de Cooperación entre Universidad y Comunidad (RITEISA)¹.

El propósito es ofrecer diferentes visiones teóricas y prácticas en la identificación de indicadores de gastronomía sostenible, mismas que caracterizan las prácticas de consumo responsable desde cadenas cortas: productor local-restaurante-consumidor, a partir del modelo teórico de Montecinos. Se intenta comprender el papel que juegan las universidades por estar en vínculo directo con la comunidad.

La educación superior universitaria cumple un rol fundamental en la promoción y adopción de modelos educativos críticos que potencien el conocimiento y la capacidad humana para convivir con la naturaleza y la sociedad, de manera sostenible. La alimentación es uno de los derechos básicos de la humanidad y de todo ser vivo; la pandemia de COVID-19, iniciada en 2020, ha mostrado a los pueblos del mundo su vulnerabilidad en materia de alimentación y de salud.

Con el avance en el conocimiento de la gastronomía, integrado a los planes de estudios universitarios, se abre la posibilidad de reconocer a la alimentación más allá del acto de comer: como una acción cultural, social, ecológica, política y ética, enlazada con eslabones de la cadena de producción y consumo que redundan en beneficio de la población. En torno a la gastronomía se gestan elementos donde se integran conocimientos, experiencias, saberes ancestrales, cultura y procesos de producción, comercialización y consumo. Sin embargo, los aspectos esenciales de la gastronomía sostenible, que aquí

¹ Para conocer más sobre las actividades de la Red Transdisciplinaria Internacional para la Educación y la Soberanía Alimentaria puede revisar la página web: <http://riteisa.org/>

se destacan están vinculados íntimamente con el origen agroecológico de los alimentos, cuyo sello distintivo es su alto nivel de sanidad: desde las semillas que se usan para su obtención, hasta la suspensión del uso de agroquímicos, que terminan por envenenar el proceso cuando son vertidos en las plantaciones. Otro aspecto vital asociado a la gastronomía sostenible es el reconocimiento de los saberes locales culinarios, de la cultura local, el fomento de las economías locales sostenibles, y por lo tanto, el reconocimiento de la soberanía alimentaria de los pueblos.

La presencia de diferentes universidades que fomentan las carreras de gastronomía ha catalizado la innovación y diversidad en los servicios gastronómicos. En el contexto enunciado, la presente edición dirige su mirada hacia la alimentación haciendo énfasis en los impactos en la salud individual, colectiva y de los ecosistemas, además de los efectos que provoca en la economía local y de su gente. Los capítulos del libro, asimismo, buscan incidir en la educación en consumo responsable, a fin de formar estudiantes y profesionales con conciencia social capaces de correlacionar el problema ambiental con los patrones de hábitos alimenticios y de consumo en general, lo que resultaría en propuestas educativas conectadas con los saberes comunitarios, la siembra local agroecológica, y con el turismo sostenible de alimentos y bebidas.

Lo anterior resalta la importancia de trabajar desde las universidades por una educación que integre la formación en soberanía alimentaria en paralelo con el consumo responsable y la defensa del *marketing* ecológico o sostenible.

Es importante destacar que, mientras los agronegocios poseen infraestructuras gigantescas de impacto internacional apoyadas en la biotecnología y en la mercadotecnia, la soberanía alimentaria además de dirigir sus esfuerzos hacia una agricultura artesanal, ecológica y local, presta especial atención a las semillas, en su protección, depuración e intercambio, por ser éstas la base de la vida y de la alimentación. Por ello, es importante defender una educación que facilite un sistema alimentario que adopte medidas responsables con el presente y futuro de la sociedad, al producir, distribuir y consumir más los alimentos locales y colaborar con la comunidad a través del comercio justo. Es imperativo establecer un sistema alimentario donde se valore la producción y la calidad de los productos, se respeten las tradiciones culturales de los alimentos y se promueva la educación alimentaria y ambiental, para luego permear estas prácticas en la población. Si se transforman las conciencias dentro de las instituciones universitarias,

será más sencillo transformar los hábitos alimenticios de la comunidad, en virtud de que sus egresados sean copartícipes de la creación de modelos de consumo.

José Alexander Vásquez Colorado, en el primer capítulo “Gastronomía sostenible: acción colectiva y gobernanza ambiental local para la soberanía alimentaria”, expone elementos que conjugan y enriquecen prácticas colectivas para una gastronomía sostenible como alternativa para orientar nuevos sentidos sobre el encuentro y lo común; hace un análisis crítico de lo individual o privado, sobre lo común, como medida contra el neoliberalismo que ha afectado dinámicas colectivas y prácticas culturales de la alimentación en el mundo. El capítulo expone prácticas que pretenden construir apuestas desde lo comunitario, la gobernanza ambiental, la defensa de los bienes comunes naturales como el agua y las semillas, así como la práctica de la gastronomía sostenible en la que convergen múltiples actores (proveedores, transformadores de alimentos, cocineros y consumidores), que gestionan esos bienes desde formas de coparticipación en la toma de decisiones.

En el segundo apartado: “Los desafíos de la soberanía alimentaria en la educación universitaria en consumo ético alimentario”, Virginia Pilar Panchi Vanegas expone las implicaciones críticas del modelo económico de crecimiento y desarrollo con el fomento de la Revolución Verde y su impacto en el sistema alimentario; plantea el conflicto así como la dimensión económica de la seguridad alimentaria y trata la noción de soberanía alimentaria como movimiento social, cultural, político y alternativo que posibilita la defensa del derecho a la alimentación, no sólo saludable, sino éticamente consumible. Finalmente, destaca la relevancia del diálogo de saberes y la formación participativa promovida desde la Universidad frente al reto de educar para el consumo ético en la alimentación.

En el tercer capítulo: “Universidad y calidad de vida alimentaria. Identificación de indicadores de siembra agroecológica para una gastronomía sostenible”, Hilda C. Vargas Cancino expone fundamentos y experiencias en la promoción de una calidad de vida alimentaria. Revisa tres temáticas principales: la primera hace referencia a los elementos que integran una buena calidad de vida desde el enfoque de las capacidades de Nussbaum, continúa con aquellos vinculados directamente a la alimentación donde concilia el enfoque de las capacidades con la soberanía alimentaria desde La Vía Campesina, así como los factores que la posibilitan; en el segundo tema, la autora propone a la Universidad como cogestora de la calidad de vida alimentaria

y del derecho a la alimentación; en el último apartado, aborda el relato de experiencias desde la comunidad universitaria en el acompañamiento a los pequeños productores agroecológicos, e incluye una propuesta de indicadores para valorar el nivel de transición de estos productores hacia la siembra agroecológica como posibles proveedores de establecimientos interesados en practicar una gastronomía sostenible. Los indicadores están soportados en el trabajo colegiado y desde las bases teóricas de la agroecología, la permacultura, el enfoque de las capacidades, el modelo gastronómico sostenible de Montecinos, así como la Carta de la Tierra.

El resultado es la integración de 36 indicadores dispuestos en cuatro categorías: I Integridad ecológica (17), II Patrimonio gastronómico (5), III Justicia económica (9) y IV Vinculación interna y externa desde el respeto (5). Finalmente, la autora determina que la importancia de esta propuesta reside en contar con una serie de indicadores de siembra agroecológica, cuyo trasfondo ético sea favorecer la calidad de vida, por lo que los considera una herramienta didáctica para quienes quieren empezar una transición hacia la siembra sostenible, y que además puedan tener espacios de venta para su producción excedente, tanto en mercados locales como en pequeños y medianos restaurantes.

David Eduardo Velázquez Muñoz es el autor del cuarto capítulo: “Consumo agroecológico desde una visión ecocéntrica con la Carta de la Tierra”, donde aborda la influencia de las visiones de mundo sobre las decisiones de consumo; para ello, el autor analiza el impacto del paradigma hegemónico en las actuales condiciones de existencia, posteriormente plantea la propuesta de la visión de mundo desde la Teoría de Gaia, la ecología profunda y la ética del cuidado. Se analiza el consumo como un fenómeno inherente a la existencia del ser humano que permea en sus distintos ámbitos relacionales como mediador en las interacciones sociales, y se propone unir la propuesta expuesta con las características del consumo agroecológico, donde la Carta de la Tierra es el elemento articulador.

A partir del análisis de los principios y estrategias de acción de la Carta de la Tierra, el autor propone parámetros agroecológicos para consumidores y productores, a quienes considera ciudadanos conscientes cuya visión ecocéntrica les faculta para comprometerse con el cuidado de la comunidad, de la vida y avanzar con paso firme entre las personas que guían a la humanidad hacia un nuevo comienzo.

Lucía M. Collado Medina, autora del capítulo quinto: “Gastronomía doméstica. Educar para la Sostenibilidad Ambiental”, aborda la problemática del consumo alimentario, analiza su importancia en el ámbito doméstico y sugiere el retorno a formas tradicionales que aporten a la transformación de las prácticas alimentarias en beneficio de la salud humana y ambiental.

En el desarrollo del capítulo hace referencia a la responsabilidad y perfil que los consumidores deben asumir ante el reto de la sostenibilidad, asimismo, propone retornar a los orígenes de la gastronomía desde los hogares. Argumenta sobre el significado e importancia de una gastronomía doméstica sostenible para aspirar a la sostenibilidad ambiental, además de algunos elementos para aportar desde este ámbito a la soberanía alimentaria; finalmente, se exponen algunas reflexiones para revertir los efectos del modelo hegemónico de alimentación.

Finalmente, Paola Ariselda Sánchez Reyna, en el sexto capítulo: “Alimentación vegetariana como un acto socialmente responsable” expone los tipos de dieta vegetariana que prevalecen, subraya la importancia de su adecuada planificación para su contribución a la prevención de enfermedades, mientras que propicia un impacto favorable en el ambiente y contribuye a la protección de los seres vivos que cohabitan el planeta. El propósito del capítulo es mostrar las razones para elegir una dieta vegetariana y ser socialmente responsable. Sánchez Reyna da cuenta de las influencias culturales y religiosas con las cuales esta forma de vida se asocia, su relación con distintas enfermedades y las implicaciones que supone incorporarla a un tratamiento alternativo.

El capítulo concluye al destacar la relevancia de que la adopción de una alimentación vegetariana debe acompañarse con un profesional de la salud, y que toda persona comprometida con el impacto que tienen sus actividades en la sociedad debe tomar la decisión de llevar un estilo de vida más saludable, a través de un comportamiento ético y transparente con la alimentación vegetariana, pensando siempre en el Otro.

Las diferentes aportaciones muestran un panorama ético integral desde distintas miradas que enlazan la gastronomía sostenible, la agroecología, el consumo responsable y la soberanía alimentaria. Estos elementos se comprenden como detonadores de una mejor calidad de vida, no sólo humana, sino planetaria, que promueva a partir de la educación, un actuar más ético hacia el entorno local y global.

CAPÍTULO 1

Gastronomía sostenible: acción colectiva y gobernanza ambiental local para la soberanía alimentaria

José Alexander Vásquez Colorado

Presentación

La crisis del modelo de bienestar en los países latinoamericanos¹, la profundización del modelo neoliberal con la privatización de la gestión de bienes comunes como el agua y las semillas, así como el incremento de los conflictos ambientales, invitan a volver la vista hacia lo común. El encuentro construido en la práctica colectiva alimenta un repertorio de acciones desde comunidades organizadas y no organizadas en defensa del derecho a la alimentación. Las propuestas construidas a muchas manos, como la gastronomía sostenible, representan caminos posibles para transitar hacia “una sociedad otra o a otro modelo civilizatorio”² con referentes distintos para construir otras formas de ser y estar en el mundo, incluidas las relacionadas con la alimentación.

Este escrito aborda cuatro elementos que permiten centrar la discusión en la profunda crisis que atravesamos. Estos son: 1. Gastronomía sostenible, 2. Acción colectiva, 3. Gobernanza ambiental local, y 4. Soberanía alimentaria. Bajo tales criterios se muestra la necesidad de construir alternativas desde otros referentes con respecto al alimento y a la alimentación.

La confluencia de actores supone la construcción de escenarios de coparticipación en los que la toma de decisiones esté marcada por los problemas abordados, los actores involucrados y los liderazgos ejercidos. De igual forma, que promuevan la construcción de planes de trabajo que organicen sus esfuerzos alrededor de los principios que la gastronomía sostenible promueve.

.....
¹ Este modelo es “semejante al Estado social conservador o corporativo europeo que paulatinamente, tras más de una década de reformas económicas y sociales, se ha ido acercando al modelo residual anglosajón”, tal como lo señala Carlos Barba, “América Latina: regímenes de bienestar en transición durante los años noventa”. *Caderno CRH*, 20, 50, (2007), p. 199.

² Arturo Escobar, “Más allá del desarrollo: postdesarrollo y transiciones hacia el pluriverso.” *Revista de Antropología Social*, 21, (2011), p. 23.

La conjugación de esos cuatro elementos ofrece pistas para identificar algunos indicadores a los que vale la pena prestar atención, por la importancia que tienen para soportar el trabajo colectivo y las formas en que se vienen estructurando iniciativas con respecto a alimentar y alimentarse.

1. Gastronomía sostenible, saber qué comer

Hablar de gastronomía nos invita a mirarla como una expresión de la cultura que recoge dos elementos esenciales. Por un lado, las representaciones sociales sobre la alimentación, en las que la incidencia de las prácticas culturales es tan fuerte que posibilita su construcción, define lo que es comestible y lo que no, de dónde se obtiene el alimento, su preparación, cómo se sirve, e incluso dónde y cómo se come; por ello se habla de un contexto social de la comida. Hoy existe menor variedad y mayor homogeneización de las dietas, debido a la estandarización de colores, formas y sabores de los alimentos durante su procesamiento.

A propósito de la influencia del mercado sobre la alimentación, la gastronomía que “otorgaba sentido a través de la estructuración de pautas culturales de alimentación, fue desplazada por la *gastro-anomía*: el no saber acerca del comer”³. Esto no surge por falta de información, todo lo contrario, diariamente nos nutren con “exceso de pautas, donde hay demasiadas normas: la de los padres, la de la publicidad, la de los chefs, la de la industria, la de los medios de comunicación”⁴.

A las representaciones sobre la alimentación se anudan otras sobre el cuerpo, la salud, la enfermedad o los modelos estéticos corporales. Esta relación sustenta formas de consumo de alimentos que responden a patrones mercantiles que indican, hegemónicamente, lo que se debe comer. Además, el mercado afecta las formas de producción, preparación, distribución y consumo de alimentos de culturas nativas y autóctonas.

Por otro lado, estas relaciones implican comprender que la gastronomía es un bien común cultural, pues implica una expresión de usos y costumbres compartidos por grupos sociales, que reivindican en sus intencionalidades marcas culturales que se dinamizan en la alimentación. En ese sentido,

³ María Rivera, *Hábitos alimentarios en estudiantes de las licenciaturas, en la división académica de Ciencias de la Salud*. Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, Villahermosa, 2004, p.14. [Tesis de maestría].

⁴ *idem*.

Benjamin Coriat ha propuesto “hacer de la alimentación un bien común”, de esta forma, coloca en el centro del debate el acceso al alimento, e incluso señala experiencias de lucha contra problemas como el de la malnutrición⁵.

Aquí entra la gastronomía sostenible. Su importancia está ligada a la responsabilidad presente y futura del uso que damos a los bienes comunes naturales, ecosistemas, imaginarios y prácticas culturales para el bienestar alimentario y alimenticio de nuestros pueblos. Esta apuesta se nutre de formas de relación en las que los productores realizan su labor sin estresar los ecosistemas, respetan las temporadas de producción, y por parte de los consumidores, acceder a alimentos más frescos, más nutritivos e inmediatos.

En este sentido, cocineras y cocineros de nivel mundial trabajan formas de consumo gastronómico responsable con el planeta. Fomentan dietas saludables y sostenibles, aprovechan el reconocimiento y popularidad que tienen, así como sus conocimientos en materia de alimentos. Por ejemplo, el chef mexicano Alfredo Oropeza ha mostrado interés por promover “una nutrición adecuada y reducir los problemas de salud relacionados con el sobrepeso y la obesidad. También promueve la agricultura sostenible en pequeña escala para mejorar la nutrición y los medios de vida rurales”⁶.

Para reducir el desperdicio de alimentos, el chef francés Bertrand Simon invita a emplear ingredientes de origen local y recetas *anti-gaspi* (contra el desperdicio de alimentos), con productos que suelen botarse a la basura. Otro abanderado en contra del desperdicio de alimentos es el chef japonés Katsuhiko Nakamura, quien propone recetas en las que aprovecha hasta el último trozo de un producto y “anima a los clientes de los restaurantes a que se lleven a casa todo aquello que no hayan consumido, lo que se ha dado en llamar el *doggy bag*”⁷. Por su parte, el chef Elijah Amoo Addo, fundador y director ejecutivo del programa Alimentos para toda África, centra sus esfuerzos en recuperar “el excedente de alimentos de supermercados, restaurantes y otras fuentes en Ghana, y lo distribuye, sobre todo en centros para niños, ancianos y personas con enfermedades mentales”⁸.

⁵ Es así como “un tercio de la población mundial sufre de este problema de salud pública en el mundo en sus diferentes formas”, según Benjamin Coriat, *et al.*, “Faire de l'alimentation un «bien commun»: les enseignements tirés de trois expériences de lutte contre la malnutrition”. *Papiers de Recherche AFD*, 114, (2019), p. 5.

⁶ Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), *Cocinar con respeto. Prestigiosos chefs elaboran mensajes sobre el Hambre Cero*. 2018. [En línea]: <https://bit.ly/3OBRjto> [Consulta: 18 de enero, 2021].

⁷ *idem*.

⁸ *idem*.

Otro ejemplo son los hermanos Roca, chefs españoles quienes “proponen distintas maneras para contribuir a la acción climática: elige bien tus alimentos, utiliza métodos de cocina sostenibles y reduce el desperdicio de comida”⁹. Estas iniciativas responden a la visión de que la gastronomía no sólo tiene que ver con la preparación de alimentos, sino con la expresión cultural que reconoce a la alimentación como un proceso sociocultural y bien común cultural de los pueblos.

En ese sentido, según la Organización de Naciones Unidas (ONU), la gastronomía que busque ser sostenible debe apuntar hacia:

- Disminución de residuos.
- Uso racional de los recursos.
- Producción sustentable.
- Respeto de los productos de temporada.
- Compromiso social para promover el comercio justo con productores y clientes¹⁰.

Estos elementos encierran un trabajo mancomunado para dar cuenta de nuevas relaciones con el alimento, con las que se pueda avanzar en cuatro vías para contribuir a una gastronomía sostenible, que la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) define como:

- Consumir productos de mercados locales de alimentos: a pequeños productores o agricultores familiares.
- Probar productos locales en los viajes: enriquece el conocimiento sobre la cultura del lugar y contribuye a la economía local.
- Mantener y reivindicar las tradiciones culinarias en tanto acervo cultural de las prácticas alimentarias de un lugar: formas de preparación, utensilios, ingredientes.
- Evitar el desperdicio de alimentos: uso racional de los ingredientes y las porciones de los platos.

Las vías propuestas son resultado de procesos conscientes sobre el comer, en sus diferentes etapas (productivo, organizativo, nutricional), que involucran a distintos actores con acciones cada vez más amplias en las que se reconoce su cúmulo de experiencias y saberes.

⁹ Joan Roca, *Combatiendo el cambio climático, de plato en plato*. UNDP, (2017). [En línea]: <https://bit.ly/3k3RuPP> [Consulta: 18 de enero, 2021].

¹⁰ Cfr., Organización de las Naciones Unidas (ONU), *¿Qué es la gastronomía sostenible?* 2016. [En línea]: <https://bit.ly/3vASkcg> [Consulta: 18 de enero, 2021].

2. Acción colectiva: encuentro para construir en comunidad desde la práctica

En tanto forma de resistencia social, la acción colectiva tiene que ver con acciones políticas de un grupo de personas que se identifican y se *encuentran* en la práctica desde apuestas comunes; sin embargo, dicha resistencia no se basa en un ejercicio de poder como forma de oposición, sino en la capacidad de crear y descubrir las posibilidades que tiene la vida misma como una alternativa a los modelos hegemónicos y que pretende reconciliar sueños colectivos desde la práctica¹¹.

Esas prácticas construidas por las comunidades dan paso a formas de relación con el alimento y encierran una “ecología de saberes”¹², en donde la experiencia tiene un valor esencial que se antepone a lo que la modernidad eurocéntrica pretendía con racionalizar la vida y despremiar la experiencia local en aras de insertar al ser humano en relaciones globales para el progreso¹³. Dicha ecología es esencial para romper con la matriz epistémica en la que el hombre se entiende como la especie en el centro del conocimiento y se distancia de la naturaleza, así como de su influencia mágica y mítica, llevando al ser humano a construir una teoría racional del mundo y una consecuente relación de dominio sobre ella, al concebirla como objeto.

Así pues, la acción colectiva convoca a la diversidad de construcciones con su potente alteridad, lo cual se traduce en una “plataforma de la pluriversalidad, de proyectos diversos provenientes de la experiencia de historias locales”¹⁴. Así, los saberes sugieren la necesidad de un pensamiento en el que converjan multiplicidades de mundos, tiempos, ritmos de vida, conocimientos y formas de organización con escenarios para lo común.

¹¹ Cfr. Oscar Useche, “Resistencias sociales: una alternativa no violenta a la guerra en Colombia”. *Ciudadanía en resistencia. El acontecimiento del poder ciudadano y la creación de formas no violentas de re-existencia social*. Corporación Universitaria Minuto de Dios/UNIMINUTO, Bogotá, (2019), pp. 364-477.

¹² Cfr. Boaventura de Sousa, “La Sociología de las ausencias y la Sociología de las Emergencias: para una ecología de saberes”. *Renovar la teoría crítica y reinventar la emancipación social (encuentros en Buenos Aires)*, CLACSO, Buenos Aires, (2006), pp. 13-41.

¹³ Cfr. Gianni Vattimo, *El fin de la modernidad. Nihilismo y hermenéutica en la cultura posmoderna*. Gedisa, Barcelona, 1987.

¹⁴ Arturo Escobar, “Mundos y conocimientos de otro modo. El programa de investigación modernidad/ colonialidad latinoamericano”. *Tabula Rasa*, 1, (2003), p. 62.

2.1. Lo común

El lugar de encuentro formado por los saberes, permite la construcción de escenarios de interacción en los que el trabajo colectivo posibilita concentrar y concertar los esfuerzos para avanzar en una solución conjunta a problemas compartidos¹⁵. La relevancia del encuentro, de lo común, es que debe transformar las indignaciones y rebeldías aisladas en esfuerzos colectivos para transitar hacia sociedades democráticas en las que, junto con *los bienes comunes*¹⁶, sean elementos estructurantes de ciudadanías en comunidades que puedan dialogar con el Estado. De igual forma, se espera que dichos bienes sean “el eje alrededor del cual pueden surgir estas nuevas formas de ciudadanía”¹⁷, pues según Dardot “la verdadera democracia es la que se basa en la coparticipación de todos los ciudadanos en los asuntos públicos [...] implica que la gran mayoría tome responsabilidad en la deliberación”¹⁸.

En ese sentido, lo común se construye desde las formas de ciudadanía activa expresadas en la organización y movilización social de comunidades, mismas que centran sus esfuerzos en una transformación de lo privado. Lo común atraviesa diferentes esferas, entre ellas lo cotidiano, como una apuesta para defenderlo del interés privado¹⁹. Esta posibilidad de acción radica, por ejemplo, en concebir a las redes de agricultores, productores y consumidores como sujetos organizados que se han erigido en y desde la necesidad de construir colectivamente los sentidos del bien común, pero también es necesario que estos actores asuman para sí su importancia.

Desde esa dinámica de compartir los medios de producción se generan otros bienes comunes que recogen saberes y prácticas: cooperativas de productores, huertas, centros de acopio y distribución, comedores comunitarios, etc. En otras palabras, es comprender que la clave de la existencia vital se encuentra en la producción colectiva²⁰, expresada en redes de consumidores,

¹⁵ Cfr. Colifata Filosa, *Lo común: lo común y la praxis política*, (Canal Encuentro). (2019a) [Video en línea]: <https://bit.ly/3L1RziV> [Consulta: 10 de febrero, 2021].

¹⁶ Elinor Ostrom, define estos bienes como aquellos “que un grupo, comunidad o sociedad utiliza en común. En la literatura especializada es cada vez más frecuente el uso de la noción *los comunes*”. *El gobierno de los bienes comunes. La evolución de las instituciones de acción colectiva*. UNAM/ Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias/FCE/México, 2000, p. 25.

¹⁷ Ignacio Holguín, “Los bienes comunes y lo común: Escenario para la paz en Colombia a partir de nuevas ciudadanías”. *Polisemia*, 13, 23, (2017), p. 33.

¹⁸ Colifata Filosa, *op. cit.*, min. 5:48, (2019a).

¹⁹ Cfr. Camilo Álvarez, “Hacia un ADN del bien común”. *Observatorio del Patrimonio Cultural y Arqueológico*, 11, (2016), pp. 11-14.

²⁰ *idem*.

productores y preparadores de alimentos, aspectos que están en relación cercana con las perspectivas que orientan las formas comunales de vida²¹.

2.2. Formas comunales de vida

Dentro de los territorios se tejen formas comunales de vida que valoran la importancia de la convivencialidad y la importancia del encuentro para construir desde lo cotidiano formas de acción que recojan sus identidades, apuestas comunes y lugares de encuentro. En la experiencia de productores locales, por ejemplo, es común realizar convites, juntas, mingas u otras formas de trabajo colectivo que convocan a la necesaria conjunción de voluntades para avanzar en la construcción de soluciones ante problemas compartidos.

Frente a la alimentación, estas formas comunales van enriqueciendo los repertorios de acciones para contraponerse a las dinámicas impuestas por el capital, alimentando lo relacional y fortaleciendo “el intersticio que hay ‘entre’ nosotros”²². En tanto modelos que chocan con las dinámicas impuestas por el liberalismo económico, las formas comunales de vida provocan la necesaria vuelta sobre lo común y sobre los ritmos colectivos, por ejemplo, con el cuándo y qué alimentos producir, cómo transformarlos y cuáles consumir, pero también implica que diferentes actores se encuentren y vinculen desde el consenso para gestionar los bienes necesarios para que los alimentos sean viables.

3. Gobernanza ambiental local

El sistema de Naciones Unidas define la *gobernanza* como: “el conjunto de mecanismos, procesos, relaciones e instituciones mediante las cuales los ciudadanos y grupos articulan sus intereses, ejercen sus derechos y obligaciones y concilian sus diferencias”²³. Tan polémico como diverso, el término ha implicado diferentes usos que se relacionan con tres enfoques, según Hufty: “como sinónimo de gobierno; como un marco normativo; y como

²¹ Cfr. Raúl Zibechi, “La emancipación como producción de vínculos”, en *Los desafíos de las emancipaciones en un contexto militarizado*. CLACSO, Buenos Aires, 2006, pp. 123-149.

²² María Palop, “Releer los derechos humanos en el espacio de lo común”, en *Rebeldías en común. Sobre comunales, nuevos comunes y economías cooperativas*. Libros en Acción, Madrid, 2017, p. 103.

²³ Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), *Reconceptualising governance (Discussion paper 2)*. PNUD, New York, 1997, p. IX.

un marco analítico para los sistemas de coordinación no jerárquicos”²⁴. Es necesario dirigir la mirada a este último enfoque para comprender las dinámicas y posibilidades construidas desde las interacciones y los encuentros con respecto a la alimentación, en general, y la soberanía alimentaria, en particular.

Como consecuencia de los cambios que trajo consigo la descentralización, la privatización y el lugar del mercado como regulador de las relaciones sociales, así como los respectivos impactos a las condiciones de vida de muchas personas, la gobernanza hegemónica buscó cierta armonía a través de reivindicar muchos sectores de la población gracias a la participación e inclusión “resultado de la interpretación de la crisis social que parte del concepto de legitimidad, con las exigencias de una mayor autonomía y autorregulación, producto de una interpretación guiada por la idea de gobernabilidad”²⁵.

Boaventura de Sousa²⁶ buscaba construir referentes que contrarrestaran las expresiones de lucha de las personas inconformes, tal situación devino en que se invisibilizara a dos actores esenciales dentro del ejercicio de gobernanza: por un lado, al Estado, por su incapacidad para garantizar un mínimo vital para la subsistencia y sus fallos al resolver los problemas asociados a la desigualdad social. Por otro lado, también se invisibilizó a las personas que históricamente han sido excluidas.

Así, la gobernanza ambiental surge como el gobierno y gestión del ambiente y de los bienes comunes naturales desde su consideración como un bien público mundial. Para Dolly Palacio, la gobernanza ambiental reflexiva y situada –arista dentro de este campo de aplicación– es entendida como:

[el] proceso de deliberación y negociación entre los actores de un territorio dado, en referencia a sus relaciones con los elementos ambientales que usan, apropian, valoran y regulan, a partir de sus prácticas y sus discursos, en contextos de poder, con el fin de llegar a acuerdos para su sostenibilidad²⁷.

²⁴ Marc Hufty, “Una propuesta para concretar el concepto de gobernanza: el marco analítico de la gobernanza”, en *Gobernabilidad y gobernanza de los territorios de América Latina*. Instituto Francés de Estudios Andinos, Lima, 2009, p. 77.

²⁵ Boaventura de Sousa, “Más allá de la gobernanza neoliberal: el Foro Social Mundial como legalidad y política cosmopolitas subalternas”, en *El derecho y la globalización desde abajo. Hacia una legalidad cosmopolita*. Anthropos/ UAM/ Cuajimalpa, México, 2007, p.36.

²⁶ Cfr., *idem*.

²⁷ Dolly Palacio, “El lugar-red y la acción ambiental. Pistas para una gobernanza reflexiva y situada”. *Redes. Revista Hispana para el Análisis de Redes Sociales*, 28, 1, (2017), p. 74.

Sin importar el campo de aplicación o las miradas que existen acerca de la gobernanza –para algunos es indicador de la desaparición del Estado Social de Derecho y de la democracia, mientras que para otros es un medio para lograr un cambio real por parte del Estado– para Lunay este concepto recoge tres elementos esenciales. El primero, vinculado con la visión neoliberal que encierra, ya para reafirmarla o cuestionarla; el segundo se refiere al cuestionamiento del poder político; y el tercero implica el puente que se tiende entre Gobierno y Estado²⁸. Así pues, el concepto hace referencia a nuevos sectores y actores sociales, con relaciones de distintos tipos entre ellos, lo que lleva a reconocer “una cierta crisis del Estado y a concebirlo de otra manera y a su articulación con la sociedad”²⁹.

3.1. Formas de gobernanza ambiental local

La gobernanza tiene múltiples acepciones de acuerdo con la capacidad de injerencia, el ámbito de aplicación, las apuestas políticas y otros elementos que le dan un lugar al término según contextos e intereses específicos. La gobernanza cooperativa se basa en un modelo de relacionamiento desde el territorio donde los problemas presentes se definen y solucionan a partir del trabajo mancomunado, el liderazgo compartido y la corresponsabilidad³⁰. Impulsa la horizontalidad y la coconstrucción desde abajo, por lo que la coparticipación se convierte en un elemento fundamental.

La gobernanza ambiental local se encuentra próxima a la cooperativa y puede ser comprendida como una acción colectiva. La convergencia de actores que construyen procesos de gestión para la toma de decisiones, así como la interlocución con actores estatales por medio del trabajo mancomunado, participativo y articulado alrededor de los conflictos socioambientales para la gestión de los bienes comunes naturales, mantiene una estrecha relación con las prácticas locales. Melucci³¹ señala que estas prácticas organizativas deben involucrar tres aspectos para considerarlas como acciones colectivas:

- Conflicto: oposición estructural entre actores que compiten por los mismos bienes.

²⁸ Cfr., Claire Lunay, “La gobernanza: Estado, ciudadanía y renovación de lo político. Origen, definición e implicaciones del concepto en Colombia”. *Controversia*, 185, (2005), pp. 91-105.

²⁹ *ibid.*, p. 96.

³⁰ Cfr., Miren Larrea, *Una metodología para la construcción de gobernanza cooperativa*. Orkes-tra/Instituto Vasco de Competitividad, Bilbao, 2019.

³¹ Cfr., Alberto Melucci, *Acción colectiva, vida cotidiana y democracia*. El Colegio de México, México, 1996.

- Identidad: capacidad de generar solidaridad y sentido de pertenencia, que los hace visibles como actores sociales.
- Transgresión de los límites del sistema.

3.2. Análisis de la gobernanza ambiental local

El análisis de la gobernanza sugiere contemplar tres dimensiones fundamentales: una relacionada con la interlocución con el Estado y sus instituciones; otra, con los liderazgos construidos; y una tercera, con la toma de decisiones.

Para dicho análisis son precisos dos elementos. El primero es el *Marco Analítico de la Gobernanza* (MAG) que metodológicamente busca identificar la potencialidad que tiene frente al análisis de problemas compartidos³² y propone un sistema compuesto por cinco unidades:

- Problemas: tiene que ver con “lo que está en juego”.
- Actores: considera a todos aquellos individuos o grupos que se encuentran involucrados.
- Puntos nodales: se refiere a las interacciones dentro del proceso de gobernanza.
- Normas: está relacionada con las decisiones, acuerdos o reglas de juego “que orientan su comportamiento y son modificadas por la acción colectiva”³³.
- Procesos: se comprenden las “sucesiones de estados por los cuales pasan la interrelación entre actores, normas y puntos nodales”³⁴.

El segundo elemento es el *Marco analítico de modos de gobernanza* (MAMG), que busca definir las formas en que se dan las relaciones entre las diferentes unidades arriba señaladas; se definen tres modos de gobernanza:

- Jerárquica: centralización de las decisiones por parte del Estado, quien define lineamientos y prohibiciones, y ejerce un control que se basa en normas para generar coerción.
- Cogobernanza: participación dentro del proceso a partir de una mayor relación de los actores involucrados (Estado, organizaciones no gubernamentales y sociedad civil organizada). La cogobernanza puede ser

³² Cfr., Marc Hufty, *op. cit.*

³³ *ibid.*, p. 93.

³⁴ *ibid.*, p. 88.

cerrada o abierta. La primera supone actores limitados que concentran el poder de las decisiones, y la abierta involucra a más actores con una distribución de poder entre ellos.

- Autogestión: manejo no gubernamental a partir de la autoorganización de la sociedad civil, donde todos los actores participan de manera activa y su voz es escuchada³⁵.

En este último modo se inscribirían muchas de las iniciativas y experiencias alrededor de la soberanía alimentaria, particularmente aquellas que basan sus principios en la agroecología, y que se caracterizan por una construcción horizontal en la toma de decisiones desde los territorios.

3.3. Gobernanza ambiental local de los bienes comunes naturales

La expresión en inglés *The commons* refiere a los bienes que un grupo, comunidad o sociedad utiliza en común, nombrados con mayor frecuencia como *bienes comunes* o *los comunes*, y entendidos como aquellos con los cuales estamos en contacto y que algunas veces no percibimos: el agua, el aire, la tierra, las semillas, las vías, los parques, etc.³⁶ Según Gutiérrez y Mora (2011), sus múltiples definiciones se pueden agrupar en tres categorías: la que los identifica como un recurso específico; la que los define como la relación social construida entre el recurso y una comunidad determinada; y la tercera, que incluye la segunda, pero se amplía: “los bienes comunes como recursos que generan propuestas políticas”³⁷. Esta última es esencial al referirse, por ejemplo, a casas, guardianes y custodios de semillas o a procesos de autogestión comunitaria del agua, sobre lo cual se puntualizará más adelante.

El análisis de los bienes comunes en Latinoamérica sugiere, para Coriat, tres lugares de partida. Como recursos colectivos: una comunidad existe junto a un bien común; la acción colectiva como soporte del bien común: las acciones políticas de un grupo de personas que se identifican y se *encuentran* en la práctica desde apuestas comunes; y los diferentes tipos de gobernanza en relación con la diversidad de actores e intereses³⁸. Así, el

³⁵ Cfr., Rikke Arnouts, et al., “Analysing governance modes and shifts-Governance arrangements in Dutch nature policy”. *Forest Policy and Economics*, 16, (2012), pp. 43-50.

³⁶ Elinor Ostrom, *op. cit.*, p. 25.

³⁷ Ana Gutiérrez y Flavio Mora, *El grito de los bienes comunes: ¿qué son? y ¿qué nos aportan?* *Revista de Ciencias Sociales*, (Cr), I-II, 131-132, (2011), p. 130.

³⁸ Cfr., Luciano Martínez y Cristina Cielo, “Bienes comunes y territorios rurales: una reflexión

tipo de gobernanza a la que se hace referencia no es a la impuesta desde el modelo neoliberal, con poca participación e intención privatizadora sobre los bienes comunes, sino a aquella construida desde abajo, a la que invita Boaventura de Sousa³⁹. Encierra en su interior una apuesta por la horizontalidad y la coconstrucción desde la base, donde la participación es un factor predominante para garantizar que los procesos de gestión en y desde los territorios sean sostenibles y responsables con el entorno.

Los gobiernos locales y las ciudadanías no han cumplido con la tarea de gestionar los bienes comunes. La falta de control sobre estos puede tender a que desaparezca la posibilidad de que las comunidades los gestionen y se deje el camino libre para convertirse en elementos privatizados. Teniendo en cuenta esa deuda, Ostrom propone que frente a la falta de acción de los gobiernos por regular y controlar los bienes comunes, es necesario fortalecer la relación entre los diferentes actores desde dinámicas colectivas que superen una mirada particular, y así, defender los bienes comunes o usarlos en comunidad para evitar su privatización⁴⁰.

3.3.1. Bursatilización del agua

La Declaración de Dublín, producto de la Conferencia Internacional por el Agua y el Medio Ambiente (CIAMA) de 1992, profundizó la mirada mercantil sobre el líquido en dos aspectos. El primero la reconoce como un recurso pues su principio 1 indica: “el agua dulce es un recurso finito y vulnerable”. El segundo aspecto le da un valor económico; el principio 4 señaló que: “el agua tiene un valor económico en todos sus diversos usos en competencia a los que se destina y debería reconocérsele como un bien económico”⁴¹.

Aunque la Declaración de Dublín buscaba encontrar estrategias para mitigar el uso excesivo, la contaminación y las amenazas crecientes, consecuencias de lo que hoy conocemos como cambio climático, lo cierto es que los gobiernos no comprendieron –o no quisieron comprender– lo que allí se sugería. Pese a las buenas intenciones, la ambigüedad de esos dos princi-

.....
introdutoria”. *Eutopía*, 11, (2017), pp. 7-16.

³⁹ Cfr., Boaventura de Sousa, *op. cit.*, 2007.

⁴⁰ Cfr., Elinor Ostrom, *op. cit.* Estos planteamientos de la autora toman mayor relevancia por acontecimientos que marcan cambios sustanciales sobre bienes comunes naturales como el agua, la cual comenzó a cotizar en 2020 en el mercado de futuros de materias primas en Wall Street con lo que se configura su bursatilización.

⁴¹ Conferencia Internacional sobre el Agua y el Medio Ambiente (CIAMA), *Declaración de Dublín*. CIAMA, Dublín, 1992. [En línea]: <https://bit.ly/3v0tXpl> [Consulta: 16 de marzo, 2021], pp. 2-3..

pios abrió la puerta para que los gobiernos adoptaran medidas con el fin de garantizar el aprovechamiento y una gestión empresarial que desconocía a los actores locales, lo que actualmente continua sucediendo.

En Colombia, por ejemplo, dos años después de la Declaración se expidió la Ley 142, que reguló la prestación de los servicios públicos domiciliarios, donde se desconocen los procesos de gestión⁴² de las comunidades a través de acueductos comunitarios y otros sistemas de distribución, y los equipara a empresas prestadoras de servicio.

Muchos de estos acueductos se encuentran en las zonas rurales, periurbanas y de borde cercanas a grandes ciudades. Históricamente quienes usan el agua de estos sistemas de distribución para el riego de cultivos y demás actividades relacionadas con la producción alimentaria han abastecido de alimentos estas zonas.

Por ello, comunidades organizadas se han dado a la tarea de reivindicar, por un lado, el Derecho Humano al Agua (DHA)⁴³, y por el otro, frente a esa escalada privatizadora, también han fortalecido sus procesos organizativos alrededor de redes territoriales para proteger su derecho a la gestión comunitaria de este bien común.

Por tanto, han demostrado a los Estados su capacidad para hacer tal gestión en óptimas condiciones sin necesidad de la injerencia de empresas privadas, al mismo tiempo que defienden sus territorios frente a proyectos de gran envergadura como hidroeléctricas, el *fracking* y una enorme lista de actividades que atentan de manera directa contra el ambiente, contra nuestra casa común, nuestra gran *comunidad de la vida*⁴⁴.

⁴² La Red Nacional de Acueductos Comunitarios de Colombia ha identificado cuatro grandes amenazas a los procesos de gestión comunitaria del agua: las disputas por el agua, el (des)ordenamiento territorial urbano, el desconocimiento de los procesos comunitarios y la imposición de un modelo empresarial. Cfr., Red Nacional de Acueductos Comunitarios de Colombia, *El agua está en el campo y la estamos autogestionando*. 2019. [En línea]: <https://bit.ly/3K2hG80> [Consulta: 18 de enero, 2021].

⁴³ El DHA se entiende como un derecho social fundamental que toda persona pueda ejercer, para recibir agua en buenas condiciones de salubridad y en suficiencia para suplir sus necesidades básicas de bebida, baño, limpieza, cocina y saneamiento. Esto implica que sea universal, interdependiente, inviolable, independiente, válido en todo tiempo y lugar, irrenunciable, inalienable e imprescriptible. Cfr., Defensoría del Pueblo, *La Gestión Comunitaria del Agua*. Defensoría del Pueblo, Bogotá D. C., 2013.

⁴⁴ Carta de la Tierra, *La Carta de la Tierra*, 2000. [En línea]: <https://bit.ly/3OoSScV>

3.3.2. Privatización de las semillas

El panorama de las semillas no es tan distinto. En los primeros años de la década de los sesenta “un pequeño grupo de estados europeos con grandes empresas semilleras se atribuye el privilegio de apropiarse de las semillas a través de los derechos de obtentor”⁴⁵, que no es otra cosa más que un derecho de propiedad intelectual exclusivo para las semillas “mejoradas” o “descubiertas”. Dicho grupo se configura en un organismo intergubernamental conocido como el Convenio Internacional para la Protección de las Obtenciones Vegetales, el cual crea la Unión Internacional para la Protección de las Obtenciones Vegetales (UPOV).

Cada estado miembro de la UPOV debe adoptar leyes y reglamentaciones que incrementen las normas de privatización de las semillas. A través de los tratados de libre comercio, los países ricos imponen el Convenio de la UPOV a campesinos en los lugares del mundo donde tienen injerencia, y son los productores quienes tienen que pagar regalías a las empresas transnacionales por el uso de sus semillas. En últimas fechas, el Convenio de la UPOV ha buscado imponer derechos de propiedad intelectual sobre las variedades vegetales, para monopolizarlas⁴⁶.

Las comunidades han buscado, en lo común, formas de acción colectiva para resguardar las semillas nativas y criollas: cuidarlas, custodiarlas, consentirlas, intercambiarlas y preservarlas. Diferentes iniciativas⁴⁷ han promovido el desarrollo de procesos que garanticen la alimentación del mundo en condiciones de soberanía y dignidad para los pueblos. Las acciones emprendidas son fundamentales, pues este tipo de semillas enfrenta diferentes problemáticas⁴⁸:

- Pérdida de autonomía en su manejo, lo que limita su almacenamiento para futuras cosechas.

⁴⁵ GRAIN, UPOV: *el gran robo de las semillas*, (GRAINVideo). (2021, min. 0:30), [Video en línea]: <https://bit.ly/3uZ7OHV> [Consulta: 16 de marzo, 2021].

⁴⁶ En México la Ley de Variedades Vegetales es un ejemplo de ello, donde la Red en Defensa del Maíz ha sido tajante en rechazarla y ha enfatizado a las semillas como un bien común. *Cfr.*, Red en Defensa del Maíz, *Las semillas son bienes comunes: rechazamos la Ley de Variedades Vegetales*. Asamblea Maya, 2020. [En línea]: <https://bit.ly/3jV77Js> [Consulta: 20 de marzo, 2021].

⁴⁷ Por ejemplo, a nivel internacional se encuentra Grain y en Colombia están el Grupo Semillas, la Red Semillas de Identidad o la Red de Semillas Libres de Colombia, entre tantas otras experiencias y organizaciones que han generado acciones para señalar la importancia de las semillas nativas y criollas dentro de la agricultura campesina, familiar y comunitaria.

⁴⁸ Semillas de Identidad, *Agricultura campesina, familiar y comunitaria -ACFC-*. Semillas de Identidad, 2018. [En línea]: <https://bit.ly/3rEjm1a> [Consulta: 10 de abril, 2021].

- Disminución por contrabando, bajo precio de variedades más comerciales, cambios en los hábitos alimentarios y producción intensiva de monocultivos, incluyendo los que no son para la alimentación.
- Dificultades en el manejo y control de las semillas para cultivos tradicionales como el maíz, lo que ha aumentado su dependencia frente a los paquetes tecnológicos que imponen las casas –no perdamos de vista el Convenio de la UPOV–, y utilización de semillas transgénicas⁴⁹.

La importancia de abordar los aspectos señalados, con respecto al agua y las semillas, es que estos elementos constituyen fuentes de vida esenciales para la producción de alimentos dentro de las comunidades, muchas de las que han avanzado hacia una gestión sostenible para preservarlas y recuperarlas desde lo comunitario, en tanto bienes comunes naturales cada vez más desdibujados en el mercado usado por el sistema capitalista.

En esa vía, por ejemplo, Ostrom⁵⁰ plantea la relevancia del territorio como un bien común, y enfatiza la condición de que para gestionarlo debe existir una dinámica comunitaria en la que los individuos se vean abocados a la dicotomía entre defender dicho bien de manera egoísta y defenderlo para usarlo en comunidad. Por otro lado, manifiesta que para proteger al territorio es imprescindible optimizar las capacidades de los individuos para cambiar las reglas coercitivas que ponen este bien en condición de vulnerabilidad. En otras palabras, construir perspectivas que orienten formas comunales de vida⁵¹.

4. Soberanía alimentaria

Algunos de los importantes referentes que han dado pie al movimiento de la soberanía alimentaria son, desde hace casi dos décadas, la crisis en la producción agrícola de ciertos alimentos y la crisis en la alimentación; por ejemplo, el precio del arroz se triplicó entre 2007 y 2008. Ante esto, es necesario encontrar respuestas a la supuesta escasez de alimentos a nivel mundial. Otra parte del problema reside en el privilegio de la producción agroindustrial concentrada en grandes extensiones de monocultivos, lo que ha provocado la sustitución de la agricultura familiar campesina, –con una clara orientación hacia la soberanía alimentaria que se concentra en

⁴⁹ Esta última problemática se agudiza al no informar al productor de la procedencia ni de los posibles efectos socioecológicos que pueden producir.

⁵⁰ Cfr., Elinor Ostrom, *op. cit.*

⁵¹ Cfr., Raúl Zibechi, *op. cit.*, pp. 123-149.

mercados locales–, por aquella dirigida desde la agroindustria, orientada al monocultivo de ciertos productos, dentro de los mercados internacionales, como la soja y las flores⁵².

Como pasa con otras situaciones, los medios de comunicación hegemónicos y los gobiernos –en ocasiones tan difícil de diferenciar– han engañado a la población sobre la realidad del problema de la alimentación, ocultando y desinformando sobre las causas de la hambruna en algunos lugares del mundo. Ejemplo de ello es que para 2008 hablaban sobre las causas de la crisis, fuertemente ligadas:

[...] a la escasez de productos agrícolas, y debido a las malas cosechas provocadas por el calentamiento global y las alteraciones climáticas; al aumento del consumo de cereales en la India y en China; al incremento de los costos de los transportes debido al alza del petróleo por la creciente reserva de tierras agrícolas para producir agrocombustibles⁵³.

Aun cuando la pandemia del COVID-19 impactó en algunas dinámicas de la producción de alimentos, en realidad la situación no es distinta a la de hace años. Parte de la explicación está determinada por un problema mayor: las políticas neoliberales. Desde hace casi cuatro décadas regulan las producciones nacionales dentro del mercado global e imponen formas de comercialización y producción de acuerdo con los intereses del capital.

La escasez devela lo que hay tras las políticas neoliberales: una perversa forma de lucro de las empresas internacionales, ligadas con el capital financiero que, tras la crisis en las inversiones del sector inmobiliario del 2007, han invertido con mayor fuerza en los mercados internacionales de productos agrícolas, alimentándose de la miseria y la hambruna de muchos países.

Para 2020, según datos de la FAO, existían “27 países susceptibles de padecer de forma inminente crisis alimentarias provocadas por la COVID-19, ya que los efectos de la pandemia agravan los factores preexistentes que causan el hambre”⁵⁴. Paralelamente, las ganancias de Cargill, una de las mayores empresas de semillas y cereales, incrementaron 83% desde 2007.

.....
⁵² Boaventura de Sousa, “Un hambre infame”. *Diario Página 12*, (viernes 16 de mayo de 2008). [En línea]: <https://bit.ly/3jXR8n> [Consulta: 6 de marzo, 2021].

⁵³ *ibid.*, párr. 3.

⁵⁴ Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), *Un informe señala a 27 países susceptibles de sufrir crisis alimentarias a causa de la COVID-19*. 2020. [En línea]: <https://bit.ly/3vuf6Tj> [Consulta: 16 de noviembre, 2020].

Esto trae una serie de problemas a nivel sociocultural en tanto que la alimentación se configura como un escenario donde las prácticas sociales vinculantes se ven torpedeadas y reguladas por las fuerzas especulativas del mercado, ordenando el alimento, ahora más que nunca, como una mercancía.

Pero este fenómeno no es nuevo, Bochatay señala que posterior a la Revolución Industrial, los alimentos se transformaron en mercancías, con lo que surgieron diversas etapas en su procesamiento que dieron origen a múltiples actividades industriales y comerciales (conservación, mecanización, transporte, venta, etc.)⁵⁵. Con esas etapas llega la necesidad de controlar la dieta de la población a través del sistema oferta-demanda, imponiendo ritmos, productos y prácticas culturales alrededor de la alimentación.

Dicha apropiación de los sistemas alimentarios por parte del interés corporativo propició que organizaciones, como La Vía Campesina, promovieran en la Cumbre Mundial Sobre la Alimentación de 1996 la soberanía alimentaria como: “el derecho de los pueblos a alimentos nutritivos y culturalmente apropiados producidos a través de métodos sostenibles y saludables. Es su derecho a definir sus propias políticas y sistemas alimentarios y agrícolas”⁵⁶.

Por ello, la soberanía alimentaria implica tanto la adopción de políticas frente a la distribución y consumo de alimentos, como de aquellas que promuevan “alimentos nutritivos y culturalmente adecuados, accesibles, producidos de forma sostenible y ecológica, y su derecho a decidir su propio sistema alimentario y productivo”⁵⁷.

Este proceso colectivo es esencial para la gastronomía sostenible, pues presenta una estrecha relación entre productores, comercializadores y consumidores, pero también toma en consideración aspectos culturales que promueven una producción basada en sistemas agroalimentarios, y democratizan las relaciones tanto de producción como de consumo, que pretenden impactar positivamente sobre el derecho a la alimentación⁵⁸.

⁵⁵ Cfr., Laura Bochatay, *La alimentación como práctica social. De los homínidos a las sociedades post-industriales*. Federación Argentina de Cardiología, Buenos Aires. [En línea]: <https://bit.ly/3MiiSBg> [Consulta: 10 de enero, 2021].

⁵⁶ Mustapha Kabiri, *Los 6 principios básicos de la soberanía alimentaria*. Biodiversidad LA, 2013. [En línea]: <https://bit.ly/3L3eHOC> [Consulta: 10 de enero, 2021].

⁵⁷ Foro Mundial de Soberanía Alimentaria, *Declaración de Nyéléni*. 2007. [En línea]: <https://bit.ly/3jTAeNr> [Consulta: 16 de marzo, 2021].

⁵⁸ Cfr., Miguel Escalona, et al., “El papel de la Universidad pública en la soberanía alimentaria”. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 20, 67, (2015), pp. 1.215-1.231.

4.1. Derecho humano a la alimentación

No es posible hablar de soberanía alimentaria sin considerar el derecho a la alimentación consagrado en el artículo 25 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos. Éste señala: “toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial *la alimentación*”⁵⁹. Este derecho cobra relevancia en relación con el consumo responsable, la alimentación adecuada, la producción agroecológica y, por supuesto, la gastronomía sostenible.

Se han desarrollado conceptos para fortalecer a la alimentación como derecho, entre los que se sugiere un acceso regular, permanente y libre a una alimentación adecuada y suficiente, así como respetuosa de las tradiciones culturales para “una vida psíquica y física, individual y colectiva, libre de angustias, satisfactoria y digna”⁶⁰. Pese a lo valioso de este desarrollo conceptual sobre la alimentación, las grandes corporaciones se apropian de él para cooptar los procesos alrededor de los alimentos⁶¹.

El corporativismo impacta en las dinámicas sobre la alimentación al desdibujar el papel que juegan las comunidades en la diversidad y sostenimiento de los sistemas alimentarios, con ello, la mayoría de la población no puede ejercer su derecho a una alimentación adecuada, pues incrementa la injerencia del capital y el lucro sobre las prácticas alimentarias en sus diferentes procesos (sociales, culturales y nutricionales), afectando los principios de la soberanía alimentaria.

4.2. Principios de la soberanía alimentaria

El desarrollo conceptual sobre el derecho a la alimentación se relaciona con la soberanía alimentaria, en seis principios básicos⁶²:

⁵⁹ Organización de Naciones Unidas, *Declaración Universal de los Derechos Humanos*. París, 1948.

⁶⁰ Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), *El derecho a una alimentación adecuada en las constituciones*. 2001. [En línea]: <https://bit.ly/3rHYlmx>, [Consulta: 10 de mayo, 2021], p. 1.

⁶¹ Así ha ocurrido recientemente con la Cumbre sobre Sistemas Alimentarios, realizada por la Organización de Naciones Unidas en julio de 2021, donde organizaciones campesinas y de derechos humanos de diferentes rincones del planeta señalaron la gravedad de que en estos espacios se limite o restrinja la participación de las comunidades organizadas, eliminando su importancia como interlocutores válidos sobre la alimentación desde su experticia y saberes construidos en los territorios.

⁶² Cfr., Mustapha Kabiri, *op. cit.*

- Concibe a la alimentación suficiente, saludable y culturalmente apropiada como un derecho de los individuos, los grupos sociales y las comunidades, lejos de la mercantilización propiciada por el agronegocio internacional.
- Valora a proveedores de alimentos y respeta los derechos de campesinos/as, agricultores/as, pastores/as, indígenas, trabajadores/as de la agricultura y sus formas de vida.
- Fortalece redes para el encuentro entre proveedores y consumidores, ubicándolos en el centro para la toma de decisiones.
- Posibilita formas de acción colectiva local para el uso compartido de bienes comunes naturales: territorio, tierra, pastizales, agua, semillas, ganado y poblaciones de peces.
- Promueve saberes y conocimientos locales.
- Aporta al cuidado de la naturaleza para su sustentabilidad.

Estos principios movilizan formas de acción colectiva en aras de enriquecer las apuestas desde los territorios, y recogen elementos vitales para una gobernanza ambiental local, donde los diferentes actores promuevan la articulación de los saberes ahí construidos.

Algunas de las experiencias que se movilizan retoman las apuestas de vida que comunidades originarias han desarrollado por siglos. Por ello, no es de sorprender que se encuentren muchos elementos de los buenos vivires⁶³ dentro de estas formas de relación con el alimento, y se configuren nuevas matrices de pensamiento con respecto a la alimentación.

Este pensamiento, impulsado desde la soberanía alimentaria, lleva a cuestionar la instrumentalización de la naturaleza por parte de los humanos, mismos que ha configurado una relación de dominio hombre-naturaleza. Por el contrario, las experiencias construidas desde la soberanía alimentaria buscan favorecer una relación más armónica con la naturaleza, a través de formas de coproducción que garanticen la preservación de los sistemas socioecológicos por medio de una sustentabilidad en los procesos de producción de alimentos.

.....
⁶³ Si bien el buen vivir recoge lo que autores como Atawallpa Oviedo reconocen como primer pensamiento interamericano, lo cierto es que no es uno solo, razón por la que se habla de los buenos vivires, pues en estos convergen formas como el buen vivir, el vivir bien, la vida querida, la vida sabrosa, entre otras. Cfr. Aura Mora, *Buenos vivires y transiciones: la vida dulce, la vida bella, la vida querida, la vida sabrosa, la vida buena, la vida en plenitud: convivir en armonía*. Corporación Universitaria/ UNIMINUTO, 2020.

Reflexiones finales

Para avanzar en la gastronomía sostenible es necesaria la gestión responsable de los bienes comunes naturales y culturales, de tal forma que se convierta en una ruta de navegación que promueva escenarios de encuentros académicos, comunitarios, sociales, políticos, lúdicos, y se tengan claros los cinco pilares en los que se basa: 1) la disminución de residuos, 2) el uso racional de los bienes comunes, 3) el empleo de tecnologías apropiadas (energía solar, eólica, entre otras), 4) la producción sustentable que garantice el respeto a las diferentes especies, así como la utilización de aquellos productos que sean de temporada, y 5) el compromiso social de fomentar prácticas de comercio justo, tanto con proveedores como con clientes⁶⁴.

Dentro de este entramado de acciones, lugares, sujetos e intencionalidades, los bienes comunes naturales como el agua y las semillas nos ayudan a comprender su importancia dentro de la gastronomía como práctica cultural y a la alimentación como acto social.

Al ser elementos esenciales para la producción de alimentos, dichos bienes comunes son también esenciales para que el proceso cultural, nutricional, económico, político y social sea posible. Así pues, el agua y las semillas, en tanto bienes comunes naturales, bienes de los cuales un grupo, comunidad o sociedad hace uso común para la satisfacción de sus necesidades, cobran un valor mayúsculo para la producción.

Las transformaciones de las dinámicas de producción agrícola mundial, por causa de la agricultura extensiva y el monocultivo, impulsadas con mayor fuerza por el neoliberalismo, han implicado que los bienes comunes naturales y culturales se vayan erigiendo como mercancías. Adicional a ello, Ostrom argumenta que las dificultades en la gestión de los bienes comunes por parte de los gobiernos locales y las ciudadanías, provoca que desaparezca la posibilidad de ser gestionados por las comunidades, y convertirse en elementos susceptibles de ser privatizados⁶⁵.

El marco de referencia sobre los bienes comunes, entre ellos la gastronomía y la alimentación, ayuda a ubicar en la reflexión la importancia de la participación, el encuentro, *lo común*, para un uso responsable y la gestión sostenible de lo que mal llamamos recursos naturales.

⁶⁴ Organización de Naciones Unidas, *op. cit.*, 2016.

⁶⁵ *Cfr.*, Elinor Ostrom, *op. cit.*

Con los principios de la soberanía alimentaria y los pilares en que se basa la gastronomía sostenible, valdría la pena determinar algunos indicadores que den cuenta de la manera en que se avanza desde los diferentes factores que intervienen en ella. Aquí se plantean tres, con distintos elementos a considerar dentro de cada uno de ellos:

- Sociales (redes en que participan o que promueven): sus características, las dinámicas de organización (liderazgos, toma de decisiones), saberes y prácticas locales que allí se movilizan, formas de gobernanza, actores, relaciones entre sí, articulaciones.
- Económicos (prácticas de comercio justo para la producción / distribución / transformación de alimentos): accesibilidad, asequibilidad, contratación de personal, relaciones con clientes y proveedores.
- Ambientales (gestión de los bienes comunes naturales): afectaciones de sus prácticas en relación con la huella de carbono, gestión de residuos, energías utilizadas, saberes y prácticas locales que allí se movilizan, acciones colectivas de cuidado.

Para finalizar, es preciso señalar que hay caminos construidos que recientemente se han vuelto a transitar por personas y organizaciones que apuestan por cambios sustanciales sobre la alimentación, pero que retoman elementos de lo que por siglos han hecho comunidades originarias, que con sus saberes ancestrales nos invitan a los buenos vivires, a la vida sabrosa, a la vida en común. Estos nos llevan a la imperiosa necesidad de descentrarnos, de vivir en común con otras especies del planeta, pero también a que algo tan cotidiano como el comer se *alimente* de nuevos sentidos y relaciones, pues: “lo común es eso, es una trama que se va formando ‘entre’ cada vez que nos encontramos”⁶⁶.

⁶⁶ Colifata Filosa, *Lo común: lo común como principio político* (Canal Encuentro). (2019b) [Video en línea]: <https://bit.ly/3uWLSa5> [Consulta: 10 de febrero, 2021], min. 27:22.

Referencias

- Álvarez, Camilo, "Hacia un ADN del bien común". *Observatorio del Patrimonio Cultural y Arqueológico*, 11, (2016), pp. 11-14.
- Arnouts, Rikke et al., "Analysing governance modes and shifts - Governance arrangements in Dutch nature policy". *Forest Policy and Economics*, 16, (2012), pp. 43-50.
- Barba, Carlos, "América Latina: regímenes de bienestar en transición durante los años noventa". *Caderno CRH*, 20, 50, (2007), pp. 197-212.
- Bochatay, Laura, *La alimentación como práctica social. De los homínidos a las sociedades post-industriales*. Federación Argentina de Cardiología, Buenos Aires. [En línea]: <https://bit.ly/3MlSBg> [Consulta: 10 de enero, 2021].
- Carta de la Tierra, *La Carta de la Tierra*, 2000. [En línea]: <https://bit.ly/3Oo55cV>
- Colifata Filosa, *Lo común: lo común y la praxis política*, (Canal Encuentro). (2019a) [Video en línea]: <https://bit.ly/3uWLSa5> [Consulta: 10 de febrero, 2021].
- _____, *Lo común: lo común como principio político*, (Canal Encuentro). (2019b) [Video en línea]: <https://bit.ly/3L1RziV> [Consulta: 10 de febrero, 2021].
- Conferencia Internacional sobre el Agua y el Medio Ambiente (CIAMA), *Declaración de Dublín*. Dublín, 1992. [En línea]: <https://bit.ly/3v0tXpl> [Consulta: 16 de marzo, 2021].
- Coriat, Benjamin et al., "Faire de l'alimentation un «bien commun»: les enseignements tirés de trois expériences de lutte contre la malnutrition". *Papiers de Recherche AFD*, 114, (2019), pp. 1-29.
- Defensoría del Pueblo, *La Gestión Comunitaria del Agua*. Defensoría del Pueblo Bogotá D. C., 2013.
- Escalona, Miguel, et al., "El papel de la Universidad pública en la soberanía alimentaria". *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 20, 67, (2015), pp. 1.215-1.231.
- Escobar, Arturo, "Mundos y conocimientos de otro modo. El programa de investigación modernidad/colonialidad latinoamericano". *Tabula Rasa*, 1, (2003), pp. 51-86.
- _____, "Más allá del desarrollo: postdesarrollo y transiciones hacia el pluri-verso". *Revista de Antropología Social*, 21, (2011), pp. 23-62.
- Foro Mundial de Soberanía Alimentaria, *Declaración de Nyéléni*. 2007. [En línea]: <https://bit.ly/3jTAeNr> [Consulta: 16 de marzo, 2021].
- GRAIN, *UPOV: el gran robo de las semillas*, (GRAINVideo). (2021, min. 0:30), [Video en línea]: <https://bit.ly/3uZ7OHV> [Consulta: 16 de marzo, 2021].
- Gutiérrez, Ana y Flavio Mora, "El grito de los bienes comunes: ¿qué son? y ¿qué nos aportan?" *Revista de Ciencias Sociales (Cr)*, I-II, 131-132, (2011), pp. 127-145.
- Holguín, Ignacio, "Los bienes comunes y lo común: Escenario para la paz en Colombia a partir de nuevas ciudadanía". *Polisemia*, 13, 23, (2017), pp. 33-48.

- Hufty, Marc, "Una propuesta para concretar el concepto de gobernanza: el marco analítico de la gobernanza", en *Gobernabilidad y gobernanza de los territorios de América Latina*, Instituto Francés de Estudios Andinos, Lima, 2009, pp. 77–101.
- Kabiri, Mustapha, *Los 6 principios básicos de la soberanía alimentaria*. Biodiversidad LA, 2013, [En línea]: <https://bit.ly/3L3eH0C> [Consulta: 10 de enero, 2021].
- Larrea, Mirren, *Una metodología para la construcción de gobernanza cooperativa*. Orkestra/Instituto Vasco de Competitividad, Bilbao, 2019.
- Lunay, Claire, "La gobernanza: Estado, ciudadanía y renovación de lo político. Origen, definición e implicaciones del concepto en Colombia". *Controversia*, 185, (2005), pp. 91-105.
- Martínez, Luciano y Cristina Cielo, "Bienes comunes y territorios rurales: una reflexión introductoria". *Eutopía*, 11, (2017), pp. 7-16.
- Melucci, Alberto, *Acción colectiva, vida cotidiana y democracia*. El Colegio de México, México, 1996.
- Mora, Aurora, *Buenos vivires y transiciones: la vida dulce, la vida bella, la vida querida, la vida sabrosa, la vida buena, la vida en plenitud: convivir en armonía*. Corporación Universitaria/ UNIMINUTO, 2020.
- Organización de Naciones Unidas, *Declaración Universal de los Derechos Humanos*. ONU, París, 1948.
- _____, ¿Qué es la gastronomía sostenible? Naciones Unidas, 2016, [En línea]: <https://bit.ly/3vASKcg> [Consulta: 18 de enero, 2021].
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), *El derecho a una alimentación adecuada en las constituciones*, FAO, 2001 [En línea]: <https://bit.ly/3rHYImx> [Consulta: 10 de mayo, 2021], p. 1.
- _____, "Cocinar con respeto. Prestigiosos chefs elaboran mensajes sobre el Hambre Cero", 2018 [En línea]: <https://bit.ly/3OBRjto> [Consulta: 18 de enero, 2021].
- _____, *Un informe señala a 27 países susceptibles de sufrir crisis alimentarias a causa de la COVID-19*, FAO, 2020, [En línea]: <https://bit.ly/3vuf6Tj> [Consulta: 16 de noviembre, 2020].
- Ostrom, Elinor, *El gobierno de los bienes comunes. La evolución de las instituciones de acción colectiva*. México D.F, UNAM/ Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias/ FCE, México, 2000.
- Palacio, Dolly, "El lugar-red y la acción ambiental. Pistas para una gobernanza reflexiva y situada". *Redes. Revista Hispana para el Análisis de Redes Sociales*, 28, 1, (2017), pp. 73-91.
- Palop, María, "Releer los derechos humanos en el espacio de lo común", en *Rebeldías en común. Sobre comunales, nuevos comunes y economías cooperativas*, Libros en Acción, Madrid, 2017, pp. 91-104.

- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), *Reconceptualising governance (Discussion paper 2)* PNUD, New York, 1997.
- Red en Defensa del Maíz, *Las semillas son bienes comunes: rechazamos la Ley de Variedades Vegetales*. Asamblea Maya, 2020. [En línea]: <https://bit.ly/3jV77Js> [Consulta: 20 de marzo, 2021].
- Red Nacional de Acueductos Comunitarios de Colombia, *El agua está en el campo y la estamos autogestionando*, 2019. [En línea]: <https://bit.ly/3K2hG80> [Consulta: 18 de enero, 2021].
- Rivera, María, *Hábitos alimentarios en estudiantes de las licenciaturas, en la división académica de Ciencias de la Salud*. Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, Villahermosa, 2004 [Tesis de maestría].
- Rikke Arnouts, Mariëlle Van der Zouwen et al., "Analysing governance modes and shifts-Governance arrangements in Dutch nature policy". *Forest Policy and Economics*, 16, (2002), pp. 43-50.
- Roca, Joan, *Combatiendo el cambio climático, de plato en plato*. UNDP, (2017). [En línea]: <https://bit.ly/3k3RuPP> [Consulta: 18 de enero, 2021].
- Semillas de identidad, *Agricultura campesina, familiar y comunitaria -ACFC-*. Semillas de identidad, 2018. [En línea]: <https://bit.ly/3rEjm1a> [Consulta: 10 de abril, 2021].
- Sousa, Boaventura de, "La Sociología de las ausencias y la Sociología de las Emergencias: para una ecología de saberes". *Renovar la teoría crítica y reinventar la emancipación social (encuentros en Buenos Aires)*, CLACSO, Buenos Aires, 2006, pp. 13-41.
- _____, "Más allá de la gobernanza neoliberal: el Foro Social Mundial como legalidad y política cosmopolitas subalternas", en *El derecho y la globalización desde abajo. Hacia una legalidad cosmopolita*. Anthropos/ UAM/ Cuajimalpa, México, 2007, pp. 31-60.
- _____, "Un hambre infame". *Diario Página 12*, (viernes 16 de mayo de 2008). [En línea]: <https://bit.ly/3jXRr8n> [Consulta: 6 de marzo, 2021].
- Useche, Oscar, "Resistencias sociales: una alternativa no violenta a la guerra en Colombia". *Ciudadanías en resistencias. El acontecimiento del poder ciudadano y la creación de formas no violentas de reexistencia social*. Corporación Universitaria Minuto de Dios/ УНИМИНУТО, Bogotá, 2019, pp. 364-477.
- Vattimo, Gianni, *El fin de la modernidad. Nihilismo y Hermenéutica en la cultura posmoderna*. Barcelona, Gedisa, 1987.
- Zibechi, Raúl, "La emancipación como producción de vínculos", en *Los desafíos de las emancipaciones en un contexto militarizado*. CLACSO, Buenos Aires, 2006, pp. 123-149.

CAPÍTULO 2

Los desafíos de la soberanía alimentaria en la educación universitaria y consumo ético alimentario

Virginia Pilar Panchi Vanegas

Presentación

El derecho a la alimentación es universal y representa una condición para ejercer otros derechos humanos como el derecho a la salud. Históricamente, su acceso ha estado condicionado por los modelos de producción alimentaria y las fuerzas económicas que determinan su disponibilidad y consumo.

En este capítulo se expondrán las implicaciones críticas del modelo económico de crecimiento y desarrollo con el fomento de la Revolución Verde, y su impacto en el sistema alimentario en México y el mundo. Posteriormente, se planteará la problemática y dimensión económica de la seguridad alimentaria, y se establecerá su diferencia con la noción de soberanía alimentaria, reconocida como movimiento social, cultural, político y alternativo que posibilita la defensa del derecho a la alimentación, no sólo saludable, sino éticamente consumible.

Se analizará la soberanía alimentaria a partir del reconocimiento de su trascendencia como práctica comunitaria que permite el fortalecimiento de relaciones sociales de producción integradoras y respetuosas de la identidad cultural de los pueblos y su derecho a la alimentación. Por último, destacaremos la relevancia del diálogo de saberes y la formación participativa promovida desde la universidad frente al reto de educar para el consumo ético de la alimentación.

1. Crecimiento y desarrollo, secuelas críticas

Conforme a la teoría de la modernización, desde las décadas de los años cincuenta y sesenta, vivimos las secuelas del crecimiento y el desarrollo económico considerados durante la Guerra Fría como estrategia para el

financiamiento de la Revolución Verde, fomentada por el Fondo Monetario Internacional y el Banco Mundial, con la venta a los agricultores “de paquetes tecnológicos (semillas híbridas, fertilizantes y pesticidas químicos)”¹, así como el empleo de grandes cantidades de agua y la práctica del monocultivo en la siembra de variedades mejoradas de maíz, trigo y otros granos.

La bandera enarbolada en Estados Unidos por Norman Borlaug², con ayuda de organizaciones agrícolas internacionales, como la fundación Ford, a través del IRRI (International Rice Research Institute) y la fundación Rockefeller, tuvo como finalidad superar la baja producción alimentaria de los métodos tradicionales a través de semillas modificadas genéticamente, así como erradicar el hambre y combatir la desnutrición en los países subdesarrollados. La Revolución Verde se sustentó en los trabajos de filogenética de Borlaug³, quien pretendió incrementar la producción agrícola de dos a cinco veces, complementándose con la mejora vegetal, el desarrollo de técnicas innovadoras de riego y el empleo de tecnologías para dar un mayor rendimiento en cualquier sistema ecológico.

Borlaug realizó varios trabajos que se llevaron a cabo en Sonora, México, con la creación del Centro Internacional de Mejoramiento de Maíz y Trigo (CIMMYT), considerado como el centro de investigación más importante en el mundo. Posteriormente, desarrolló en 1963 el programa cooperativo entre la Secretaría de Agricultura Mexicana y la Fundación Rockefeller para producir variedades enanas de maíz y trigo de alto rendimiento y gran adaptación, amén de su resistencia a plagas y enfermedades, lo que permitió al país aumentar rápidamente su producción y animó a que el programa se adoptara en otros países como India, Pakistán, Turquía, Túnez, España, Argentina y China⁴.

Así, en paralelo a la producción se dieron cambios en los precios y en sistemas productivos: “en México la producción de trigo pasó de [...] 750 kg.

¹ Adrián García-Faure y Andrea Gago-Menor (Coords.), *¿Por qué es la Soberanía Alimentaria una alternativa?* Asociación Paz con Dignidad, Toledo. 2011. [En línea]: <https://bit.ly/3vuhYQ5> [Consulta: 10 de junio, 2021], p. 10

² Norman E. Borlaug genetista de la Fundación Rockefeller impulsó los avances científicos de la agricultura desde 1944, fue acreedor del Premio Nobel de la Paz en 1970 por la extensión de los principios de la filogenética a otros cultivos alimentarios básicos y la promoción de la Revolución Verde. Cfr., Ayda Martínez y Kleyla Karina Huerta, “La Revolución Verde”. *Revista Iberoamericana de Bioeconomía y Cambio Climático*, 4, 8, (2018). [En línea]: <https://bit.ly/3EvLnNG> [Consulta: 14 de julio, 2021], pp. 1044.

³ Cfr., Ayda Martínez y Kleyla Huerta, *op. cit.*, pp. 1044.

⁴ Cfr., FAO, (s/f), Ayda L. Martínez y Kleyla Karina Huerta, *op. cit.*, p.1043.

por hectárea en 1950, a 3200 kg en la misma superficie en 1970⁵ y por supuesto, este auge productivo tuvo sus implicaciones en el campo:

La Revolución Verde de las décadas del 40-70, subordinó la agricultura al capital industrial y eliminó métodos tradicionales de manejo ecológico del suelo, manejo de la materia orgánica, abonos verdes, cobertura permanente de suelo, control biológico de plagas, variedades adaptadas a cada condición de suelo y clima, etc. Estas prácticas sustentaban los sistemas productivos y alimentaban a la población hasta la aparición del nuevo paquete tecnológico, en donde fueron sustituidas y consideradas atrasadas e inviables por lo que poco a poco se adaptaron a ese método⁶.

En este escenario, la consolidación del modelo agroalimentario a nivel global implicó conflictos y fenómenos a diferente escala, que se referían tanto al control de la tierra y el agua como recursos para la elaboración de todo tipo de mercancías, así como la dependencia del petróleo para su producción. Tal fue el caso de Asia, que al ser productor de arroz dependía de la inestabilidad del petróleo en el Medio Oriente.

En América Latina se incrementó el número de plagas vinculadas con el consumo de agrotóxicos y fertilizantes; las tierras se erosionaron debido al uso de técnicas artificiales costosas y el uso indiscriminado de agrotóxicos (insecticidas sintéticos) y fertilizantes químicos. También se produjo una reducción de la actividad microbiana y la fauna del suelo.

Por otro lado, se suscitó la contaminación de aguas subterráneas y el enriquecimiento de aguas superficiales y costeras, lo que ocasionó fuertes trastornos en el equilibrio biológico, entre ellos, la reproducción excesiva de algas y la mortandad de peces. Estas condiciones se sumaron a la compactación del suelo por el empleo de máquinas agrícolas altamente especializadas y al control y muerte de la fauna para evitar el daño que podían causar a los cultivos⁷.

Así se causó la erosión del suelo por degradación, mientras que la alteración de los ecosistemas por el empleo de los agrotóxicos repercutió en la

⁵ Cfr., Solican, (s/f), "Revolución verde". [En línea]: <https://bit.ly/3rFh3v5>, [Consulta: 16 de julio, 2021].

⁶ Ayda L. Martínez y Kleyla Karina Huerta, *op. cit.*, p. 1045.

⁷ Eliane Ceccon, "La revolución verde tragedia en dos actos". *Ciencias*, 1, 91, (julio-septiembre, 2008), México, Universidad Nacional Autónoma de México. pp. 23-24. [En línea]: <https://bit.ly/3EBOPbG> [Consulta: 14 de julio, 2021], p. 23.

salud humana por contacto directo o ingestión de los alimentos. Además de las repercusiones sociales y económicas que implicó la Revolución Verde para los países del Tercer mundo⁸:

Para los trabajadores rurales ha significado sueldos miserables, desempleo y migración. Para los pequeños propietarios, aumento en las deudas para la obtención de insumos y aumento de la pobreza [...] luego de décadas de Revolución Verde, una creciente mayoría de pequeños agricultores en todo el mundo continúa sin tener acceso a cualquiera de estas tecnologías o al crédito para su obtención⁹.

En la actualidad “la disponibilidad de suelo agrícola es ya muy escasa; prácticamente se está arando toda la tierra adecuada del mundo, el uso de terrenos adicionales no rinde lo suficiente y, además, en muchos casos, habría que roturar territorio de alto valor ecológico que sustenta una biodiversidad de la que la humanidad podría sacar más provecho mediante usos alternativos y sostenibles”¹⁰.

Además de las inminentes afectaciones sociales y económicas:

[...] el gran aumento en el uso de químicos ha tenido consecuencias catastróficas en los ecosistemas de todo el continente; la comida sana y libre de agroquímicos es menos accesible para la ciudadanía, puesto que los alimentos procesados predominan y el comercio minorista controla los mercados de distribución. Los cultivos híbridos son los que se utilizan habitualmente y, debido a su mayor tiempo de uniformidad y de almacenamiento, han reemplazado a las variedades tradicionales de semillas altamente nutritivas¹¹.

Las cifras de siembra con cultivos biotecnológicos abonados con agroquímicos dan cuenta de esta tendencia.

El Informe ISAAA de 2019 (Servicio Internacional para la Adquisición de Aplicaciones Agrobiotecnológicas) indica que son cuatro los cultivos biotecnológicos más destacados: maíz, soja, colza y algodón. La soja es el cultivo de

⁸ *Tercer mundo* es una expresión utilizada para designar a los países subdesarrollados que dependen de las grandes potencias. Se incluyen bajo esta categoría la mayoría de los países de América del Sur y la casi totalidad de los continentes africano y asiático.

⁹ *ibid.*, p. 25.

¹⁰ Ayda L. Martínez y Kleyla Karina Huerta, *op. cit.*, p. 1047.

¹¹ Fergal Anderson, *¡Soberanía alimentaria ya! Una guía por la Soberanía Alimentaria*. Bruxelles, European Coordination Vía Campesina, 2018. [En línea] <https://bit.ly/3xJrfXi> [Consulta: 23 julio, 2021], p. 18.

mayor presencia, con 95.9 millones de hectáreas que suponen un aumento del 2% respecto a los datos de 2017; después está el maíz transgénico con 58.9 millones; el algodón con 24.9 y después la canola con 10.1 millones de hectáreas. En 2018 Estados Unidos encabezó la producción con 75 millones de hectáreas, agregando otros cultivos como la remolacha azucarera, alfalfa, papaya, calabaza, patatas y manzanas. A esta producción se unieron Brasil, con 51.3 millones de hectáreas para producir algodón y caña de azúcar, Argentina con 23.9 millones, Canadá con 12.7 y la India con 11.6 millones de hectáreas, países que junto a España son representantes mundiales de la producción de transgénicos¹².

Con estos antecedentes, referirse a la producción y al consumo de semillas a nivel mundial como una necesidad de sobrevivencia conduce a pensar en la modernización de la agricultura. Ello implica advertir la presencia de técnicas agrícolas innovadoras que sustituyen a las tradicionales y que impactan negativamente en el uso del suelo y su recuperación.

Hay aspectos importantes que deberían considerarse en la diferenciación e impacto desfavorable de la modernización y tecnificación en la agricultura tradicional o campesina¹³. Estos aspectos son el acceso a los factores de producción mediante una política de tierras y organización de la comercialización de insumos y productos, la inversión pública y la difusión de tecnologías adecuadas a sus condiciones, así como la capacitación de los agricultores.

Más allá de los procesos modernos en la siembra, cada vez más tecnificada, habría que pensar en las implicaciones sociales y culturales de su empleo progresivo y negativo en la agricultura, así como en la modificación inminente de las formas y organizaciones sociales que esta producción afecta.

2. Seguridad alimentaria, precedente

El sistema agroalimentario globalizado supone tres principales actores: primero, las empresas transnacionales agroalimentarias; después el campesinado y, finalmente, los consumidores de alimentos. Juntos configuran

¹² ISAAA, "Setenta países adoptaron los cultivos biotecnológicos para proveer soluciones al hambre, malnutrición y cambio climático, reporta el ISAAA". 2019 [Comunicado de prensa], Servicio Internacional para la Adquisición de Aplicaciones Agrobiotecnológicas. [En línea]: <https://bit.ly/3xlgEvv> [Consulta: 1 de agosto, 2021], p. 1.

¹³ *idem*.

un Régimen Alimentario Corporativo que determina la actual geopolítica alimentaria, a su vez decide cómo se reestructura la economía mundial, siempre a favor de los pocos que concentran la riqueza y maximizando los efectos negativos en la población más vulnerada.

En el proceso de modernización, los pequeños productores (propietarios, ejidatarios, comuneros) van siendo expropiados de sus propiedades, dando lugar a modelos organizacionales con moldes empresariales; bajo estos, la composición y utilización del trabajo se modifica intensificando el uso de jornaleros eventuales pagados a destajo; en este tipo de producción, el capital se impone subordinando las demás relaciones de producción¹⁴.

En la pretensión de atender las necesidades económicas, sociales y ambientales existen iniciativas internacionales que tratan de remontar esta situación, sin lograrlo:

La Organización Mundial del Comercio plantea la producción y comercialización de productos agrícolas económicos, lo que obliga a los Estados a desmantelar las economías y los apoyos agrícolas, y en consecuencia al aumento de monocultivos y la mecanización del campo [...] que, aunados a su industrialización y distribución de alimentos, implica la destrucción de la agricultura campesina y de la economía rural¹⁵.

Este modelo de agronegocio dominante se basa en el monocultivo, la mecanización y el uso extensivo de agroquímicos, así como tecnologías para que los productos sembrados no se oxiden ni malluguen, y presenten bajos niveles de acrilamida¹⁶, sean resistentes a los insectos y a la sequía. Así lo demuestra la conservación cotidiana de verduras, frutas y semillas como papas, manzanas, maíz y soja, por mencionar algunos.

¹⁴ Eliane Ceccon, *op. cit.*, p. 25.

¹⁵ *Cfr.*, "La Vía Campesina" en Miguel Ángel Escalona Aguilar, *et al.*, "El papel de la universidad pública en la soberanía alimentaria". *Revista mexicana de investigación educativa*, 20, 67, (2015). [En línea]: <https://bit.ly/3JViEmN> [Consulta: 9 de julio, 2021], pp. 1215-1232.

¹⁶ "La acrilamida es una sustancia química que se forma en los alimentos ricos en almidón sometidos a procesos culinarios a altas temperaturas (freír, hornear, asar y también a procesamiento industrial, a + 120° C y baja humedad). La población infantil es el grupo de población más expuesto a los efectos tóxicos de la acrilamida a través del consumo de patatas fritas y derivados de los cereales (pan, galletas, pasteles), que asociados a las grasas, la sal y su preparación producen afectaciones a la salud. *Cfr.*, Elika, *Seguridad alimentaria*. Fundación Vasca para la seguridad Alimentaria, 2021. [En línea]: <https://bit.ly/3rFtY05> [Consulta: 23 de agosto, 2021].

México es un gran importador de alimentos, situación que eleva el precio de estos para el consumidor. Desde hace 16 años importa, entre otros, leche en polvo, tal como lo reporta la Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural:

En 2006, se importaron 143 mil 529 toneladas, para 2018 la cifra fue de 362 mil 380 toneladas, lo que significa un aumento de 153% en trece años, a una Tasa Media Anual de Crecimiento de 7.4%. Para septiembre de 2019, el volumen de compras externas alcanzó 263 mil 401 toneladas, 1.9% menos que lo obtenido en 2018. En términos de valor, éstas ascendieron a 613 mil 919 millones de dólares, 22.4.% más que lo reportado en 2018¹⁷.

Como puede suponerse, esto implica un impacto negativo en amplios sectores de la población mexicana, y exige necesarias reflexiones, pues “la crisis alimentaria que atraviesa México debe verse no sólo desde la dimensión productiva que incluye la disponibilidad de alimentos, sino desde una perspectiva económica en donde la desigual distribución en el ingreso limita el acceso a ellos”¹⁸.

Es innegable la preocupación constante por asegurar los alimentos necesarios para la subsistencia de la población, inquietud natural debido al crecimiento constante en la demanda de alimentos y su necesaria inocuidad, lo que conlleva a la seguridad alimentaria que, de acuerdo con la FAO:

[...] existe cuando todas las personas tienen, en todo momento acceso físico y económico a alimentos suficientes, inocuos y nutritivos que satisfacen sus necesidades alimenticias y sus preferencias, a fin de llevar una vida activa y sana (FAO). El concepto comprende cuatro dimensiones: disponibilidad, acceso, utilización biológica y estabilidad¹⁹.

A partir de estas dimensiones, la seguridad alimentaria debería ser una garantía para que la población disponga del alimento en cantidad suficiente, con fácil acceso y de manera estable para satisfacer sus necesidades básicas, lo que requiere disponer de alimentos para superar la demanda de alimentación. Es así que organismos como la FAO han fomentado políticas

¹⁷ SADER (Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural), *Panorama de la lechería en México*. 2019, diapositivas 7-8, [En línea]: <https://bit.ly/3xHbNut>

¹⁸ Miguel Ángel Escalona Aguilar, et al., *op. cit.*, p. 1217.

¹⁹ Mariluz Nova Laverde, et al., “Análisis de narrativas sobre el desarrollo: Seguridad Alimentaria y Soberanía Alimentaria en Colombia y Bolivia”. *Prospectiva. Revista de Trabajo Social e intervención social*. 28, (julio-diciembre 2019). [En línea]: <https://bit.ly/3JXtB7b> [Consulta: 12 de julio, 2021], p. 327.

y medidas a través de sus programas que promueven la producción de alimentos; sin embargo, la dependencia del mercado mundial de la mayoría de los países en desarrollo y la pobreza extrema en muchos de ellos, limita los propósitos y el alcance para la mayoría de la población de los beneficios pretendidos. “En la actualidad más de 4,750 millones de personas en el mundo, casi la mitad de su población sufre moderada a extrema pobreza, uno de cada nueve habitantes del planeta padece hambre crónica y millones de personas mueren por esta causa”²⁰.

Con respecto a nuestro país, a pesar de la implementación de políticas públicas a nivel internacional y nacional, la inseguridad y pobreza alimentaria son un problema recurrente. Hay múltiples causas, entre ellas que “México se ha alejado de la soberanía alimentaria al convertirse en importador de alimentos y al modificar sus hábitos alimentarios con las consecuentes problemáticas de salud ambiental y social que se evidencian con los datos expuestos”²¹.

3. Soberanía alimentaria: propuesta para el consumo ético de la alimentación

En el contexto de las propuestas éticas para atender la problemática de un consumo sin límites está la de Soberanía Alimentaria (soA). Término creado por La Vía Campesina (LVC) en 1996, movimiento conformado por 182 organizaciones en 81 países, que reúnen a millones de campesinos, agricultores sin tierra, indígenas, trabajadores agrícolas e incluso migrantes en defensa de la agricultura campesina, la soberanía alimentaria y la justicia social: “Se opone fuertemente a los agronegocios que destruyen las relaciones sociales y la naturaleza”²². En palabras de Nettie Web, vocera por Canadá de La Vía Campesina, en el comunicado de Nyéléni No. 9:

El término convencional de seguridad alimentaria era inadecuado, se trataba de algo más que la producción de alimentos o su distribución eficaz. Estábamos lidiando con cuestiones fundamentales de poder y democracia:

²⁰ Marisel Lemos Figueroa, et al., “Poverty and food Insecurity in the Mexican Countryside: An Unsolved Public Policy Issue”. *Textual*, 71, (2017), [En línea]: <https://bit.ly/3xJqPQx> [Consulta: 09 de julio, 2021], p. 71.

²¹ Miguel Escalona Aguilar, et al., *op. cit.*, p. 1226.

²² Argelia Torres, “Indicadores culturales para la Soberanía Alimentaria y su transición agroecológica: miradas, sentisaberes y pistas desde el Territorio Caucaño”. *Revista IXAYA*, IAPE Universidad, 18, (2020). [En línea]: <https://bit.ly/3vAeQSH> [Consulta: 6 de julio, 2021], p. 103.

¿Quién controla los recursos de producción alimentaria [...] y con qué fin?
¿Quién decide qué se debe cultivar cómo y dónde se cultiva y para quién?
Necesitábamos tener un idioma que expresara las dimensiones políticas de nuestra lucha, la soberanía alimentaria²³.

Subraya esta idea la propuesta reflexiva de su trascendencia para la integración, organización y movilización comunitaria frente a los intereses de la minoría capitalista.

La soberanía alimentaria es una propuesta para que la humanidad vuelva a pensar cómo organizamos la producción, la distribución y el comercio alimentario y agrícola; cómo hacemos uso de la tierra y de los recursos acuícolas; y cómo interactuamos, intercambiamos si nos organizamos con los demás. La soberanía alimentaria no es un simple conjunto de soluciones técnicas a una fórmula que pueda aplicar, sino que es un “proceso en acción”, una invitación que se nos da como ciudadanía para que ejerzamos nuestra capacidad organizativa y mejoremos nuestras condiciones y las de la sociedad en su conjunto²⁴.

En tal sentido, constituye una convocatoria abierta para que seamos conscientes de las necesidades colectivas y participemos en su defensa.

Esta propuesta comunitaria se presenta como un proceso de construcción de movimientos sociales y una forma de empoderar a las personas para organizar sus sociedades de tal manera que trascienda la visión neoliberal de un mundo de productos básicos, mercados y actores económicos egoístas²⁵.

Es también una respuesta organizada, comunitaria y colaborativa al sistema dominante de producción alimentaria, y una alternativa que solidariza y une a la comunidad en torno a un consumo ético de la alimentación. Las partes que intervienen se benefician y, a partir del diálogo, el intercambio de saberes originarios, así como de la intervención directa y la acción organizada se sientan las bases para garantizar una alimentación sostenible a largo plazo, continua y amigable con el entorno en el que se habita y convive:

[...] garantiza los derechos de elegir las políticas relativas a la distribución y consumo de alimentos y el de las personas a alimentos adecuados desde el

.....
²³ Fergal Anderson, *op. cit.*, p. 2.

²⁴ *ibid.*, p. 2.

²⁵ Fergal Anderson, *op. cit.*, p.1.

punto de vista saludable y cultural, obtenidos a través de métodos sostenibles y ecológicos, así como a definir sus propios sistemas alimentarios y agrícolas (Foro Mundial de Soberanía Alimentaria 2007)²⁶.

En la pretensión de combatir el hambre y la pobreza, la soberanía alimentaria promueve la producción local y la justicia socioeconómica, así como el consumo ecológicamente adecuado. Esta visión holística e incluyente devela la integración de cadenas cortas que están interrelacionadas de manera que, a falta de una, la otra se ve sensiblemente afectada, pues “ve los alimentos, la agricultura, los ecosistemas y las culturas como elementos intrínsecamente entrelazados”²⁷.

Esta apuesta por el derecho a la alimentación segura para todos es una propuesta por la sobrevivencia, protege la diversidad y fomenta los valores del trabajo productivo en todas las sociedades y ecosistemas. La soberanía alimentaria es más que la noción de seguridad alimentaria que se plantea limitada a la producción y abasto de la alimentación:

[...] la soberanía alimentaria da lugar al debate necesario sobre poder, libertad, democracia, igualdad, justicia, sostenibilidad y cultura. Sacamos los alimentos de una visión esencialmente mercantilista, vistos sólo como materias primas, y los reintegramos en contextos sociales, ecológicos, culturales y locales como fuentes de nutrición, subsistencia, significado y relaciones²⁸.

Hoy, como en el pasado e incluso en el futuro, existe la exigencia ética de repensar y decidir las formas de intervención y relación entre la humanidad y la naturaleza. Este pensamiento implica tomar decisiones morales responsables, orientadoras de comportamientos y actos que defiendan la vida de todos; vida amenazada por el mismo hombre en la búsqueda permanente por vivir conforme al modelo de consumo dominante.

4. Formación participativa. El reto educativo universitario

En la elección de medios y fines, se valoran los actos y comportamientos humanos como buenos o malos, pero se atiende en todos ellos la exigencia de obrar bien para sí y los demás. Por ello, ante los problemas alimentarios

²⁶ Nettie Webb, en Fergal Anderson, *op. cit.*, p. 7.

²⁷ *ibid.*, p. 7.

²⁸ *idem.*

vigentes, provocados por un modo de vida definido por el modelo del agonegocio, se requiere un conjunto de acciones que involucre a todos los sectores, entre ellos al sistema universitario, de tal forma que sea congruente con las pretensiones de vivir con responsabilidad y de modo ético, y que asuma las consecuencias de no hacerlo de manera diferente: “además, cada vez más los consumidores quieren trazabilidad²⁹. Ellos quieren saber de dónde viene su comida y cómo se haya producido”³⁰.

Si a la población le interesa opinar, decidir qué, para qué y cómo consume diferente, debe hacerlo de modo reflexivo y responsable para sí y para los demás, integrándose en acciones de participación social que le permitan acercarse al conocimiento y a la comprensión de las implicaciones del consumo en su dieta.

En el contexto de las propuestas éticas³¹ que atienden la problemática de la producción industrial para el consumo alimentario, crece la preocupación por reflexionar y tomar las mejores decisiones, de manera que la sociedad tenga opciones para una vida saludable, amigable con el entorno y sus raíces, para vivir de modo sostenible y ético.

La [...] soberanía alimentaria busca rescatar la identidad y las prácticas de la agricultura campesina, sostiene que la alimentación es un tema de soberanía nacional e incluye el derecho al diálogo por la alimentación [...] democratizar el sistema alimentario para combatir la pobreza y el hambre³².

.....
²⁹ La trazabilidad consiste en la serie de procedimientos cuya secuencia permite seguir el proceso de evolución de un producto en cada una de sus etapas desde la producción hasta llegar al consumidor. En seguridad alimentaria es importante para garantizar la inocuidad de los productos y la confianza de los consumidores. Cfr., COFEPRIS, 2018, *Guía de trazabilidad en alimentos*. Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios, Secretaría de Salud, Gobierno de México, [En línea]: <https://bit.ly/3MmTrm> [Consulta: 10 de agosto, 2021], p. 3. La trazabilidad permite rastrear alimentos durante todo su proceso productivo y de distribución, constituye una herramienta informativa que asegura transparencia de los mercados y la seguridad de los productos alimentarios. Es útil al consumidor para decidir su compra, para las empresas agroalimentarias y las autoridades sanitarias como norma de supervisión y control de un producto riesgoso para inmovilizarlo o retirarlo del mercado. Cfr., Esther Cañizares Sevilla, et al., *Introducción a la trazabilidad en la industria agroalimentaria. Proyecto de cooperación transfronteriza España-Marruecos 'AGROPLUS: Plataforma para el fortalecimiento de las capacidades de innovación en el sector agroalimentario'*. Córdoba. 2013, [En línea]: <https://bit.ly/3k6lppr> [Consulta: 10 de agosto, 2021], p. 3.

³⁰ Bill Brown y Tom Allen “Problemas en Agronegocios”. *Revista Mexicana de Agronegocios*, 29, (julio- diciembre, 2011), [En línea]: <https://bit.ly/3L7nnDg> [Consulta: 1 de agosto, 2021], p. 636.

³¹ Éticas del cuidado o pedagogía de los cuidados de Guattari, Leonardo Boff o el Sumak Kawsay andino, decrecimiento, la soberanía alimentaria, agroecología, entre otras.

³² Cfr., Peter Rosset y Eric Holt-Giménez, en Marisel Lemos Figueroa, et al., *op. cit.*, p. 96.

Así, la soberanía alimentaria está reconocida como derecho, su fundamentación social se torna pretexto educativo para reflexionar éticamente otros referentes, como consumir alimentos no solamente para alimentarse sino con la preocupación de que la ingesta sea saludable, ética y responsable.

La ética integra los valores sobre los que se basa el comportamiento y determina el contenido de la realidad humana que se conforma con actos individuales y colectivos orientados por el ejercicio de la razón, la libertad y la voluntad, en función de normas y principios reguladores de la relación humanidad-comunidad-naturaleza y cultura. El cambio hacia un modo de vivir y consumir, por lo tanto, se perfila necesario e impostergable.

Las universidades pueden ser catalizadoras del cambio al impulsar a la sociedad a una visión sustentable, de protección de la diversidad biológica y cultural, al mismo tiempo que inculque modelos de producción y consumo de alimentos orientados a la soberanía alimentaria: “Las universidades públicas han contribuido a la visión actual sobre la producción y el consumo de alimentos, lo que las obliga ahora a ser protagonistas de grandes cambios para superar la crisis socioambiental y alimentaria”³³.

Entonces, es necesario que las propuestas educativas que se formulen re-basen la comprensión científica y específica de las disciplinas, es decir, que posibiliten la concepción y discusión de una ética desde su objeto de estudio y la totalidad de interrelaciones en el mundo vivo, mientras que resignifican el arraigo y la identidad que las comunidades tienen con su hábitat.

Por tanto, se requiere una educación que incorpore premisas como soberanía y justicia alimentaria, comercio justo, agroecología y diálogo de saberes, y que las resignifique en el imaginario colectivo reconociendo que alimentarse rebasa el acto de compra y cuestiones meramente mercantiles, que son funcionales para el sistema y son reproductoras de él:

No se trata de sustituir las compras de unos productos por otros, de unas marcas a otras o de reducir el consumo de materia y energía, sino de cuestionar los satisfactores para generar autogestión, ya sea a través de la autoproducción y de los intercambios; preferiblemente no monetarios pero, en última instancia con precios y dinero establecidos bajo criterios políticos de colectividad y autogestión³⁴.

³³ Miguel Ángel Escalona Aguilar, *et al.*, *op. cit.*, p. 1226.

³⁴ *Cfr.*, Cuéllar y Rintjes, en Miguel Ángel Escalona Aguilar, *et al.*, *op. cit.*, p. 1221.

Es necesaria la profesionalización y formación de individuos sensibilizados y decididos a colaborar con la comunidad “en el reconocimiento de las causas de la crisis alimentaria [...] en un contexto que fomente la cooperación y entornos colaborativos [...] creando ‘escenarios’ de intercambio y diálogo de saberes entre los participantes”³⁵.

Este reconocimiento supone la comprensión y valoración de la soberanía alimentaria como derecho y defensa de necesidades, aspiraciones y acciones comprometidas en un modo de ser universitario, así:

[...] la institución debe reconocer los saberes que son definidos como conocimientos y que no tienen la pretensión del paradigma científico moderno de ser universales y neutrales, sino que son conocimientos situados, en este caso, en las realidades y cosmovisiones de los pequeños productores rurales y sus dirigentes y organizaciones de base³⁶.

El encuentro interdisciplinario demanda capacidad analítica integradora, por ello, los participantes universitarios deben hacer contribuciones incluyentes en materia de consumo ético para la alimentación; sin embargo, todo análisis sería incompleto si no se incorpora a las comunidades locales implicadas, porque finalmente el compromiso universitario es, ante todo, ético y social.

Las raíces por considerar no son sólo las de arraigo a la tierra, sino también las de identidad cultural y ancestral, donde los saberes originarios cobran singular relevancia y “el desafío [...] es ir del saber al sentir, y del sentir al saber; generar una dinámica dialógica, de praxis colectiva, que combine la reflexión rigurosa y la acción, pero que también se nutra de la experiencia y el sentir popular”³⁷ para dar pauta a la *praxis* educativa, donde:

[...] la ciencia entre no como monocultura sino como parte de una ecología más amplia de saberes, donde el saber científico pueda dialogar con el saber laico, el saber popular, el saber de los indígenas, el saber de las poblaciones urbanas marginales, con el saber campesino³⁸.

El reconocimiento de los saberes originarios y el diálogo con estos deben ser cartas de navegación al formular iniciativas de formación universitaria,

.....
³⁵ Miguel Escalona Aguilar, *et al.*, *op. cit.*, p. 1216.

³⁶ *Cfr.*, Gutiérrez en Miguel Ángel Escalona Aguilar, *et al.*, *op. cit.*, p.1223.

³⁷ Laura Saura Gargallo, *Formación agroecológica*. Universidad internacional de Andalucía, 2018. [En línea]: <https://bit.ly/36AdSNV> [Consulta: 10 de abril, 2021], p. 16.

³⁸ *ibid.*, p. 25.

en concordancia con los proyectos institucionales que vinculen demandas comunitarias y avances de investigación, en favor del bienestar social.

Como ejemplos encontramos la convergencia de enfoques interdisciplinarios en su análisis y debate constructivo, su difusión intra y extramuros, la expansión de espacios para el comercio justo, la formación en la ética del consumo responsable y sostenible, así como el fomento de una producción y alimentación agroecológica.

Para lograr un proceso participativo y de intercambio de experiencias, los saberes originarios han de recuperarse como esenciales, resignificando “la oralidad, la mística y todas las expresiones de espiritualidad, de identidad propias de cada comunidad y territorio”³⁹.

El contenido curricular y disciplinario no debe ser sólo ambiental, biológico y económico, deberá dar pauta al debate con otros saberes e incorporar la multiplicidad de relaciones sociales, culturales y éticas de interdependencia, con acciones de intervención directa y responsabilidad formativa.

Los espacios de formación y reflexión que suponen las escuelas logran actualizar las demandas y estrategias de la organización, pero no basta con concretar nuevos marcos interpretativos si luego estos no orientan a la acción, que es lo que permite comprobar si se ha modificado el *habitus*. Y esto no lo pueden hacer las escuelas que duran unos meses, pues la formación ha de ser permanente⁴⁰.

Aunque hay una historia de despojo humano y transgresión de las leyes de la naturaleza con el uso de la tecnología y la aplicación de la ciencia en los procesos de siembra y cultivo de alimentos para saciar el hambre y las necesidades de sobrevivencia humanas, también que hay propuestas ciudadanas que cuidan su identidad, sus territorios y protegen sus semillas, así como su vida en libertad; por ejemplo el movimiento de Vía Campesina.

Movimientos sociales y universidades han construido y propuesto alternativas para identificar, registrar, organizar y difundir los saberes originarios en espacios abiertos, plurales y formales, de manera que los saberes derivados del diálogo comunitario se valoren y difundan entre quien los desconoce.

³⁹ Laura Saura Gargallo, *op. cit.*, p. 30.

⁴⁰ *ibid.*, p. 131.

La riqueza de los saberes comunitarios es reconocida por Soliz y Maldonado (2012), quienes señalan la relevancia de las asambleas que aplican metodologías de participación comunitaria:

- Las asambleas, espacios donde se piensa, decide y celebra juntos.
- La memoria de haceres, luchas pasadas y experiencias de mayores.
- El conocimiento de la relación de todo con todo, bosques, agua, suelos, biodiversidad, cultivos con cultura.
- El conocimiento colectivo del tiempo, ciclos naturales, uso de plantas medicinales, la agricultura, artes de caza, pesca y artesanía.
- El reconocimiento de efectos y reacciones de la naturaleza ante las agresiones y destrucción⁴¹.

¿Cómo hacerlo?, ¿desde dónde educar y formar para la reflexión, la comprensión y el saber para consumir alimentos de modo ético? Una alternativa es la riqueza derivada de metodologías participativas empleadas en comunidades que dialogan sus saberes:

[...] concibe a los participantes [...] como agentes activos en la construcción del conocimiento y no como [...] simplemente receptores; [...] procura que todos [...] participen [...] esta técnica en trabajo social, la percepción, análisis y solución de los problemas no depende ya solo del experto, del científico, sino que se tiene en cuenta de manera primordial a los beneficiarios, a los usuarios o actores sociales y sus expectativas, sus percepciones y necesidades⁴².

Se necesita estar en contacto directo con los sujetos involucrados en los procesos de producción agroecológica y de elaboración artesanal de los alimentos. Estas acciones posibilitan la transformación de los participantes, dado que se está en contacto con las necesidades, intereses y prácticas que dan pauta a la problematización de la realidad, y con ello a la formación y educación que resulte en un consumo de carácter ético.

Para lograr una formación participativa, alternativa y autónoma, asentada en una conciencia crítica y emancipadora, que posibilite un consumo ético de la alimentación, se proponen tres fases:

⁴¹ Fernanda Soliz y Adolfo Maldonado. *Guía de metodologías comunitarias participativas*. Guía No. 5, 2012. [En línea]: <https://bit.ly/3L64Cjw> [Consulta: 19 de agosto, 2021], p. 3.

⁴² Cfr., UNED, *Metodologías participativas y Trabajo Social*. [Audio] 2014, Canal UNED, Serie: Trabajo Social en Radio 3. [En línea]: <https://bit.ly/3EBvVj5> [Consulta: 19 de agosto, 2021].

- Problematizar la realidad (observarla, conocerla, cuestionarla, preguntar dialécticamente sobre ella), y a partir de los cuestionamientos promover el diálogo de saberes.
- Dialogar sobre ella (encuentro, intercambio y adopción de saberes originarios).
- Involucrarse (participar el diálogo de saberes para transformar la realidad).

Señalamos la importancia de sumarse a los objetivos del Foro la Declaración de Nyéléni para la soberanía alimentaria de 2007. Es necesario ampliar y analizar el concepto de soberanía alimentaria para extender su comprensión colectiva, así como aumentar las acciones de solidaridad y apoyo comunitario para promover su enlace con el conocimiento y aprendizaje de las experiencias de otros. También habrá que retomar como epicentro el diálogo de saberes y los principios en la educación propuestos por La Vía Campesina:

- Priorizar los alimentos para los pueblos.
- Valorar a quienes proveen alimentos.
- Localizar los sistemas de alimentación.
- Promover el control local.
- Desarrollar conocimiento y habilidades de los proveedores locales organizados.
- Trabajar con la naturaleza⁴³.

La educación “alternativa autónoma” supone recuperar la experiencia local y los saberes como referentes para la construcción de principios y pautas de comportamiento ético, que orienten la actuación histórica presente y futura de las generaciones en proceso de formación para el consumo responsable y ético de una alimentación soberana y alternativa: “porque la praxis no se puede mermar a mero análisis crítico de la realidad, sino que abarca las propuestas para la acción y la acción misma”⁴⁴. De ahí la relevancia de formular propuestas de metodologías e iniciativas que revaloren saberes originarios, ciencia y cultura:

Frente a las lógicas de la educación convencional, las Escuelas de Formación Agroecológica desarrollan condiciones para superar las relaciones de poder-saber en la educación, a partir de una horizontalidad y un diálogo

⁴³ Cfr., Fergal Anderson, *op. cit.*, pp. 15-16.

⁴⁴ Laura Saura Gargallo *op. cit.*, p. 131.

de saberes. Esto se logra gracias a diferentes metodologías participativas y de la creatividad de quien acompaña los procesos. El resultado es una democratización del conocimiento y una revalorización de la identidad y saberes campesinos⁴⁵.

Para avanzar hacia la formación por un consumo ético de la alimentación es necesario el contacto e intercambio de otros conocimientos y saberes, experiencias de realidad directa más allá de la instrucción formal. Se requiere el diálogo de saberes y el contacto directo con los sujetos que construyen su historia desde el entramado de lo social, lo comunitario, lo natural y lo originario.

El diálogo de saberes [...] más allá de [...] interconectar paradigmas o disciplinas científicas [...] es una nueva comprensión de la historia entendida como el encuentro de diversos seres culturales constituidos por sus saberes en sus diferentes modos de comprensión y de construcción del mundo, desde sus propios mundos de vida⁴⁶.

El diálogo de saberes que se propicie en, para y desde espacios incluyentes y educativos abrazaría a diferentes comunidades, instituciones educativas, organizaciones sociales e incluso empresas e integrantes de cadenas cortas (productores, proveedores y consumidores). El debate y la participación comunitaria en la aplicación de metodologías participativas y la convergencia de diferentes enfoques, necesidades y propuestas para la construcción de proyectos en común posibilitaría autocuestionarnos y reflexionar sobre el rol que desempeñamos y los métodos de diálogo que tenemos en común.

Reflexiones finales

Vivir representa elegir constantemente. El ser humano tiene que elegir en cada momento de su vida y en cada elección que realiza decide la construcción y el cuidado del mundo en que habita; el humano determina cómo ser, tanto en el mundo exterior en el que vive, como en el interior, donde se encuentra su esencia y realización personal; de modo que resulta imposible no escoger. El reto es elegir de modo ético.

.....
⁴⁵ *ibid.*, p. 129.

⁴⁶ Sofía Ávila Calero, "Entrevista a Enrique Leff". *Ecología Política, Referentes ambientales*. 2015. [En línea]: <https://bit.ly/37vUwKI> [Consulta: 16 de agosto, 2021], pp. 24 y 25.

Hacerlo implica luchar contra esquemas establecidos y remontar las resistencias al cambio. Tal como ocurrió antaño con los esclavos al considerarlos sujetos de libertad, con las mujeres al reconocerles derecho a la educación y al voto o, recientemente, con los derechos de los animales. Quedan pendientes, sin embargo, los derechos de las plantas y demás formas de vida distintas a la humana, que conforman la comunidad de vida en la Tierra y el cosmos.

Estar en la Tierra no es sólo vivir en ella como acto biológico, sino vivir conforme a la consideración ética de cómo hacerlo, consumir alimentos inocuos y sanos, y además, realizar actos solidarios que impliquen un beneficio comunitario.

Aunque se ha avanzado, aún falta fortalecer, continuar y seguir buscando alternativas integradoras; lo que implica acudir a las raíces, conservar las tradiciones, retomar las formas de vivir y pensar de las prácticas culturales vinculadas al pensamiento crítico. También habrá que cuestionar la realidad hegemónica, impuesta por los sistemas económicos prevaecientes y orientados al consumo suntuario, obedientes a un estilo de vida del bienestar.

La formación universitaria debe incluir en sus preocupaciones y propósitos educativos propuestas formativas que orienten el pensamiento reflexivo y crítico del consumo impulsivo, heredado de la comercialización y el fomento dañino de consumir la comida rápida y empaquetada. Se requiere que la Academia incorpore en los espacios universitarios el diálogo de saberes, y se integren las necesidades comunitarias con los proyectos universitarios a fin de lograr un beneficio recíproco.

Referencias

- Anderson, Fergal, *¡Soberanía alimentaria ya! Una guía por la Soberanía Alimentaria*. Bruxelles, European Coordination Vía Campesina, 2018. [En línea]: <https://bit.ly/3xJrfXi> [Consulta: 23 julio, 2021], p. 18.
- Ávila Calero, Sofía, "Entrevista a Enrique Leff". *Ecología Política, Referentes ambientales*. 2015. [En línea]: <https://bit.ly/37vUwKl> [Consulta: 16 de agosto, 2021], pp. 20-26.
- Brown, Bill y Tom Allen, "Problemas en Agronegocios". *Revista Mexicana de Agronegocios*, 29, (julio- diciembre, 2011). [En línea]: <https://bit.ly/3L7nnDg> [Consulta: 1 de agosto, 2021], p. 634-644.
- Cañizares, Esther, et al., *Introducción a la trazabilidad en la industria agroalimentaria. Proyecto de cooperación transfronteriza España–Marruecos 'AGROPLUS: Plataforma para el fortalecimiento de las capacidades de innovación en el sector agroalimentario'*. Córdoba, 2013. [En línea]: <https://bit.ly/3k6lppr> [Consulta: 10 de agosto, 2021], pp. 1-19.
- Ceccon, Eliane, "La revolución verde tragedia en dos actos". *Ciencias*, 1, 91, (julio-septiembre, 2008), México, Universidad Nacional Autónoma de México, [En línea]: <https://bit.ly/3EB0PbG> [Consulta: 14 de julio, 2021], pp. 21-29.
- COFEPRIS, 2018, *Guía de trazabilidad en alimentos*. Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios, Secretaría de Salud, Gobierno de México. [En línea]: <https://bit.ly/3MmTrmJ> [Consulta: 10 de agosto, 2021], p. 3.
- Elika, *Seguridad alimentaria*. Fundación Vasca para la seguridad Alimentaria, 2021. [En línea]: <https://bit.ly/3rFtY05> [Consulta: 23 de agosto, 2021].
- Escalona Aguilar, Miguel Ángel, et al., "El papel de la Universidad pública en la soberanía alimentaria". *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 20, 67, (2015). [En línea]: <https://bit.ly/3JVIEmN> [Consulta: 9 de julio, 2021], pp. 1.215-1.231.
- García-Faure, Adrián y Andrea Gago-Menor (Coords.), *¿Por qué es la Soberanía Alimentaria una alternativa?* Asociación Paz con Dignidad, Toledo, 2011. [En línea]: <https://bit.ly/3vuhYQ5> [Consulta: 10 de junio, 2021], p. 10.
- ISAAA, "Setenta países adoptaron los cultivos biotecnológicos para proveer soluciones al hambre, malnutrición y cambio climático, reporta el ISAAA". 2019 [Comunicado de prensa], Servicio Internacional para la Adquisición de Aplicaciones Agrobiotecnológicas, [En línea]: <https://bit.ly/3xlgEvv> [Consulta: 1 de agosto, 2021], p. 1.
- Lemos Figueroa, Marisel, et al., "Poverty and food Insecurity in the Mexican Country-side: An Unsolved Public Policy Issue". *Textual*, 71, (2017). [En línea]: <https://bit.ly/3xJqPQx> [Consulta: 09 de julio, 2021], p. 71.
- Martínez, Ayda y Kleyla Karina Huerta, "La Revolución Verde". *Revista Iberoamericana de Bioeconomía y Cambio Climático*, 4, 8, (2018). [En línea]: <https://bit.ly/3EvLnNG> [Consulta: 14 de julio, 2021], pp. 1040-1052.

- Nova Laverde, Mariluz, et al., "Análisis de narrativas sobre el desarrollo: Seguridad Alimentaria y Soberanía Alimentaria en Colombia y Bolivia". *Prospectiva. Revista de Trabajo Social e intervención social*. 28, (julio-diciembre 2019). [En línea]: <https://bit.ly/3JXtB7b> [Consulta: 12 de julio, 2021], p. 327.
- SADER (Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural), *Panorama de la lechería en México*. 2019, diapositivas 7-8. [En línea]: <https://bit.ly/3xHbNut>
- Saura Gargallo, Laura, *Formación agroecológica*, Universidad internacional de Andalucía, 2018. [En línea]: <https://bit.ly/36AdSNV> [Consulta: 10 de abril, 2021].
- Solican, (s/f), "Revolución verde". [En línea]: <https://bit.ly/3rFh3v5> [Consulta: 16 de julio, 2021].
- Soliz Fernanda y Adolfo Maldonado, *Guía de metodologías comunitarias participativas. Guía No. 5*, 2012. [En línea]: <https://bit.ly/3L64Cjw> [Consulta: 19 de agosto, 2021].
- Torres, Argelia, "Indicadores culturales para la Soberanía Alimentaria y su transición agroecológica: miradas, sentisaberes y pistas desde el Territorio Caucaño". *Revista IXAYA, IAPE Universidad*, 18, (2020). [En línea]: <https://bit.ly/3vAeQSH> [Consulta: 6 de julio, 2021], pp. 92-130.
- UNED, *Metodologías participativas y Trabajo Social*. [Audio] 2014, *Canal UNED, Serie: Trabajo Social en Radio 3*. [En línea]: <https://bit.ly/3EBvVj5> [Consulta: 19 de agosto, 2021].

CAPÍTULO 3

Universidad y calidad de vida alimentaria. Identificación de indicadores de siembra agroecológica para una gastronomía sostenible

Hilda C. Vargas Cancino

Presentación

La alimentación es una necesidad primaria pues es la forma de satisfacer el hambre, por lo que representa un aspecto que compete a todo ser vivo. Existen diversos problemas asociadas a ella, desde los excesos en poblaciones occidentales, que llevan a la obesidad y a enfermedades degenerativas¹, hasta la muerte en casos severos de desnutrición en los llamados países del Sur global²: “La mala nutrición causa casi el 45% de las muertes en niños menores de cinco años”³.

La sociedad, la naturaleza y las instituciones enfrentan las consecuencias de una industria mal llamada “alimenticia”, mejor conocida como el agronegocio internacional. Desde luego, la población consumidora implicada es aquella que puede acceder a esos productos y que, por lo tanto, no ha escapado de las consecuencias de sus excesos, al ser víctima de lo que se consideran enfermedades crónico-degenerativas no transmisibles, las cuales requieren para su control, más que la medicación, un proceso de reeducación.

En México, la Estrategia Nacional de Promoción y Prevención para una Mejor Salud, creada en el 2007 sostenía que todas las acciones podrían ser posibles si la sociedad y el sector gubernamental trabajaban en conjunto en la búsqueda de un estilo de vida saludable. También pedían especial atención

¹ Gisela Moreira, et al., “Prevalence of Metabolic Syndrome: Association with Risk Factors and Cardiovascular Complications in an Urban Population”. *Journal PLoS ONE* 9 (9): e105056, 2014. [En línea]: <https://bit.ly/3MlfYQP> [Consulta: 14 agosto, 2021].

² El Sur global hace referencia a los países colonizados distribuidos en América Latina, África e incluso Asia. Aunque su riqueza de bienes naturales es alta, su crecimiento económico sigue limitado por países posicionados política y financieramente arriba de estos.

³ Grupo del Alto Nivel de Expertos en Seguridad Alimentaria y Nutrición (GANESAN), *Impacto del COVID-19 en la seguridad alimentaria y la nutrición (SAN)*. Roma, Secretaría del GANESAN, C/O FAO, 2020, p. 2.

a los programas educativos, tanto para el personal docente como para la población estudiantil, “además de la regulación de los alimentos vendidos en los planteles y sus alrededores”⁴.

El cuidado para una sana alimentación dentro del sector educativo implica la corresponsabilidad de varios sectores. La universidad, como formadora de profesionistas, puede intensificar acciones formativas en todas las carreras que tienen impacto en la alimentación: biotecnología, agronomía, ciencias forestales, derecho, mercadotecnia, psicología, medicina o gastronomía, por mencionar algunas.

El presente capítulo está enfocado en identificar fundamentos y experiencias desde la Universidad Autónoma del Estado de México en la promoción de una calidad de vida alimentaria. Se revisan tres temáticas principales: la primera implica a los detonadores que incluyen los elementos integradores de una buena calidad de vida, desde el enfoque de las capacidades, así como los factores que la posibilitan; el segundo tema propone a la Universidad como cogestora de la calidad de vida alimentaria y del derecho a la alimentación, además, se presentan algunos casos desde diversos proyectos de investigación; el último elemento aborda el relato de experiencias desde la comunidad universitaria de la UAEM en el acompañamiento a pequeños productores agroecológicos.

Finalmente se incluye una propuesta de 36 indicadores para valorar el nivel de transición de estos productores hacia la siembra agroecológica y ser posibles proveedores de pequeños establecimientos interesados en la gastronomía sostenible.

1. Detonadores de una calidad de vida alimentaria

Cuando se habla de “calidad de vida” generalmente se asocia con la opulencia, con la posibilidad de tener todo lo deseado en el momento que se le requiera, esta visión ha provocado que las poblaciones con poder adquisitivo muestren patrones de comportamiento hacia la acumulación y el desperdicio; con relación a la alimentación se conoce que:

⁴ José Córdova-Villalobos, et al., “Las enfermedades crónicas no transmisibles en México: sinopsis epidemiológica y prevención integral”. *Salud Pública de México*, 50, 5, (septiembre-octubre 2008), p. 422.

[...] el 45% de las frutas y vegetales que se cosechan en todo el mundo se desperdicia [...] el 30% de los cereales [...] y de los 263 millones de toneladas de carne que se producen mundialmente cada año, se pierde el 20%, el equivalente a 75 millones de vacas⁵.

De las cifras anteriores es importante resaltar que el menor porcentaje de desperdicio (20%) corresponde a la proteína animal, datos que coinciden con un estudio universitario que evalúa el desperdicio de alimentos por estudiantes. Los resultados del estudio concluyen que la población analizada desperdicia el 7% de proteína animal, el 19% de comida chatarra, el 24% de carbohidratos y el 40% de vegetales⁶. Este último aspecto coincide con las estadísticas proporcionadas a nivel mundial por la Organización de las Naciones Unidas (ONU), donde las frutas y vegetales son los alimentos más desperdiciados.

Las implicaciones de las estadísticas anteriores podrían apuntar a que las personas prefieren desperdiciar –o no consumir las frutas y vegetales– más que la proteína derivada de la carne; aun así, la cifra de 263 millones de toneladas de desperdicio de carne es elevado, e implicó el sacrificio infructuoso de 75 millones de vacas al año, además del impacto ambiental que ello representa.

1.1. ¿Qué elementos integran una buena calidad de vida?

El planeta se encuentra al borde del colapso mundial y los países del Sur global resultan los más afectados debido a todos los “fenómenos asociados a la desestabilización climática tales como la subida del nivel del mar, las sequías, inundaciones, tornados, hambrunas y escasez de agua potable”⁷. La urgencia de que la humanidad actúe para revertir esta tendencia es crucial e involucra a toda la población, porque si bien el estallido puede iniciar con la población más vulnerable, finalmente tocará a todo el planeta.

⁵ Naciones Unidas, Noticias ONU, “Objetivos del Desarrollo Sostenible”. ONU, 16 de octubre, 2018. [En línea]: <https://bit.ly/38fhqj> [Consulta: 29 junio, 2021].

⁶ Ercilia Franco, “El desperdicio de alimentos: una perspectiva desde los estudiantes de Administración de Empresas de la ups Guayaquil”. *RETOS Revista de Ciencias de la Administración y Economía*, Universidad Politécnica Salesiana, Guayaquil, 6, 11, (2016). [En línea]: <https://bit.ly/3rHoulw> [Consulta: 9 de julio, 2021], p. 58.

⁷ Alicia Puleo, “Iguales en un mundo sostenible”, en *Hacia una cultura de la sostenibilidad. Análisis y propuestas desde la perspectiva de género*. Departamento de Filosofía de la Universidad de Valladolid, Valladolid, 2015, p. 23.

¿De qué calidad de vida se puede hablar cuando el panorama parece el más desalentador para la mayor parte del planeta? Además de los problemas que enuncia Alicia Puleo, se destacan la contaminación sin fronteras a nivel de subsuelo, agua y aire; el agotamiento de los bienes de la naturaleza; la urbanización de las grandes ciudades, que potencia la contaminación y el agotamiento de bienes por el abuso del transporte; la degradación de los socioecosistemas y la pérdida de la biodiversidad, que a su vez ha provocado situaciones climáticas extremas, cuyo mayor impacto ha recaído en la población del Sur, la de mayor pobreza: “desequilibrios insostenibles entre una quinta parte de la humanidad que consume sin control y miles de millones de personas que sufren hambre”⁸.

También los conflictos violentos, en diferentes partes del mundo, están frecuentemente ligados con el control de las materias primas, asociadas “a actividades de las mafias y empresas transnacionales (que imponen sus intereses particulares que escapan a todo control democrático), terrorismos, ‘limpiezas étnicas’ y destrucción de la diversidad cultural (un patrimonio de la humanidad constantemente amenazado)”⁹.

Con la anterior exposición, hablar de la calidad de vida se podría convertir en la utopía de las utopías; sin embargo, actualmente hay elementos que siguen disfrutándose por diferentes sociedades, grupos, pueblos y ecosistemas según su cultura, ubicación geográfica, religión y tipo de gobierno.

Algunos elementos que ayudan a definir una calidad de vida no-violenta son: tener un techo saludable donde vivir, contar con alimento sano para satisfacer las necesidades nutricionales, poder desempeñarse en un trabajo que permita satisfacer las necesidades básicas y de entretenimiento personales y familiares, jornadas que faciliten compartir la vida con los seres que se aprecian, poder ayudar a los demás a través de diversas asociaciones; contar con espacios que permitan el cuidado y la convivencia con la naturaleza, a través de bosques, mar, glaciares, jardines o huertas urbanas; así como la convivencia y acompañamiento con animales no-humanos¹⁰.

⁸ Amparo Vilches y Daniel Gil, “La construcción de un futuro sostenible en un planeta en riesgo”. *Alambique* 55, (2008), p. 10.

⁹ *idem*.

¹⁰ Estos elementos propuestos se han ido integrando a partir de los resultados de diferentes investigaciones sobre calidad de vida no violenta, que se han publicado, según van apareciendo en las diferentes obras resultantes de dichos proyectos, *Cfr.*, Hilda Vargas, *La calidad de vida y los derechos humanos. Una alternativa desde las capacidades y decrecimiento*. Editorial Torres y Asociados, México, 2013; Hilda Vargas, (Coord.), *Calidad de vida no-violenta: saberes originarios, prácticas de paz y decrecimiento*. Editorial Torres Asociados, México, 2015; Hilda Vargas y Emma González, (Coords.), *Educación Ambiental transversal y transdisciplinaria. Una visión decrecentista desde*

Es oportuno considerar la concepción de *calidad de vida* que Martha Nussbaum construyó a través del *enfoque de las capacidades*, basada en la teoría inicial de Amartya Sen. Su propuesta cubre aspectos básicos del bienestar humano, asociados a “la justicia y el desarrollo, enlazándolos con los aspectos mental, físico y social [...] además de las dimensiones políticas, sociales y culturales de la vida”¹¹.

Nussbaum y Sen conciben el enfoque considerando las capacidades como oportunidades para que las personas sean o hagan algo que consideran valioso. Nussbaum sostiene que existe un vínculo entre los derechos y las capacidades, sin que ello represente un sello de exclusividad de las sociedades occidentales, en virtud de que, en todas las sociedades y regiones existen aspectos que las personas consideran valioso ser o hacer; tales concepciones impactan directamente en la calidad de vida.

En esta propuesta, la autora considera a las políticas públicas como responsables de proporcionar la *oportunidad* a las personas para ser o hacer lo que consideran valioso; sin embargo, la *elección* para elegir hacerlo o no (*funcionamientos*), pertenece al individuo. Lo que implica que la responsabilidad de los gobiernos es generar las oportunidades y libertades para que la gente funcione (elijan hacer lo que considere valioso), y entre más opciones de elección existan, mayor calidad de vida se pueda tener¹².

Conforme a la propuesta de Nussbaum, y a diferencia de Sen, la autora presenta una lista de 10 capacidades, donde quedan contemplados todos los aspectos vinculados a la calidad de vida humana; de igual forma crea en paralelo una alternativa que incluye varios de los elementos de su lista para los animales no humanos¹³.

Las diez capacidades u oportunidades para funcionar en la vida y que impactan en su calidad son:

1. La preservación de la vida sin que se interrumpa su ciclo normal.
2. Mantenimiento de la salud integral, donde se incluye a la vivienda y a la alimentación adecuadas para su logro.

.....
la Ética, la Cultura de Paz, y el diálogo de saberes, para una Calidad de vida no-violenta. Editorial Torres Asociados, México, 2016.

¹¹ Hilda Vargas, 2013, *op. cit.* p. 15.

¹² Cfr., Martha Nussbaum y Amartya Sen, *La calidad de vida*. FCE, México, 1996.

¹³ Cfr., Martha Nussbaum, “Más allá de ‘compasión y humanidad’: justicia para los animales no humanos”, en *Las Fronteras de la justicia*. Paidós, Barcelona, 2007, pp. 321-400.

3. Oportunidad para conservar la integridad corporal, implica la libertad para desplazarse a diferentes lugares y permanecer a salvo de eventos delictivos, incluyendo la ausencia del acoso sexual, la oportunidad para ejercitarse y el disfrute de la sexualidad informada.
4. Poder expresar en plenitud los sentidos y la imaginación, así como el pensamiento desde una educación integral, científica, racional, emotiva y artística, donde esté asegurada la libertad de expresión.
5. Ser libre de expresar emociones y sentimientos, desde el coraje justificado hasta expresiones de afecto y amor, no limitadas a los “permisos sociales” de lo que se acepta como asociaciones humanas válidas.
6. Ser capaz de ejercer la razón práctica, entendida como una idea del bien, de lo correcto e incorrecto, incluye la autorreflexión del plan de vida personal desde la libertad religiosa y la de conciencia.
7. Ejercer la libertad de afiliación, que incluye la posibilidad de poder demostrar preocupación hacia lo externo, más allá de la propia persona. Integra la libertad de asociación política, así como la de expresión de pensamientos y sentimientos a través de movimientos sociales por justicia de género, raciales, etc.
8. Tener la posibilidad de convivir respetuosamente con la naturaleza, más allá de la especie humana, considerando al mundo natural, incluyendo las otras especies, con derecho a un trato justo.
9. Tener oportunidad de expresarse a través del juego, con experiencias placenteras, recreativas y de risa.
10. Libertad de ejercer control sobre el entorno físico inherente a las personas, así como al entorno político, que implica la libertad de asociación, en vínculo directo con la capacidad de afiliación. El control sobre el entorno material también es considerado, pues implica ser sujeto del derecho de poseer bienes materiales incluyendo la tierra y propiedades en un plano de igualdad real con los demás, por ejemplo, que la mujer pueda heredar propiedades, comprar, ser dueña de una casa o un terreno a la par que el varón.

La última capacidad impacta en uno de los puntos a los que la soberanía alimentaria ha dado prioridad: la defensa del reconocimiento del papel de la mujer en la vida del campo y su aportación a la alimentación de la familia, así, si la comunidad le desconoce su derecho al territorio, la soberanía resulta inalcanzable.

Desde el colectivo internacional La Vía Campesina se busca “proteger los derechos de las personas campesinas y otras que trabajan en las áreas ru-

rales [...] incluyendo, el derecho a la tierra, a las semillas, a la biodiversidad, a unos ingresos dignos, a medios de subsistencia y medios de producción suficientes, así como el derecho a la Soberanía Alimentaria”¹⁴, donde la mujer sea reconocida en igualdad de oportunidades.

Asimismo, desde el enfoque de las capacidades, quedarían integradas en la propuesta de La Vía Campesina para la soberanía alimentaria: la preservación de la vida, el mantenimiento de la salud corporal, la integridad y seguridad corporal, así como el ejercicio de la razón práctica —mejor ubicada como agencia ética— en la medida que es representativa del *ethos* y del corazón del mismo enfoque:

[...] El *ethos* porque se da en una convivencia con otros y con lo otro, como lo es la naturaleza, y en ese cohabitar [...] está inmersa la conciencia de los propios impactos en el entorno y viceversa. Esta agencia, acotada por Sen como razonada, delinea el actuar basado en el bien propio y de la colectividad, asumido y afinado a través de la experiencia en presencia de los otros¹⁵.

También se incluyen las capacidades de poder ejercer la libertad de afiliación y la de mostrar respeto por las otras especies y la naturaleza, además de disfrutar de ellas. Se ha considerado a las anteriores capacidades y su vínculo con la soberanía alimentaria en virtud de que ambos enfoques destacan la justicia social y la de la naturaleza, en equilibrio pleno con las poblaciones más desfavorecidas, y ello incluye el derecho a la alimentación como derecho vital para la existencia.

1.2. Calidad de vida alimentaria. Factores que la posibilitan

La calidad de vida alimentaria se enfoca en muchos aspectos que han trastocado la modernidad a través de la promoción de comida altamente procesada; sin embargo, también se hace referencia a la comida que es sembrada y cosechada para autoconsumo y venta local en los medios rurales, acción que no por carecer de procesos industriales se vuelve automáticamente saludable. En este rubro se destaca la presencia de agrotóxicos en la mayoría de los campos del planeta, suceso identificado principalmente a partir

¹⁴ Fergal Anderson, *¡Soberanía alimentaria ya! Una guía por la Soberanía Alimentaria*. Bruxelles, European Coordination Vía Campesina, 2018. [En línea]: <https://bit.ly/3MnKl9u> [Consulta: 4 julio, 2021], p. 10.

¹⁵ Hilda Vargas, *op. cit.* 2013, p. 171.

de los años sesenta. Es importante destacar que los datos reportados por Rachel Carson inician desde la década de los treinta, en donde la industria agroquímica vendió a la población la idea de que la “solución” a los problemas de plagas podría ser el uso de plaguicidas de síntesis, mientras que el problema en la intensificación de la presencia de plagas fue favorecido por el agronegocio al sobre explotar la tierra:

En condiciones primitivas de agricultura, el granjero tenía pocos problemas de insectos. Éstos surgieron con la intensificación de la agricultura: la dedicación de inmensas extensiones de terreno a un solo tipo de cultivo. Este sistema preparó el escenario para los aumentos explosivos de poblaciones de insectos específicos¹⁶.

Esta herencia se infiltró poderosamente en las creencias de la población campesina, lo más drástico es que fue promovido por especialistas y egresados de las universidades de las áreas de agronomía. Tales acciones, con el paso de los años, impactaron en la pérdida de numerosas especies de la fauna y de la flora, ya que algunos pesticidas, como menciona Carson¹⁷, son aplicados a través de pulverizaciones que pueden cubrir hasta dos hectáreas de bosques.

Aunque el propósito es destruir un único insecto convertido en plaga, no se contempla (o no resulta de interés para quienes aconsejan y deciden la aplicación) que dichas pulverizaciones matarán muchos más insectos y formas de pequeña vida silvestre, además caerán también en manantiales, lagos, arroyos y contaminarán todo lo que encuentren a su paso, aun así, llegarán con mucho potencial tóxico al mar, por lo que la comida sana en la mesa queda descartada.

Los consumidores de las grandes ciudades, además de esos agrotóxicos, consumen alimentos procesados a altas temperaturas que dañan su valor nutritivo, además de las sustancias nocivas que adulteran los sabores y mantienen el producto sin descomponer, a fin de que tolere los largos lapsos que tardan en llegar hasta la mesa de la población consumidora.

Desde los planteamientos anteriores, se considera que uno de los factores que favorecen a una calidad de vida alimentaria es la ausencia de agentes tóxicos que acompañen los procesos de los alimentos, desde el manejo de

¹⁶ Rachel Carson, *Primavera silenciosa*. Editorial Planeta / Newcomlab, Barcelona, 2016, p. 46.

¹⁷ Cfr. Rachel Carson, *op. cit.*

las semillas, hasta que llegan a la mesa. Arbos *et al.* y Baudry han señalado que la calidad nutricional tiene mucho que ver con el origen de su cultivo, si éste es orgánico, como el caso de la achicoria común, la lechuga o la rúcula¹⁸ mostrarán mayor valor nutricional y más presencia de actividad de antioxidantes, cuyo beneficio está asociado a decrementar desórdenes cardiovasculares y neurodegenerativos:

[...] the organic cultures of lettuce, arugula, and common chicory vegetables showed greater antioxidant activity, due to their content of total phenolic compounds. Increased intake of polyphenols and antioxidants has been associated with a reduced risk of chronic diseases, such as cardiovascular and neurodegenerative diseases, and certain types of cancer¹⁹.

Más allá de que la calidad de vida alimentaria tenga que ver con el origen agroecológico de los alimentos, hay otros factores que abonan a la calidad: ingesta suficiente de acuerdo con las necesidades personales, combinaciones adecuadas, la frescura de su consumo, sin olvidar el componente emocional asociado al momento en que se ingiere.

Por otra parte, se tocan otras esferas de vida en colectividad que se pueden impactar desde las políticas públicas, favoreciendo a “la Seguridad Alimentaria y Nutricional de cada región, pueblo o país, garantizando el acceso a los alimentos de forma segura y estable, y tomando medidas o dictando leyes que favorezcan la disponibilidad, acceso y consumo de los mismos”²⁰.

Los resultados podrán verse lentamente, dependiendo de la voluntad política de cada país, aspecto que se puede acelerar desde una sociedad cogestora y de universidades proactivas, que, en conjunto, promuevan y catalicen la soberanía alimentaria a través del cooperativismo y las economías comunitarias, con el fin de:

Profundizar y extender la recuperación popular de recursos públicos y privados: tierra, suelo e infraestructura urbana, equipamientos e infraestructuras;

¹⁸ Los alimentos orgánicos cuentan con una certificación que es pagada por los productores, la cual avala que sus cosechas no tienen residuos de agrotóxicos y que en todo su proceso de siembra y cosecha ha sido acompañada sólo de ecotecnias amables con la naturaleza.

¹⁹ Arbos, *et al.* y Baudry en Nircia Pereira, *et al.*, “Food quality according to the production system and its relationship with food and nutritional security: a systematic review”. *Saúde Soc. São Paulo*, 29, 4, (2020), p. 7.

²⁰ Angélica Barrial y Ana Barrial, “La educación alimentaria y nutricional desde una dimensión socio-cultural como contribución a la seguridad alimentaria y nutricional”. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*, (diciembre 2011). [En línea]: <https://bit.ly/3Ka6N4a> [Consulta: 8 de junio, 2021], p. 2.

inventar y desarrollar formas asociativas autogestionadas y su organicidad territorial e interregional, autoconstruyendo hábitats saludables [...] desarrollar formas de finanzas solidarias y monedas sociales que favorezcan circuitos de intercambio complementario a nivel local y regional²¹.

Los elementos anteriores abonan a la calidad de vida, pero es necesario difundirlos y reforzarlos desde la educación, por lo que resulta imperativo:

[...] descubrir y erradicar creencias [...] promoviendo una mayor consciencia [...] en las diversas esferas de la vida, la salud, los aprendizajes, la producción, distribución y consumo de alimentos; y el énfasis que la educación debe asumir [...] en el fomento de conceptos, actitudes y conductas claras y fundamentales sobre la alimentación²².

Se ha afirmado que uno de los pasaportes para la buena salud inicia con una buena alimentación, y aunque hay otros factores que la impactan, como la vivienda, el ingreso económico y los entornos favorables, la calidad de vida alimentaria es y será la base. Asimismo, “los hábitos alimentarios inadecuados, producto de nuestras costumbres, tradiciones, de la promoción de alimentos con bajo valor nutricional por parte de las multinacionales, así como los estereotipos de la mujer y el hombre perfecto donde se impone la extrema delgadez”²³ han desencadenado enfermedades y desórdenes alimenticios como desnutrición, obesidad, diabetes, anorexia o bulimia, que impactan negativamente en la calidad de vida de las personas, familias y naciones.

2. Universidad gogestora de calidad de vida alimentaria, desde el derecho a la alimentación

Las universidades cuentan con múltiples carreras y muchas de ellas presentan un impacto significativo en los sistemas alimentarios, por lo que es importante que a partir de la investigación y la docencia se generen propuestas que aporten soluciones a los problemas del hambre y la nutrición. Fomentar participaciones no debiera esperar hasta que exista una orden

²¹ José Coraggio, “Potenciar la economía popular solidaria: una respuesta al neoliberalismo”, en Gustavo Hernández, et al., (editores), *Economía Social Solidaria y la covid-19. Propuestas para una salida global*. UNED, San José Costa Rica, 2021, p. 40.

²² Ernesto De La Cruz, “La educación alimentaria y nutricional en el contexto de la educación inicial”. *Paradigma* 36, 1, (junio, 2015). [En línea]: <https://bit.ly/38hpgyM>, [Consulta: 14 junio, 2021], p. 162.

²³ Angélica Barrial y Ana Barrial, *op. cit.*, p. 3.

desde la ONU para apoyar proyectos relacionados con los 17 objetivos del Desarrollo Sostenible. El derecho a la alimentación es para todos, pero a quien principalmente se le castiga es a la población vulnerada y empobrecida, por lo que es importante, prioritario y urgente que las universidades trabajen en vínculo directo con las comunidades, escuchando sus necesidades, pero también desde la humildad, escuchando sus saberes.

La Ley Marco Derecho a la Alimentación, Seguridad y Soberanía Alimentaria, aprobada en la XVIII Asamblea Ordinaria del Parlamento Latinoamericano (del 30 de noviembre al 1 de diciembre de 2012, en Panamá) es considerada como la primera escena legislativa que reconoce el derecho a la alimentación, más allá de la esfera nacional, a la altura de instrumentos internacionales como la Declaración Universal de los Derechos Humanos, la cual en su artículo 10 menciona que:

El derecho a una alimentación adecuada es el derecho humano de las personas, sea en forma individual o colectiva, de tener acceso en todo momento a alimentos adecuados, inocuos y nutritivos con pertinencia cultural, de manera que puedan ser utilizados adecuadamente para satisfacer sus necesidades nutricionales, mantener una vida sana y lograr un desarrollo integral. Este derecho humano comprende la accesibilidad, disponibilidad, uso y estabilidad en el suministro de alimentos adecuados²⁴.

En la exposición de motivos de la misma Ley se afirma que el derecho a la alimentación es una obligación vinculante, que involucra a los 160 Estados que forman parte del Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales; sin embargo, el reto es hacerlo realidad. En este sentido, no hay respuestas para la pregunta: “¿de qué manera puede darse efectividad concreta en el plano nacional y cómo proceder para obligar a las autoridades a rendir cuentas de su actuación o del incumplimiento de sus deberes?”²⁵. Sin embargo, el quehacer universitario, en diferentes niveles y especialidades, está llamado a dar respuestas que impacten, como menciona el artículo 10, en el mantenimiento de una vida sana y en el *logro de un desarrollo integral*, como lo defiende el enfoque de las capacidades.

Uno de los elementos prioritarios en la educación universitaria es la práctica de la ética profesional, por lo tanto, se requiere que la población estudiantil

²⁴ Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), *Ley Marco Derecho a la Alimentación, Seguridad y Soberanía Alimentaria*. FAO, Panamá, 2012, art. 10.

²⁵ FAO, *op. cit.*, p. 11.

se forme bajo parámetros éticos y sea sensible ante los problemas de la comunidad. Esteban y Buxarrais proponen a las universidades que la cultura y conocimiento no se quede en las aulas, por el contrario, que estos lleguen “a todos los rincones de su comunidad con tal de aportar soluciones razonadas y éticas a los problemas planteados”²⁶. La formación ética requiere incluir entrenamiento para reconocer los saberes y sentires de las comunidades, también para facilitar el intercambio de estos entre los integrantes, que a su vez, favorecen a la identificación de prioridades y al reconocimiento de sus fortalezas, desde el fomento de “la toma de decisiones y elaboración y ejecución de soluciones a problemas, respuestas y necesidades [...], el mejoramiento de la calidad de vida [...] a partir de sus propios recursos materiales, humanos, físicos y espirituales”²⁷.

Esteban y Buxarrais, señalan que “no basta únicamente con disponer de una acumulación de conocimientos científicos y humanísticos [...] El caminar por la universidad debería también ser una experiencia de vida, de aprendizaje ético y desarrollo de la personalidad moral”²⁸, si a ello se añaden las necesidades prioritarias, como el tema que nos ocupa, es vital entonces formar profesionales protagónicos de los cambios que se requieren para detener el caminar *ecocida* de la humanidad en la Tierra, donde razón y corazón se fusionen:

En definitiva, el ciudadano universitario que camina por la universidad debería redactar su narración de vida teniendo siempre presente el testigo que es real, y por desgracia, numeroso. Son muchas las comunidades y personas que necesitan para sus problemas, soluciones razonadas y razonables, es decir, que provengan de mentes y corazones universitarios²⁹.

Es importante reconocer las diferentes aportaciones que desde la universidad se están haciendo para la promoción de una investigación con sentido social, en virtud de que en diferentes universidades del mundo—incluyendo la UAEM— existe investigación tanto teórica como de campo. Es a esta última a la que hacen referencia los autores precedentes, y a la que debe darse reconocimiento y seguimiento gracias al impacto directo que tienen en los problemas sociales.

.....
²⁶ Francisco Esteban y María Rosa Buxarrais, “El aprendizaje ético y la formación universitaria más allá de la casualidad”. *Teoría Educativa*, Universidad de Salamanca, 16, (2004), p. 94.

²⁷ Angélica Barrial y Ana Barrial, *op. cit.*, p. 23.

²⁸ Francisco Esteban y María Rosa Buxarrais, *op. cit.*, p. 95.

²⁹ *ibid.*, p. 98.

Desde diversas plataformas y especialidades educativas es posible incidir, al menos, en algunas de las áreas prioritarias. En materia de alimentación pueden nombrarse ejemplos de la Ley Marco Derecho a la Alimentación, Seguridad y Soberanía Alimentaria, por ejemplo el fortalecimiento de esfuerzos de cooperación Sur-Sur o Norte-Sur, o el caso del Área de Cooperación y Solidaridad de la Universidad de Córdoba, en España. También las diferentes becas que apoyan proyectos de investigación y publicación de temas como Soberanía alimentaria y Desarrollo rural sostenible, en Paraguay³⁰ y Experiencias agroecológicas, en Peribebuy³¹. Cabe mencionar la inclusión de “la recuperación de productos tradicionales, ancestrales y culturalmente apropiados”³² en materia de alimentación, resultados que aparecen en una publicación basada en el proyecto de investigación *¿Qué se come aquí?...*, relacionado con el tema del rescate de la alimentación tradicional y el turismo gastronómico en los pueblos mágicos³³.

3. Comunidad universitaria y el acompañamiento a los pequeños productores agroecológicos para una gastronomía sostenible

A través de proyectos secuenciales de investigación en el Instituto de Estudios sobre la Universidad, perteneciente a la UAEM, se ha trabajado en el apoyo y promoción a los pequeños productores agroecológicos locales, desde diferentes aproximaciones. En el 2014 se iniciaron diversos ejercicios de diálogos de saberes, tanto con productores como con diferentes integrantes de la sociedad civil, cuyo propósito fue identificar las propuestas de indicadores sobre lo que consideraban importante que la UAEM trabajara sobre educación ambiental³⁴.

El estudio arrojó la necesidad de trabajar con temas relacionados a la concienciación, el consumo responsable y el comercio justo, por lo que el proyecto contempló estas necesidades y se trabajó con los mercados de comercio

³⁰ Cfr., Marianna Guareschi y Mamen Cuéllar, *Cooperación al desarrollo hacia la soberanía alimentaria: La plataforma de Desarrollo rural sostenible en Paraguay*, Universidad de Córdoba / Agencia Andaluza de Cooperación Internacional para el Desarrollo, Córdoba, 2017.

³¹ José Luque, *Experiencia agroecológica y familiar en Peribebuy. Estudios de investigación. Becas de Movilidad de estudiantes Norte-Sur*. Universidad de Córdoba / Agencia Andaluza de Cooperación Internacional para el Desarrollo, 2017.

³² FAO, *op. cit.*, p. 15.

³³ Andrés López Ojeda, *et al.*, *¿Qué se come aquí? La gastronomía en el marco turístico de los Pueblos Mágicos*, Fundació per a la Universitat Oberta de Catalunya, Barcelona, 2021.

³⁴ Cfr. Hilda Vargas y Emma González, (Coords.), *op. cit.*, 2016.

justo, se escucharon sus propuestas y se identificaron los lineamientos regidores. Asimismo, se dio solvencia a sus necesidades de capacitación; la UAEM creó cursos gratuitos donde la comunidad académica interesada y la comunidad de productores locales fueron parte del equipo facilitador³⁵.

Los resultados de la investigación abordaron el tema de la soberanía alimentaria, se recuperaron los diálogos de saberes, con el fin de identificar planteamientos plurales y participaron integrantes de la comunidad académica, de los mercados de comercio justo (población consumidora y productora), así como representantes del arte y de la sociedad civil en general. Este ejercicio permitió integrar diferentes propuestas, una de ellas fue la creación de una Red de Soberanía Alimentaria (RITEISA)³⁶, a la cual se le dio seguimiento en el 2020; a la fecha cuenta con más de 30 integrantes, dos proyectos de investigación registrados en ella y diferentes productoras locales, varios de ellos son apoyados para ofrecer sus productos en espacios universitarios de manera presencial con periodicidad quincenal. Sin embargo, dicho apoyo se interrumpió a raíz del cierre de las instalaciones universitarias como medida sanitaria ante el virus del Síndrome Respiratorio Agudo Grave tipo-2 (SARS-CoV-2, por sus siglas en inglés).

Actualmente se está apoyando a una red de productores conocidos como Mercado Verde Alternativo de Toluca, cuya sede física se llama Casa Espora. Gracias a la disciplina de sus 25 integrantes, con proyectos productivos agroecológicos y a su fundadora, Ileri Origel, en el mes de agosto de 2021 obtuvo el reconocimiento “Mercado de la Tierra”, por la Asociación Internacional *Slow Food*, el primero otorgado en el Estado de México³⁷. El apoyo de la UAEM se enfoca en compartir las canastas electrónicas de este Mercado de la Tierra³⁸, así como en la reapertura de los mercados agroecológicos locales que visitan el espacio universitario de manera quincenal, para que sus integrantes puedan acceder y consumir. La finalidad es llegar a diferentes espacios y encauzar conciencias hacia las temáticas y valores que defienden

³⁵ Cfr., Hilda Vargas, *Consumo ético y socialmente solidario. Una propuesta no-violenta desde la Ecología Profunda*. Torres Asociados, México, 2018.

³⁶ La red se registró ante la Secretaría de Investigación de la UAEM (registro 5077/REDP2020), con el nombre de Red Internacional Transdisciplinaria de Educación e Investigación para la Soberanía Alimentaria. Diálogos de Cooperación entre Universidad y Comunidad (RITEISA). Cfr. <https://bit.ly/3vDz4uC>

³⁷ Slow Food, “Un nuevo Mercado de la Tierra de Slow Food en México: ¡está en Toluca!”, agosto 2021. [En línea]: <https://bit.ly/3xKHGCH> [Consulta: 5 de septiembre, 2021].

³⁸ Este apoyo consiste en compartir el catálogo electrónico de los productos participantes, a fin de que la comunidad académica interesada haga sus pedidos y se sigan fortaleciendo estas iniciativas que buscan dar los pasos iniciales hacia la soberanía alimentaria, hacia los mercados de comercio justo locales y al fomento del consumo ético.

el consumo local agroecológico, el comercio justo, economías solidarias, así como la soberanía alimentaria, entre otros, que también son compartidos por RITEISA. Algunas de las temáticas investigadas desde la UAEM, y compartidas por otras universidades, se publicaron y pueden ser consultadas en los trabajos coordinados por Velázquez y Vargas³⁹.

El proyecto de investigación *Gestión de la gastronomía sostenible. Prácticas de consumo responsable desde la soberanía alimentaria*⁴⁰, en el mismo sentido secuencial que los anteriores, se enfocó en identificar los indicadores de gastronomía sostenible que caracterizan las prácticas de consumo responsable en el sector de alimentos y bebidas en Toluca, desde cadenas cortas: productor local-restaurante-consumidor, que en conjunto podría perfilar el fortalecimiento de una incipiente soberanía alimentaria. Se trabajó en una primera etapa con la identificación de indicadores de producción agroecológica, de gastronomía sostenible y del consumidor responsable de alimentos.

Para el presente capítulo se ha elegido presentar los indicadores de producción agroecológica identificados desde la teoría, para que posteriormente sean la base de valoración de los proyectos productivos que puedan estar vinculados con los pequeños restaurantes en transición hacia la gastronomía sostenible. A continuación se presentan los indicadores propuestos.

3.1. Indicadores de producción agroecológica para la gastronomía sostenible

La gastronomía sostenible se resume como el conjunto de acciones que recuperan los saberes locales, culturales y tradicionales en materia de preparación de alimentos y bebidas, a través de insumos nutritivos derivados de la siembra agroecológica y de acciones sostenibles durante el proceso de atención al comensal, incluyendo el tratamiento de los residuos y la consideración de beneficios para el desarrollo local económico y de seguridad alimentaria para la comunidad. Montecinos también la relaciona con el fomento de un turismo más ético que favorece a la región, al planeta y satisface al comensal:

³⁹ Cfr., David Velázquez e Hilda Vargas, (Coords.) *Educación en consumo ético y agroecológico. Hacia la soberanía alimentaria pro-comunidad de la vida*. Dykinson, Madrid, 2019. [En línea]: <https://bit.ly/3k7480t> [Consulta: 18 agosto, 2021].

⁴⁰ Proyecto *Gestión de la gastronomía sostenible. Prácticas de consumo responsable desde la soberanía alimentaria*. Se registró ante la UAEM 6255/2020CIC) desde RITEISA, vigencia 2020-2021.

El gran reto es que el turismo gastronómico sea considerado a la brevedad como un producto turístico prioritario, respaldado por políticas públicas internacionales y nacionales vigorosas, que le conviertan en una excelente herramienta para coadyuvar de manera respetuosa, ética y pacífica al desarrollo social regional sostenible⁴¹.

A partir del trabajo colegiado de seis investigadores se generó un listado que integra una serie de indicadores que representan una guía para perfilar la existencia o no de proyectos productivos agroecológicos. Los rubros se eligieron de acuerdo con las bases de la agroecología y la permacultura⁴²: el respeto a otras especies y a la naturaleza, la soberanía alimentaria y la gastronomía sostenible⁴³, así como a la Carta de la Tierra⁴⁴. En la tabla número 1 se integran los 36 indicadores propuestos, descritos en cuatro categorías.

TABLA NÚMERO 1. INDICADORES DE PRODUCCIÓN AGROECOLÓGICA PARA UNA GASTRONOMÍA SOSTENIBLE

Proyecto productivo agroecológico:	Ubicación:
Principales productos que se siembran o procesan:	Responsable (s):
Fecha de inicio de actividades:	Fecha de visita:

Categoría I: Integridad ecológica

1. Cuenta con banco de semillas propias
2. Tiene acceso a agua y riego
3. Aplica técnicas de tratamiento de aguas residuales
4. Demuestra un uso racional y sustentable del agua y los productos de origen acuático

⁴¹ Antonio Montecinos, *Turismo Gastronómico Sostenible. Planificación de servicios, restaurantes, rutas, productos y destinos*. Centro Empresarial Gastronómico Hotelero, CDMX, 2016, pos. 235.

⁴² Cfr., CIDSE, *Los principios de la Agroecología. Hacia sistemas agroalimentarios justos, resilientes y sostenibles*. Bruselas, 2018; Raster Sass y Sarah Taylor, "Permaculture for agroecology: design, movement, practice, and world view. A review". *Agronomy for Sustainable Development*, 34, (2014), pp. 251-274; Bill Mollison y Reny Mia, *Introducción a la Permacultura*, Tyalgum/ Tagari Publicaciones, Australia, 1994.

⁴³ Cfr., Nussbaum, *op. cit.*, 2007; Fergal Anderson, *op. cit.*, 2018; Montecinos, *op.cit.*, 2016.

⁴⁴ Cfr., Carta de la Tierra, *La Carta de la Tierra*, 2000. [En línea]: <https://bit.ly/3K2x30f> [Consulta: 8 de enero, 2021].

5. Tiene acceso a tierra propia comunal o individual
6. Aplica estrategias de mitigación de impactos ambientales en la producción basados en reutilización, reciclaje y reducción
7. Tiene un manejo ambiental responsable de sus espacios, insumos y de los residuos generados en la producción
8. Utiliza energías limpias: solar, eólica, biodigestores, otros
9. Siembra con semillas propias o con semillas producto de trueque entre agricultores locales con semillas criollas
10. Elabora sus propios herbicidas a partir de los mismos insumos de los cultivos
11. Nutre el suelo con humus de lombriz, composta, lombricomposta, caldos nutricionales, minerales de la región, otros
12. Aplica técnicas de tratamiento de desperdicios (elaboración de composta) para su empleo en cultivos
13. Presencia de cultivos diversos en el mismo terreno (mínimo tres)
14. Practica la rotación de cultivos al menos una vez al año
15. Presencia de plantas repelentes y barreras biológicas
16. Existencia de polinizadores naturales como abejas, aves, mariquitas, otros insectos
17. Subsuelo con evidencia de vida animal

**Categoría II: Patrimonio gastronómico/ Cultura gastronómica
(elementos culturales, regionales y tradicionales)**

1. El cultivo y la cosecha están asociados a ciclos de producción relacionados con rituales, festividades religiosas o legados culturales
2. Implementa prácticas agrícolas relacionadas con usos y costumbres locales
3. Cuenta con platillos locales tradicionales asociados a la siembra
4. Usa técnicas ancestrales en la preparación de alimentos
5. Proporciona información de tipo cultural sobre el origen, preparación, costumbres locales de los productos que ofrece.

Categoría III: Justicia económica/ Trazabilidad/ Beneficio económico comunitario/ local/ regional? (insumos, producción, costos)

1. Adquiere los insumos agrícolas con proveedores locales
2. Los precios de sus productos son asequibles para la mayoría de la comunidad donde se encuentra
3. Cuenta con capacidad suficiente para el almacenamiento de productos e insumos
4. El tiempo dedicado a la producción le permite respetar los espacios para su vida personal y familiar
5. El ingreso permite cubrir las necesidades básicas (vida digna)
6. La relación distancia/tiempo en el traslado de sus productos garantiza su conservación sin el uso de químicos
7. La relación costo/beneficio que representa la adquisición de insumos y venta de productos es conveniente para su negocio
8. Existe una relación entre políticas y prácticas (misión, visión, valores) en siembra, cosecha, consumo, transporte y venta de excedentes
9. Los precios de sus productos corresponden al costo ambiental y social justo

Categoría IV: Vinculación interna y externa desde el respeto

1. Participa en redes de intercambio (asociaciones o cooperativas)
2. Prioriza colaboración y responsabilidad social con la comunidad
3. Mantiene relaciones frecuentes con establecimientos locales
4. Consensa con el personal involucrado las decisiones sobre la producción
5. Las mujeres y los varones desarrollan labores en igualdad de oportunidades

Fuente: Elaboración personal, derivado del trabajo colegiado⁴⁵

La primera categoría, *Integridad ecológica*, busca identificar evidencias de siembra sostenible, carente de agrotóxicos y sostenida con la propia diversidad de la zona a través del aprovechamiento de sus residuos. La segunda, *Patrimonio gastronómico/ cultura gastronómica (elementos culturales)*,

⁴⁵ Los colaboradores de esta elección son: Hilda Vargas, José Vásquez, David Velázquez, Virginia Panchi, Lucia Collado y Héctor Favila, integrantes del Proyecto *Gestión de la gastronomía sostenible. Prácticas de consumo responsable desde la soberanía alimentaria* (Registro SIEA UAEM 6255/2020CIC) de la Red Internacional Transdisciplinaria de Educación e Investigación para la Soberanía Alimentaria. Diálogos de Cooperación entre Universidad y Comunidad (RITEISA).

regionales y tradicionales), aborda los vínculos que sostienen la siembra y la cosecha con sus festividades, sus ritos y sus platillos tradicionales. La tercera categoría está relacionada con la percepción del ejercicio de la *Justicia económica* y su relación con el *beneficio económico comunitario/ local/ regional*, que involucra los insumos, el proceso de cuidado, la cosecha y los gastos por transportación relacionados con la venta. La última categoría se refiere a la *Vinculación interna y externa desde el respeto*, se incluye el trabajo con los colaboradores internos y las redes de apoyo que cogestionan para el sostenimiento del proyecto agroecológico, tanto para la compra o trueque de semillas o insumos, como para las gestiones de venta de sus productos.

Reflexiones finales

Es importante reconocer el trabajo de los espacios universitarios en temas prioritarios para la sociedad. Más de 690 millones de personas presentan problemas de hambre⁴⁶ y como respuesta a ello, las universidades han aumentado esfuerzos, desde los temas de tesis de grado y posgrado, hasta los temas de investigación. Es fundamental fortalecer los acercamientos y que los resultados de las investigaciones sean visibles para la población. Es importante la promoción y divulgación de los hallazgos, de tal forma que se puedan multiplicar y no permanezcan sólo en los espacios académicos.

En concordancia con el tema, se sugiere apoyar con espacios y capacitación a los productores agroecológicos locales; así como continuar con el fomento de ejercicios multiplicadores de las experiencias exitosas. Dar protagonismo a estas prácticas en los espacios universitarios, en un diálogo que permita la compra-venta en mercados de comercio justo y dé la oportunidad para que la comunidad universitaria se enriquezca con las prácticas agroecológicas. Que se escuche a los productores en las aulas, con el fin de incrementar la conciencia de compra y de conocer lo que hay detrás de cada proyecto productivo.

También implica que, desde las posibilidades de la ciencia –desde cada especialidad universitaria–, se pueda retroalimentar a los productores para mejorar sus procesos desde una perspectiva sostenible, y que sea posible llegar a los rincones de las poblaciones marginadas, para que puedan implementar la siembra agroecológica hacia el autoconsumo y hacia una calidad de vida alimentaria equitativa. Disponer de una serie de indicadores

.....
⁴⁶ Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), “Hambre e inseguridad alimentaria”. FAO, 2020. [En línea]: <https://bit.ly/3K2xd7R> [Consulta: 8 de junio, 2021].

de este tipo de siembra se convierte en una herramienta didáctica para quienes empiecen una transición hacia la siembra sostenible y espacios de venta para sus excedentes, tanto en mercados locales promovidos por la Universidad, como en pequeños y medianos restaurantes, cuyo interés esté enfocado en la transición hacia la gastronomía sostenible.

La comunidad universitaria, cuando se atreve a salir de su zona de confort y rebasa los espacios áulicos y teóricos, y se relaciona con las necesidades de su comunidad, puede impactar de manera favorable en la calidad de vida de su gente y del planeta. Ello desde la perspectiva del enfoque de las capacidades, como desde la propuesta de La Vía Campesina, donde la ética universitaria es promovida en las aulas y en la vida comunitaria, y los diálogos de saberes, por lo tanto, son detonadores de la calidad de vida.

Referencias

- Anderson, Fergal, *¡Soberanía alimentaria ya! Una guía por la Soberanía Alimentaria*. Bruxelles, European Coordination Vía Campesina, 2018. [En línea]: <https://bit.ly/3MnKI9u> [Consulta: 4 julio, 2021], p. 10.
- Barrial, Angélica y Ana Barrial, “La educación alimentaria y nutricional desde una dimensión sociocultural como contribución a la seguridad alimentaria y nutricional”. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*, (diciembre 2011). [En línea]: <https://bit.ly/3Ka6N4a> [Consulta: 8 de junio, 2021].
- Carson, Rachel, *Primavera silenciosa*. Editorial Planeta/ Newcomlab, Barcelona, 2016.
- Carta de la Tierra, *La Carta de la Tierra*. 2000. [En línea]: <https://bit.ly/3K2x30f> [Consulta: 8 de enero, 2021].
- CIDSE, *Los principios de la Agroecología. Hacia sistemas agroalimentarios justos, resilientes y sostenibles*. Bruselas, 2018.
- Coraggio, José, “Potenciar la economía popular solidaria: una respuesta al neoliberalismo”, en Gustavo Hernández, et al., (editores), *Economía Social Solidaria y la COVID-19. Propuestas para una salida global*. UNED, San José Costa Rica, 2021, pp. 17-41.
- Córdova-Villalobos, José, et al., “Las enfermedades crónicas no transmisibles en México: sinopsis epidemiológica y prevención integral”. *Salud Pública de México*, 50, 5, (septiembre-octubre de 2008), pp. 419-427.
- Cruz, Ernesto de la, “La educación alimentaria y nutricional en el contexto de la educación inicial”. *Paradigma*, 36, 1, (junio, 2015). [En línea]: <https://bit.ly/38hpgyM> [Consulta: el 14 junio, 2021].
- Esteban, Francisco y María Rosa Buxarrais, “El aprendizaje ético y la formación universitaria más allá de la casualidad”. *Teoría Educativa*, Universidad de Salamanca, 16, (2004), pp. 91-108.
- Franco, Ercilia, “El desperdicio de alimentos: una perspectiva desde los estudiantes de Administración de Empresas de la ups Guayaquil”. *RETOS Revista de Ciencias de la Administración y Economía*, Universidad Politécnica Salesiana, Guayaquil, 6, 11, (2016). [En línea]: <https://bit.ly/3rHoulw> [Consulta: 9 de julio, 2021], pp. 53-64.
- Grupo del Alto Nivel de Expertos en Seguridad Alimentaria y Nutrición (GANESAN), *Impacto del COVID-19 en la seguridad alimentaria y la nutrición (SAN)*. Roma, Secretaría del GANESAN, C/O FAO, 2020.
- Guareschi, Marianna y Mamen Cuéllar, *Cooperación al desarrollo hacia la soberanía alimentaria: La plataforma de Desarrollo rural sostenible en Paraguay*. Universidad de Córdoba/ Agencia Andaluza de Cooperación Internacional para el Desarrollo, Córdoba, 2017.

- López Ojeda, Andrés, et al., *¿Qué se come aquí? La gastronomía en el marco turístico de los Pueblos Mágicos*. Fundació per a la Universitat Oberta de Catalunya, Barcelona, 2021.
- Luque, José, *Experiencia agroecológica y familiar en Piribebuy. Estudios de investigación. Becas de Movilidad de estudiantes Norte-Sur*. Universidad de Córdoba/ Agencia Andaluza de Cooperación Internacional para el Desarrollo, 2017.
- Mollison, Bill y Reny Mia, *Introducción a la Permacultura*. Tyalgum/Tagari Publicaciones, Australia, 1994.
- Montecinos, Antonio, *Turismo Gastronómico Sostenible. Planificación de servicios, restaurantes, rutas, productos y destinos*. Centro Empresarial Gastronómico Hotelero, cdmx, 2016.
- Moreira, Gisela, et al., "Prevalence of Metabolic Syndrome: Association with Risk Factors and Cardiovascular Complications in an Urban Population". *Journal PLoS ONE* 9, (9): e105056, 2014. [En línea]: <https://bit.ly/3MlFYQP> [Consulta: 14 de agosto, 2021].
- Nussbaum, Martha, "Más allá de 'compasión y humanidad': justicia para los animales no humanos", en *Las Fronteras de la justicia*. Paidós, Barcelona, 2007, pp. 321-400. _____ y Amartya Sen, *La calidad de vida*. fce, México, 1996.
- Naciones Unidas, Noticias ONU, "Objetivos del Desarrollo Sostenible". ONU, 16 de octubre, 2018. [En línea]: <https://bit.ly/38fhqj> [Consulta: 29 de junio, 2021].
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), "Hambre e inseguridad alimentaria". FAO, 2001. [En línea]: <https://bit.ly/3K2xd7R> [Consulta: 8 de junio, 2021]. _____, *Ley Marco Derecho a la Alimentación, Seguridad y Soberanía Alimentaria*. FAO, Panamá, 2012.
- Pereira, Nircia, et al., "Food quality according to the production system and its relationship with food and nutritional security: a systematic review", *Saúde Soc. São Paulo*, 29, 4, e200031, (2020), pp. 1-15.
- Proyecto Gestión de la gastronomía sostenible. Prácticas de consumo responsable desde la soberanía alimentaria*. Se registró ante la UAEM 6255/2020CIC) desde RITEISA, vigencia 2020-2021.
- Puleo, Alicia, "Iguales en un mundo sostenible", en *Hacia una cultura de la sostenibilidad. Análisis y propuestas desde la perspectiva de género*. Departamento de Filosofía de la Universidad de Valladolid, Valladolid, 2015, pp. 23-38.
- Red Internacional Transdisciplinaria de Educación e Investigación para la Soberanía Alimentaria. Diálogos de Cooperación entre Universidad y Comunidad (RITEISA). [En línea]: <https://bit.ly/3vDz4uC> [Consulta: 10 de septiembre, 2021].
- Sass, Raster y Sarah Taylor, "Permaculture for agroecology: design, movement, practice, and world view. A review". *Agronomy for Sustainable Development*, 34, (2014), pp. 251-274.

- Slow Food, "Un nuevo Mercado de la Tierra de Slow Food en México: ¡está en Toluca!", agosto 2021. [En línea]: <https://bit.ly/3xKHGCH> [Consulta: 5 de septiembre, 2021].
- Vargas, Hilda, *La calidad de vida y los derechos humanos. Una alternativa desde las capacidades y decrecimiento*. Editorial Torres y Asociados, México, 2013.
- _____, (Coord.), *Calidad de vida no-violenta: saberes originarios, prácticas de paz y decrecimiento*. Editorial Torres Asociados, México, 2015.
- _____, *Consumo ético y socialmente solidario. Una propuesta no-violenta desde la Ecología Profunda*. Torres Asociados, México, 2018.
- _____ y Emma González, (Coords.), *Educación Ambiental transversal y transdisciplinaria. Una visión decrecentista desde la Ética, la Cultura de Paz, y el diálogo de saberes, para una Calidad de vida no-violenta*. Editorial Torres Asociados, México, 2016.
- Velázquez, David e Hilda Vargas, (Coords.), *Educación en consumo ético y agroecológico. Hacia la soberanía alimentaria pro-comunidad de la vida*. Dykinson, Madrid, 2019. [En línea]: <https://bit.ly/3k7480t> [Consulta: 18 agosto, 2021].
- Vilches, Amparo y Daniel Gil, "La construcción de un futuro sostenible en un planeta en riesgo". *Alambique* 55, (2008), pp. 9-19.

CAPÍTULO 4

Consumo agroecológico desde una visión ecocéntrica con la Carta de la Tierra

David Eduardo Velázquez Muñoz

Presentación

La forma en que miramos y percibimos el mundo nos hace actuar y responder de distintas maneras en nuestras relaciones de vida como humanidad: relaciones con nosotros mismos, en la alteridad, con otras formas de vida y con aquello que nos acerca a lo trascendente. Estas relaciones, a lo largo de la historia civilizatoria, se forjaron en cosmovisiones que van desde los primeros pobladores del planeta, las grandes civilizaciones, los pueblos originarios y las comunidades alrededor del mundo que han sobrevivido hasta la era actual, a la que diversos autores denominan el Antropoceno.

La visión de mundo que heredamos del paradigma cartesiano-newtoniano nos mantiene en lo que Edgar Morin ha llamado una *polycrisis*, que hoy se refleja en nuestra incapacidad para trabajar como sociedad en retos como el abordaje de la pandemia sanitaria, la crisis socioambiental o la apatía y la falta de compasión ante el sufrimiento de los pueblos.

El paradigma hegemónico científico devino en progreso tecnológico y en el incremento del promedio de vida de la población, introdujo la noción de que el verdadero desarrollo humano significa “tener más” y a aspirar a un mayor crecimiento económico que alcance a todos los estratos de la sociedad. Este estilo de vida no sólo ha provocado un alejamiento de las visiones humanas que privilegian relaciones en armonía con la Madre Tierra, sino que aceleró la degradación de los bienes naturales, y hoy se traduce en el calentamiento global con inminentes repercusiones en la posibilidad de supervivencia en el mediano plazo.

La visión de mundo personal y colectivo determina las decisiones de vida propias de la cotidianidad, las cuales generan una impronta particular en la comunidad de la vida, como el acto del consumo. Aquello que consumimos define en cierto nivel el tipo de pensamiento que gobierna nuestros

sentidos. De forma particular, el consumo de alimentos se vincula con los esquemas de pensamiento que nos acercan hacia un consumo consciente y benéfico para la calidad de vida o hacia patrones de alimentación que aceleran procesos fisiológicos apartados de una vida saludable.

Ahora cobra mayor vigencia el adagio “eres lo que comes”, que se liga a las máximas “eres lo que compras” y “eres lo que desechas”, sin representar un perfil completo del reflejo del pensamiento humano, pero que orienta al tipo de aspiraciones personales, trascendentales, sociales y ambientales de la gente. Un ejemplo de ello son las decisiones de consumo alimenticio —en ocasiones inconscientes— que definen el nivel de interés en la salud y la calidad de vida que nos preocupa lograr. Al respecto, Aguirre menciona que: “la alimentación humana puede ser vista como una ventana desde la que se pueden espiar, desde el nivel pequeñito del sujeto, las relaciones de la especie con el cosmos”¹.

La influencia del entorno económico y social es determinante en estas relaciones, donde es difícil asignar toda la responsabilidad de las decisiones al plano personal. Debido a la poderosa influencia del modelo productivo, el colectivo se enajena y es inducido a mantener el deseo de compra de alimentos industrializados, aunque su valor nutricional o inocuidad sea debatible; es decir, el mercado modula los deseos a conveniencia de la lógica del capital y no del beneficio nutricional².

1. Las visiones de mundo, Gaia y el enfoque ecocéntrico

Las visiones de mundo encaminan nuestras decisiones de consumo, Cutanda afirma que: “los sistemas sociales se unifican y organizan en torno a visiones del mundo, que son concepciones globales de la realidad que explican el lugar de los seres humanos en el mundo”³, con lo cual se organizan las instituciones sociales para orientar los comportamientos sociales e individuales. Cutanda analiza la postura de Annick Hedlund-de Witt, y establece que: “una visión del mundo es una constelación compleja de capacidades epistémicas, presupuestos ontológicos, y valores éticos y

¹ Patricia Aguirre, “Alimentación humana: el estudio científico de lo obvio”. *Salud Colectiva*, 12, 4, (2016). [En línea]: <https://bit.ly/3k196w4> [Consulta: 2 de mayo, 2021], p. 467.

² Cfr. *ibid.*, p. 465.

³ Grian Cutanda, “Relatos tradicionales para una nueva visión del mundo”. *Cuadernos de pedagogía*, 485, (2018), p. 61.

estéticos que convergen para organizar dinámicamente una comprensión o representación sintética del mundo y de la propia experiencia”⁴. Cita a Jung y agrega que las visiones influyen de forma potente en la voluntad, afecto, cognición y comportamiento, de forma inconsciente y transmitido a través de la cultura⁵.

En su disertación, Cutanda establece la relación entre los conceptos de visión de mundo y de paradigma, y hace patente la estrecha interrelación entre ambos y la dificultad para determinar la frontera conceptual⁶. En este tenor, Morales retoma el planteamiento de Capra, respecto a la “crisis de percepción” que enfrenta la humanidad, consecuencia de una visión de mundo caduca relacionada con el paradigma reduccionista y su incapacidad para hacer frente a los grandes problemas en un contexto poblacional rebasado, pero interdependiente⁷.

Esta visión limitada reduce la capacidad de percibir la complejidad de los retos que debemos asumir como civilización, obstruye la comprensión de los fenómenos humanos como componentes de sistemas interrelacionados y múltiples, además, dificulta reconocer la unidad dentro de la diversidad y viceversa.

Es necesario aprender a mirar con una nueva visión que amplíe nuestro campo de percepción⁸, incluso hasta niveles donde las ciencias duras cuestionan su validez científica, como en el estudio de la conciencia y la dimensión espiritual de la humanidad. Pero esta mirada debe ser una observación atenta, como refiere Cutanda al citar a Sewall, ya que cuando miramos con atención, se desarrollan procesos fisiológicos que permiten la modificación sináptica y facilitan ese quiebre de nuestros esquemas de pensamiento⁹.

Esta nueva visión es compatible con el paradigma sistémico-complejo al que Cutanda describe como un enfoque perceptivo, mismo que privilegia la

.....
⁴ Grian Cutanda, *Relatos tradicionales y 'Carta de la Tierra': Hacia una educación en la visión del mundo sistémico-complejo*. Universidad de Granada, [Tesis de doctorado], 2016. [En línea]: <https://bit.ly/3Mo1b88> [Consulta: 9 de agosto, 2021], p. 65.

⁵ Cfr., *ibid.*, pp. 60-61.

⁶ Cfr., *ibid.*, p. 40.

⁷ Cfr., Gerardo Morales, “Capra, contestación posmoderna y paradigma ecológico”. *Revista de Ciencias Ambientales (Trop J Environ Sci)*, 29, 1, (Junio, 2005), p. 38.

⁸ Cfr., Grian Cutanda, *The Earth Stories Collection. Cómo hacer otro mundo posible con mitos, leyendas y relatos tradicionales*. Liberis, Sevilla, 2019, p. 102.

⁹ Cfr., *idem*.

interrelación, la interdependencia, la interconectividad, el contexto y el “respeto y cuidado por todos los elementos, objetos y seres que pueblan el universo que nos rodea”¹⁰. Cutanda refiere el aporte de los biólogos organicistas a este paradigma, donde “plantearían la visión del organismo como sistema vivo, como un todo integrado cuyas propiedades esenciales no se pueden reducir a la suma de las propiedades de sus componentes, sino que surgen de las interacciones e interrelaciones entre éstos”¹¹.

En consonancia con lo anterior, uno de los estudios contemporáneos que nos ayuda a comprender el alto grado de interdependencia en la comunidad de la vida es la Teoría de Gaia de Lovelock, desde la cual se plantea una visión ecocéntrica de la realidad, antagónica de la visión antropocéntrica que permea en el paradigma hegemónico. Esta teoría afirma que la conjunción de los seres vivos se comporta como si fuese un superorganismo capaz de regular la composición de la atmósfera y el clima en su beneficio¹²; de esta manera, la existencia de la vida es posible gracias a la homeostasis perfecta entre la temperatura que brindan los rayos solares, la composición de la atmósfera, la oxidación y acidez del agua y las rocas¹³.

Martínez y Porcelli sostienen que el planeta Tierra es: “un ente viviente, no en el sentido de un organismo o un animal, sino en el de un sistema que se autorregula por sí mismo [...] forma un todo orgánico, autorreproducible, autorregulatorio y teleológico, compuesto de una serie de subsistemas jerárquicamente organizados”¹⁴.

Desde esta concepción, el ser humano se ubica como parte de este gran organismo vivo, como un integrante más del inmenso sistema y no como el ente que gobierna y decide sobre el derrotero de Gaia. De acuerdo con Martínez y Porcelli, la Madre Tierra regula la existencia de todos los seres vivos y su coexistencia con los seres inanimados, y brinda la posibilidad a la humanidad de subsistir sin depredar: “la Pachamama vive, es un ser vivo orgánico que ‘tiene sed’, que se ‘enoja’ y que ‘da recíprocamente’, y el ser humano es, en cierta medida, su criatura”¹⁵. Al respecto, Valera considera

¹⁰ Cfr. Grian Cutanda, *op. cit.*, 2016, p. 38.

¹¹ *ibid.*, p. 45.

¹² Cfr. Carlos de Castro, “En defensa de una teoría Gaia orgánica”. *Ecosistemas* 22, 2, (2013), p. 113.

¹³ Cfr. Adriana Martínez y Adriana Porcelli, “Una nueva visión del mundo: la ecología profunda y su incipiente recepción en el derecho nacional e internacional (primera parte)”. *Lex, Revista de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas*, 15, 20, (2017). [En línea]: <https://bit.ly/38WnNxV> [Consulta: 2 de agosto, 2021], p. 408.

¹⁴ *ibid.*, p. 409.

¹⁵ *ibid.*, p. 434.

que el actuar del ser humano se analoga con una célula cancerígena en este ecosistema, donde la Tierra busca la propia conservación y los fines individuales son sólo un medio para lograrla, Gaia es quien decide y el ser humano debe aceptar, no es el “dueño”¹⁶.

Con la propuesta ecocéntrica nos alejamos de la visión que coloca a la vida del humano como la más importante y que asigna niveles de importancia a los demás seres en función de su utilidad. Se aleja de la visión supremacista de la humanidad y de la consideración de la comunidad de vida como recurso para conquistar o explotar¹⁷.

Sobre esta postura, Martínez y Porcelli¹⁸ acuden al pensamiento de Boff para apuntar que la vida humana es tan sólo un momento en la evolución de la Tierra, y que los humanos formamos parte de esta comunidad indivisible con el mismo destino común. Así, el universo es el “conjunto de todas las relaciones y redes de relaciones con sus informaciones que todos mantienen con todos” y que no existe nada fuera de la relación, por lo que la cooperación se convierte en la ley fundamental que hace relativo el principio de selección natural, tal como afirma Boff en otra de sus obras: “Si todo es relación y nada existe fuera de la relación, entonces la ley más universal es la sinergia, la sintropía, el inter-retrorelacionamiento, la colaboración, la solidaridad cósmica y la comunión fraternidad/sororidad universales”¹⁹.

La visión ecocéntrica es también una perspectiva holística donde más allá de la simple observación del conjunto, se aprecia la forma en que ese conjunto es parte de otros mayores, como refiere Morales al decir que cada todo es parte de otros todos y de otros órdenes complejos, donde se valoran “los contextos y los procesos, pero también los intercambios, el fluir permanente, el movimiento, la continuidad y la discontinuidad, el equilibrio, el orden y el caos, la entropía y la autoorganización, los valores”²⁰. Toca señala que el ecocentrismo “predispone a los individuos a valorar la naturaleza por su propio bien, considerando que merece protección dado su valor intrínseco sin tener en cuenta su utilidad para los humanos”²¹.

¹⁶ Cfr. Luca Valera, “El retorno de la naturaleza: la ética ambiental y la cuestión antropológica contemporánea”. *Artigos Trans/Form/Ação*, 43, 2, (2020). [En línea]: <https://bit.ly/3xJJMT3> [Consulta: 14 de agosto, 2021], pp. 178-180.

¹⁷ Cfr. Claudia Toca, “Las versiones del desarrollo sostenible”. *Sociedade e Cultura*, 14, 1, (2011). [En línea]: <https://bit.ly/3OvAgZZ> [Consulta: 4 de agosto, 2021], pp. 201-202.

¹⁸ Cfr. Adriana Martínez y Adriana Porcelli, *op. cit.*, p. 428.

¹⁹ Leonardo Boff, *Ecología. Grito de la Tierra, grito de los pobres*. Lohlé-Lumen, Madrid, 1996, p. 35.

²⁰ Cfr., Gerardo Morales, *op. cit.*, p. 37.

²¹ Claudia Toca, *op. cit.* p., 199.

2. La ecología profunda y la ética del cuidado en la visión ecocéntrica

Desde tiempos prehistóricos existían atisbos de una relación cercana entre los primeros pobladores y sus ecosistemas en paz, simbiótica y en el mismo plano de derechos y oportunidades, donde la alimentación se enfocaba en la subsistencia más que en la acumulación y degradación²².

Los pueblos originarios que les precedieron adoptaron también las prácticas relacionadas con esta visión, según describe Cutanda, donde se aprecia un mayor nivel de relaciones de interdependencia con lo que ellos llaman “los otros pueblos” (especies como los árboles y las piedras); estos pueblos demostraban reverencia y gratitud ante todos los seres vivos y reconocían sus derechos a la vida, a su reproducción, a su libertad y “el derecho a que los humanos estén en deuda con ellos”²³.

En sintonía con este reconocimiento a los derechos de los seres vivos y del destino común que compartimos con ellos como humanidad, están los postulados de la Ecología Profunda y de la Ética del Cuidado. Arne Naess, uno de los principales estudiosos del tema, plantea que la ecología es profunda cuando se relaciona con nuestras creencias fundamentales, cuando el trabajador ecológico manifiesta respeto y veneración por todas las formas de vida al considerarlas como poseedoras del derecho intrínseco e igualitario a vivir y prosperar (igualitarismo biocéntrico), más allá de la utilidad que le pueda asignar el ser humano. Considera, además, a las formas de existencia inanimada que conviven en un mismo ecosistema²⁴. El autor hace énfasis en la interdependencia ecosistémica y en el lugar que ocupa el ser humano al declarar que:

La ecología profunda no separa a los humanos –ni a ninguna otra cosa– del entorno natural. Ve el mundo no como una colección de objetos aislados sino como una red de fenómenos fundamentalmente interconectados e interdependientes. La ecología profunda reconoce el valor intrínseco de todos los seres vivos y ve a los humanos como una mera hebra de la trama de la vida²⁵.

²² Cfr. Andrés Rendón y Juan Medina, *Responsabilidad Social Ambiental: Una aproximación conceptual desde el derecho colombiano*. Universidad EAFIT, Medellín, 2018, p. 7. [Tesis de grado].

²³ Cfr., Grian Cutanda, *op. cit.*, 2019, p. 126.

²⁴ Cfr. Arne Naess, *Ecology, Community and Lifestyle*. Cambridge University, 1989, pp. 20-28.

²⁵ Fritjof Capra, *La trama de la vida: una nueva perspectiva de los sistemas vivos*. Anagrama, Barcelona, 1998, pp. 28-29.

Naess afirma que el derecho a existir de todas las formas de vida es universal y que no puede cuantificarse; esto significa que no hay especies en este sistema vivo con más derechos que otras, pero en el ámbito de la responsabilidad universal de la humanidad debemos asumir que los derechos de toda la comunidad de la vida son diferenciados²⁶.

La ecología profunda de Naess se refiere además al nivel de transformación que requiere la sociedad para superar las crisis y cuestionar sus causas y fundamentos²⁷; más allá de cambios superficiales se necesita una profunda revolución de pensamiento, conciencia y espíritu desde una visión sistémica, compleja, integradora, holística y ecocéntrica.

De igual modo, Ana Simesen enfatiza en la importancia de este cambio profundo y destaca el valor sobre la diversidad de la vida en el proceso de transformación de las relaciones entre el ser humano y la naturaleza “partiendo de la diversidad como de la interdependencia de los seres vivos; promover los cambios en las subjetividades y estilos de vida, involucrándose en praxis cotidianas relacionadas con la toma de conciencia de la degradación ambiental”²⁸.

La toma de conciencia inicia por el reconocimiento del sitio que corresponde a la humanidad en los procesos ecosistémicos, una posición que implica el uso de la razón, emoción, aprecio y consideración por todas las formas de vida, lo que le otorga una responsabilidad ineludible en el cuidado consciente y la procuración de sus derechos. En ese andar hacia una nueva visión de mundo, la axiología entra en acción cuando afrontamos la posibilidad de deliberar entre el descuido de nuestras interrelaciones o la admisión de nuestra responsabilidad universal mediante la ética del cuidado.

A partir de la visión del paradigma sistémico-complejo y la visión ecocéntrica del mundo es viable considerar una propuesta de parámetros u observables de consumo consciente, derivados de la Carta de la Tierra, así como abordar el fenómeno del consumo humano, en especial las prácticas individuales y comunitarias, de consumo agroecológico, fundadas en la teoría de Gaia, la ecología profunda y la ética del cuidado.

²⁶ Cfr. Arne Naess, *op. cit.*, p. 166.

²⁷ Cfr. Adriana Martínez y Adriana Porcelli, *op. cit.*, p. 402.

²⁸ Ana Simesen, “La filosofía ante la vida dañada: la crisis ecológica”. *Andes*, 12, (2001). [En línea]: <https://bit.ly/3xKOoIA> [Consulta: 2 de agosto, 2021], p. 3.

3. Hacia un consumo consciente y agroecológico

El consumo es un fenómeno inherente a la existencia del ser humano y permea en distintos ámbitos: provee los elementos nutricios para un óptimo estado de salud física y mental, al considerar no solamente el consumo alimenticio sino también el consumo cultural que robustece la mente y el espíritu. En sus relaciones de alteridad, el consumo funge como mediador en las interacciones sociales, y como se ha observado, se puede realizar desde una visión ecocéntrica con pleno respeto y consideración a los seres vivos e inertes, o a partir de una visión utilitarista de abuso y despilfarro de lo que la Madre Tierra provee.

El consumo es, además, una producción simbólica en la que los sentidos y valores asignados por los grupos sociales es determinante en el contexto histórico donde se realiza, ya que a la par de invertir tiempo, emociones y dinero “se crean y estructuran gran parte de nuestras identidades y formas de expresión relacionales”²⁹. El consumo de cada persona refleja su visión del mundo, pero también la posibilidad de participar como agente de cambio en el actual sistema civilizatorio, como se describe en el Informe Cambio Global en España:

Es necesario influir sobre la visión del mundo para lograr cambios en los estilos de vida y consecuentemente en los patrones de consumo. Pero, a su vez, los propios cambios en el consumo y en las prácticas cotidianas generan cambios en los estilos de vida y en las relaciones sociales, y consecuentemente en las cosmovisiones. Nos encontramos por tanto ante una dinámica bidireccional que se retroalimenta³⁰.

El consumo también se ha considerado como un comportamiento rutinario, donde se interconectan varios elementos y formas de realizar actividades y procesamientos mentales para entender la realidad³¹, es para Campbell, citado por Méndez: “un acto cotidiano de auto-expresión que comunica acerca de lo que los consumidores, en su papel de actores sociales, son o desearían ser”³². El consumo representa, también, una ruta para el ejercicio

²⁹ Cfr. María Heras y Montse Peiron, *Informe Cambio Global en España 2020/50 Consumo y estilos de vida*. Centro Complutense de Estudios e Información Medioambiental, 2012, p. 68.

³⁰ *ibid.* 89.

³¹ Cfr. *ibid.* 68.

³² Marlon Méndez y Fausto Bonilla, “Narrativas éticas, simbólicas y políticas asociadas al consumo de alimentos agroecológicos. Un estudio de caso”. *Revista Luna Azul*, 35, (2012). [En línea]: <https://bit.ly/37yVRzX> [Consulta: 4 de mayo, 2021], p. 180.

ciudadano y la participación política al materializar los valores, preocupaciones ambientales y sociales a través de la expresión pública del tipo de producto que consume, en este caso, productos con aplicación de principios de sostenibilidad o agroecológicos³³. Con esto se reafirma lo dicho por el Informe: “un ciudadano ecológico se define por unos valores vinculados a la sostenibilidad y encuentra en el consumo la forma de expresar y afianzar estos valores, generando al mismo tiempo un cambio en su estilo de vida hacia la sostenibilidad”³⁴.

En el mismo informe español se describen los rasgos de un consumo consciente, sostenible y transformador. A partir de las ideas de Rosa María Pujol, se habla del consumo como un acto de responsabilidad social que reconoce la existencia de consecuencias ecológicas a lo largo del proceso de consumo y la urgente necesidad de transformar este modelo, además de colaborar con las personas a encontrar “nuevas formas de ver, pensar, y actuar con relación al consumo que transformen el modelo”³⁵.

Este consumo consciente, entonces, se funda en el pensamiento ecocéntrico que reconoce la presencia de una conciencia universal en todo cuanto existe, se asume una responsabilidad por el cuidado de la comunidad de la vida y se cohabita en la casa común bajo un sentido de interdependencia, reverencia y gratitud. Con el consumo consciente, en cada decisión asumida está presente la noción del origen del producto, de la relación que con él se guarda, de las consecuencias de consumirlo y de la posibilidad de contribuir a una transformación social³⁶ mayor a través de ese acto.

Albert Vinyals considera una similitud entre el consumidor consciente, el ciudadano, el ecologista o el responsable, cuyo rasgo común es su elevada preocupación por las condiciones de la comunidad de la vida, y en el centro de sus decisiones está la conservación de ella. A partir de ahí, se cuestionan los principios de la lógica del mercado, se buscan alternativas de consumo alimenticio que beneficien a la salud personal y de los ecosistemas (agroecología), además de hacer evidente la necesidad del consumo ligado al decrecimiento como una forma de protesta local y global³⁷.

.....
³³ Cfr. *ibid.*, p. 182.

³⁴ María Heras y Montse Peiron, *op. cit.*, pp. 127-128.

³⁵ Cfr. *ibid.* p. 121.

³⁶ Cfr. Albert Vinyals, *El consumidor consciente. Análisis de los factores psicosociales implicados en el consumo sostenible, a partir del estudio de miembros de cooperativas de consumo agro-ecológico*. Universidad Autónoma de Barcelona, 2016, p. 15. [Tesis de doctorado].

³⁷ Cfr. *ibid.*, p. 20.

Para Marlon Méndez, esta forma de protesta no verbal expresa al público aptitudes, comportamientos y valores de consumo cotidiano que afirman y evidencian a los demás “la existencia de formas alternativas de consumo y posicionamiento ante el mundo”³⁸. Las considera como prácticas individuales conscientes “que dan cuenta de la intención de avanzar en dirección de una utópica sociedad sustentable, donde el consumo agroecológico constituye, entre otras, una estrategia política para ello”³⁹.

3.1. El consumidor agroecológico

El consumidor agroecológico se asocia con la línea de actuación ciudadana que estimula, a través del acto de consumo, a otras personas y grupos sociales hacia la transformación de patrones de conducta y existencia que apunten a la prosperidad de las formas de vida en la Madre Tierra.

El consumidor agroecológico es un ciudadano cuya participación sociopolítica se encauza a la preservación de los ecosistemas y asume compromisos y responsabilidades hacia esta meta a través de sus acciones y decisiones en el proceso de consumo⁴⁰; también es una persona que desde el ejercicio de su ciudadanía despliega su ética ambiental y ejerce su derecho a una alimentación sana⁴¹. Para delimitar el perfil y alcances del consumidor agroecológico y su visión ecocéntrica conviene rescatar algunos principios de la agroecología, como práctica y técnica milenaria, y a la vez, ciencia emergente.

Para autores como Sousa y Jiménez, más que un modo de producción, la agroecología es una forma de vida y de cultura, cuyos principios básicos son la nutrición limpia de los suelos, el respeto a la diversidad biológica, el control ecológico de insectos y de alteraciones a la integridad vegetal; al igual que la conformación del espacio de cultivo que permita la coexistencia de toda forma de vida, incluyendo el ser humano⁴². Así, la agroecología integra factores sociales, comunitarios, políticos y económicos; de ahí que la familia y las comunidades tengan un papel preponderante ya que existe

³⁸ Cfr. Marlon Méndez y Fausto Bonilla, *op. cit.* p. 181.

³⁹ Cfr. *ibid.*, p. 189.

⁴⁰ Cfr. *ibid.*, p. 190.

⁴¹ Beatriz Cid, “Agroecología y agricultura orgánica en Chile: entre convencionalización y ciudadanía ambiental”. *Agroalimentaria*, 17, 32, (2011). [En línea]: <https://bit.ly/3OqurwP> [Consulta: 30 de julio, 2021], p. 18.

⁴² Cfr. Reynaldo Jiménez y Niurka Anton, “Agroecología y Seguridad Alimentaria. Una visión desde Cuba”. *Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 2, 2, (2014). [En línea]: <https://bit.ly/39an0cX> [Consulta: 30 de julio, 2021], p. 68.

un enfoque diferencial y de género con el reconocimiento del papel de las mujeres y retoma conocimientos ancestrales que se fortalecen mediante diálogos de saberes, además de aplicar principios de la soberanía alimentaria en las relaciones entre productores y consumidores⁴³.

La agroecología integra las perspectivas agronómica, ecológica y socioeconómica en el estudio de los sistemas agrícolas, y constituye el enfoque de producción de alimentos con mayor aproximación a la conservación y recuperación ambiental, ya que sus principios y técnicas se corresponden con los procesos naturales del suelo y de las especies cultivadas.

La agroecología atiende, además, las necesidades sociales de la región donde se instauran los cultivos, así como la estabilidad ecológica de los ecosistemas intervenidos⁴⁴. Sobre la estabilidad, Jiménez, al referir a Hetch, menciona que la agroecología considera las relaciones ecológicas en el sistema de cultivo, tales como las interacciones sinérgicas y antagónicas entre especies, o las relaciones predador-presa. Estas interacciones conforman la dinámica y estructura particular del agrosistema⁴⁵.

Retomando el perfil del consumidor agroecológico, otras características que distinguen sus preferencias de consumo son el autocuidado, el cuidado de la familia, de su comunidad local y del sistema vivo de producción. Al adoptar el principio de precaución ante los riesgos que implican las prácticas de la agricultura convencional o la agroindustrial, asume de forma consciente la postura de consumir aquello con menor impacto en la salud humana y de la comunidad de la vida⁴⁶.

La preocupación por el bienestar personal y colectivo impulsan al consumidor agroecológico a buscar alternativas de asociación para allegarse a los productos necesarios para su consumo. Ello representa un ejercicio de sus derechos ciudadanos y de participación colectiva hacia un fin común de un grupo determinado, pero con repercusiones más allá de lo local.

⁴³ Cfr. Wilson Salas, et al., "Agroecología: Una plataforma para la Paz". *Reflexión Política*, 21, 43, (2019). [En línea]: <https://bit.ly/3vDe2wb> [Consulta: 2 de agosto, 2021], p. 76.

⁴⁴ Cfr. Carlos Venegas, et al., *Manual de transición agroecológica para la agricultura familiar y campesina*. Instituto de Desarrollo Agropecuario, Chile, 2018, p. 13.

⁴⁵ Cfr. Reynaldo Jiménez y Niurka Anton, *op. cit.*, p. 66.

⁴⁶ Cfr. Marlon Méndez y Fausto Bonilla, *op. cit.*, p. 194.

4. La Carta de la Tierra y los parámetros de un consumo agroecológico

En un mundo necesitado de certezas ante la incertidumbre que nos depara el destino común, la Carta de la Tierra⁴⁷ permanece —desde sus orígenes hace ya más de veinte años— como la hoja de ruta, la brújula o el mapa que nos guía hacia derroteros de prosperidad compartida para todas las formas de vida que habitamos en Gaia. Para Cutanda, la Carta de la Tierra coincide con lo que se ha expuesto en este trabajo sobre la necesidad de incidir en las visiones de mundo:

Más allá de los valores que transmite, más allá de las actitudes que fomenta, la Carta de la Tierra lleva en su esencia una nueva visión del mundo. Y es que, más allá de los estilos de vida, los hábitos y los comportamientos, de las actitudes, los valores y las creencias, estamos constatando que la visión del mundo es lo que determina el tipo de civilización que construimos⁴⁸.

En efecto, una nueva visión de mundo está inscrita a lo largo de todo el documento; a través de una redacción humilde, pero firme; sencilla, pero con soporte científico; y sobre todo, con el potencial inspirador que necesita el lector para motivarse a emprender el cambio por medio del análisis puntual e internalización de cada uno de los principios y valores que la integran.

Entre las líneas de la Carta de la Tierra encontramos postulados de antiguas tradiciones, de comunidades de fe y de teorías científicas desde distintos paradigmas (sobre todo el sistémico-complejo). Sin embargo, es evidente que en la declaración universal persiste y se percibe un espíritu de responsabilidad compartida, de interdependencia, de amor por todo cuanto existe, de la ética del cuidado, de los principios elementales de la ecología profunda, del concepto de comunidad de la vida —más allá de la noción de naturaleza o medio ambiente—, y de la consideración de nuestra Madre Tierra como un ser en armonía con todas las criaturas que integramos a Gaia.

Este espíritu, en consonancia con la visión ecocéntrica que se ha analizado aquí, aparece con fuerza en las dos partes de la Carta de la Tierra: el Preámbulo y “El camino hacia adelante”. El Preámbulo nos llama a reconocer que entre la gran diversidad de culturas y formas de vida “somos una sola familia humana y una sola comunidad terrestre con un destino común” y que:

⁴⁷ Carta de la Tierra, *La Carta de la Tierra*, 2000, [En línea]: <https://bit.ly/3Oo55cV>

⁴⁸ Grian Cutanda, *op. cit.*, 2018, p. 60.

Debemos unirnos para crear una sociedad global sostenible fundada en el respeto hacia la naturaleza, los derechos humanos universales, la justicia económica y una cultura de paz. En torno a este fin, es imperativo que nosotros, los pueblos de la Tierra, declaremos nuestra responsabilidad unos hacia otros, hacia la gran comunidad de la vida y hacia las generaciones futuras⁴⁹.

En esta sección se reconoce la interdependencia que existe no sólo con la vida en la Tierra, sino con todo el Universo, pues éste brinda al planeta las condiciones ideales para el florecimiento de la vida. Reconoce a la Tierra como una unidad singular, que nos remonta a la Teoría Gaia; reconoce la necesidad de actuar conforme a los principios de la ecología profunda en el afán de mantener la capacidad de recuperación de la comunidad de la vida y la preservación de una biosfera saludable en la Tierra como un deber sagrado. De hecho, no es casualidad que el primer inciso del primer principio de la Carta de la Tierra tenga como base el postulado central de la ecología profunda: “Reconocer que todos los seres son interdependientes y que toda forma de vida tiene valor, independientemente de su utilidad para los seres humanos”⁵⁰.

El Preámbulo aborda, además, una de las ideas centrales del consumo consciente: “Debemos darnos cuenta de que, una vez satisfechas las necesidades básicas, el desarrollo humano se refiere primordialmente a ser más, no a tener más”⁵¹. Para continuar con la aplicación de la ética del cuidado nos invita a declarar nuestra responsabilidad universal e identificarnos con toda la comunidad de vida en “una visión compartida sobre los valores básicos que brinden un fundamento ético para la comunidad mundial emergente”⁵². De manera casi poética y en apego a una visión ecocéntrica, el Preámbulo nos abre la mente y el corazón para escuchar y aprender de sus dieciséis principios, con esta declaración:

Todos compartimos una responsabilidad hacia el bienestar presente y futuro de la familia humana y del mundo viviente en su amplitud. El espíritu de solidaridad humana y de afinidad con toda la vida se fortalece cuando vivimos con reverencia ante el misterio del ser, con gratitud por el regalo de la vida y con humildad con respecto al lugar que ocupa el ser humano en la naturaleza⁵³.

.....
⁴⁹ Carta de la Tierra, *op. cit.*, 2000.

⁵⁰ *idem.*

⁵¹ *idem.*

⁵² *idem.*

⁵³ *idem.*

4.1. Parámetros agroecológicos

Una manera concreta de conocer si nuestra visión de mundo y tipo de consumo son cercanos a la visión ecocéntrica, sistémico-compleja y holística, con base en la ética del cuidado, es analizando los principios y valores de la Carta de la Tierra. Ésta es uno de los documentos vivos más valiosos con los que cuenta nuestra generación para mantener la esperanza en el trabajo por mundos de vida justos y sostenibles.

En una investigación⁵⁴ se ha determinado que la Carta de la Tierra tiene una fuerte influencia de los principios de la agroecología y la soberanía alimentaria. La razón para abordarla respecto al consumo agroecológico radica en que el enfoque ecocéntrico que permea en los principios del documento posibilita el análisis de cuáles de ellos tienen mayor relación con las prácticas de consumo agroecológico, tanto en consumidores como en productores.

A partir de esta premisa, se analizaron los dieciséis principios, y todos sus incisos, para identificar aquellos que permitieran establecer parámetros observables con aplicación puntual y verificable en las prácticas de consumo de alimentos de quienes se asumen como consumidores agroecológicos, además de ubicar las prácticas ecocéntricas de los productores agroecológicos. Del análisis realizado se construyeron siete parámetros para consumidores y quince para productores.

En el diseño del parámetro se intentó respetar al máximo la estructura de la redacción original del principio de la Carta de la Tierra correspondiente, y en seguida se presenta la manera de verificar el cumplimiento del parámetro mediante una práctica o acción observable.

⁵⁴ *Gestión de la gastronomía sostenible. Prácticas de consumo responsable desde la soberanía alimentaria*, Cuerpo Académico de Calidad de Vida y decrecimiento 2020-2021, Registro 6255/2020CIC, Universidad Autónoma del Estado de México.

TABLA NÚMERO 1. PARÁMETROS PARA CONSUMIDORES AGROECOLÓGICOS

Parámetro	Práctica observable
P1. Reconoce que todos los seres son interdependientes y que toda forma de vida tiene valor, con atención en la preferencia en el origen agroecológico de los alimentos.	Elige de forma preferente platillos con productos de origen agroecológico o vegano.
P7. Adopta patrones de consumo que salvaguarden las capacidades regenerativas de la Tierra, los derechos humanos y el bienestar comunitario.	Elige platillos elaborados a partir de insumos provistos por productores locales o de comunidades originarias, de mercados agroecológicos o circuitos cortos de comercialización. Participa en grupos de consumo agroecológico.
P7, inciso a. Reduce, reutiliza y recicla los materiales usados en los sistemas consumo.	Aplica las 3'R en su forma de consumir, evita el uso de desechables o plásticos no reutilizables.
P7, inciso f. Adopta formas de vida que pongan énfasis en la calidad de vida y en la suficiencia material en un mundo finito, en atención a la elección de sus alimentos.	Realiza un consumo consciente de los alimentos y vigila su composición nutricional.
P8. Reconoce y preserva el conocimiento tradicional y la sabiduría espiritual en todas las culturas que contribuyen a la protección ambiental y al bienestar humano, en atención a la elección de sus alimentos.	Consume platillos que promueven las tradiciones y la cultura popular local y nacional.
P12. Afirma el derecho de los pueblos indígenas a su espiritualidad, conocimientos, tierras y recursos y a sus prácticas vinculadas a un modo de vida sostenible.	Consume platillos derivados de pueblos originarios, y comparte el conocimiento y sabiduría tradicional.
P15. Previene la crueldad contra los animales y los protege del sufrimiento extremo, prolongado o evitable en métodos de caza, trampa y pesca.	Elige platillos libres de carne de animales que puedan haber sufrido un trato cruel.

TABLA NÚMERO 2. PARÁMETROS PARA PRODUCTORES AGROECOLÓGICOS

Parámetro	Práctica observable
P1. Reconoce que todos los seres son interdependientes y que toda forma de vida tiene valor, con atención en la forma de producción de los alimentos.	Produce alimentos con principios agroecológicos o de permacultura, diversidad de cultivos y protección de animales.
P2. Previene daños ambientales y protegen los derechos de los productores.	Tiene un manejo ambiental responsable de su tierra de cultivo, insumos y de los residuos generados en la producción. Los empleados cuentan con los derechos laborales conforme a la ley.
P3. Posibilita un modo de vida seguro y ecológicamente responsable en los productores.	Brinda equipo de seguridad y protección de la salud a los trabajadores del sistema agroecológico.
P5. Promueve la recuperación de especies y ecosistemas en peligro.	Utiliza métodos de cultivo o producción que permitan la regeneración de especies.

<p>P5, inciso d. Controla y erradica los organismos exógenos o genéticamente modificados, que sean dañinos para las especies autóctonas y el medio ambiente.</p>	<p>Excluye de su producción semillas y alimentos genéticamente modificados.</p>
<p>P5, inciso e. Usa los recursos renovables como el agua, la tierra, los productos forestales y la vida marina, de manera que no se excedan las posibilidades de regeneración y se proteja la salud de los ecosistemas.</p>	<p>Demuestra un uso racional y sustentable del agua, el suelo y los productos de origen acuático.</p>
<p>P6. Previene la contaminación de cualquier parte del medio ambiente y no permite la acumulación de sustancias tóxicas u otras sustancias peligrosas.</p>	<p>Utiliza sustancias de limpieza y desinfección biodegradables o de bajo impacto ambiental, y maneja los residuos y excedentes de forma responsable conforme a las normas.</p>
<p>P7. Adopta patrones de producción y consumo que salvaguarden las capacidades regenerativas de la Tierra, los derechos humanos y el bienestar comunitario.</p>	<p>Participa en redes de productores locales o de comunidades originarias, en mercados agroecológicos o circuitos cortos de comercialización.</p>
<p>P7, inciso a. Reduce, reutiliza y recicla los materiales usados en los sistemas de producción y consumo, y asegura que los desechos residuales puedan ser asimilados por los sistemas ecológicos.</p>	<p>Aplica las 3'R en su empresa y tiene un manejo responsable de los desechos residuales.</p>
<p>P7, inciso d. Internaliza los costos ambientales y sociales totales de bienes y servicios en su precio de venta, y posibilita que los consumidores puedan identificar productos que cumplan con las más altas normas sociales y ambientales.</p>	<p>Los precios de sus productos corresponden al costo ambiental y social justo, y los consumidores pueden verificar el contenido y origen de estos.</p>
<p>P8. Reconoce y preserva el conocimiento tradicional y la sabiduría espiritual en todas las culturas que contribuyen a la protección ambiental y al bienestar humano, en atención a la producción de alimentos.</p>	<p>Emplea técnicas tradicionales o derivadas de métodos tradicionales de la cultura popular local y nacional.</p>
<p>P10. Apoya el uso sostenible de los recursos, la protección ambiental y las normas laborales progresivas.</p>	<p>Apoya a sus empleados con prestaciones adicionales o innovadoras de acuerdo con las mínimas establecidas por la ley.</p>
<p>P11. Promueve la participación activa de las mujeres como socias plenas e iguales en la toma de decisiones, como líderes y como beneficiarias.</p>	<p>La administración de la empresa es encabezada por mujeres en igual o mayor proporción que por hombres.</p>
<p>P12. Afirma el derecho de los pueblos indígenas a su espiritualidad, conocimientos, tierras y recursos, y a sus prácticas vinculadas a un modo de vida sostenible.</p>	<p>Emplea técnicas tradicionales o derivadas de pueblos originarios en la producción de sus alimentos.</p>
<p>P15. Previene la crueldad contra los animales y los protege del sufrimiento extremo, prolongado o evitable en métodos de caza, trampa y pesca.</p>	<p>Provee un cuidado digno a los animales que son base de sus productos.</p>

Fuente: Elaboración propia con base en la Carta de la Tierra

Reflexiones finales

En “El camino hacia adelante”, parte final de la Carta de la Tierra, se propone asumir el compromiso de adoptar los principios y valores expuestos para poder encabezar el “nuevo comienzo”, para el cual será indispensable:

[...] un cambio de mentalidad y de corazón; requiere también de un nuevo sentido de interdependencia global y responsabilidad universal. Debemos desarrollar y aplicar imaginativamente la visión de un modo de vida sostenible [...] Nuestra diversidad cultural es una herencia preciosa y las diferentes culturas encontrarán sus propias formas para concretar lo establecido⁵⁵.

Los consumidores y productores agroecológicos alrededor del mundo son ciudadanos conscientes que han asumido con responsabilidad su compromiso con el cuidado de la comunidad de la vida, y avanzan con paso firme entre las personas que guían a la humanidad a este nuevo comienzo. Cercanos a una visión ecocéntrica, avanzan entre detractores, incrédulos y pesimistas, porque experimentan en su cuerpo y alma la felicidad que da el bienestar de vivir en paz, armonía y gratitud con todas las formas de vida en nuestra Madre Tierra.

¡Es urgente compartir como pueblos esta visión ecocéntrica! Visión que tuvieron los primeros astronautas cuando desde el espacio observaron a Pachamama como un solo súper organismo vivo y complejo. La Tierra siente, respira y recuerda, por eso debemos reapropiarnos de esa conexión consciente y espiritual con todo cuanto existe en esta casa común. Es insuficiente con un cambio en nuestro sistema de valores, debemos ir más allá: trabajar por una transformación de nuestra visión de mundo, salir de esta crisis de percepción y aprender a apreciar la vida en sus más profundas conexiones. Esto se puede lograr desde el plano personal y colectivo.

Aprendamos, en primer lugar, a expandir nuestra conciencia, a rebasar los límites de nuestro pensamiento, a creer que juntos podemos convivir en relaciones correctas y de integridad.

.....
⁵⁵ *idem*.

Referencias

- Aguirre, Patricia, "Alimentación humana: el estudio científico de lo obvio". *Salud Colectiva*, 12, 4, (2016). [En línea]: <https://bit.ly/3k196w4> [Consulta: 2 de mayo, 2021], pp. 463-472.
- Boff, Leonardo, *Ecología. Grito de la Tierra, grito de los pobres*. Lohlé-Lumen, Madrid, 1996.
- Capra, Fritjof, *La trama de la vida: una nueva perspectiva de los sistemas vivos*. Anagrama, Barcelona, 1998.
- Carta de la Tierra, *La Carta de la Tierra*, 2000. [En línea]: <https://bit.ly/3OoS5cV>
- Castro, Carlos de, "En defensa de una teoría Gaia orgánica". *Ecosistemas* 22, 2, (2013), pp 113-118.
- Cid, Beatriz, "Agroecología y agricultura orgánica en Chile: entre convencionalización y ciudadanía ambiental". *Agroalimentaria*, 17, 32, (2011). [En línea]: <https://bit.ly/3OqurwP> [Consulta: 30 de julio, 2021], pp. 15-27.
- Cuerpo Académico de Calidad de Vida y decrecimiento 2020-2021, *Gestión de la gastronomía sostenible. Prácticas de consumo responsable desde la soberanía alimentaria*, Registro 6255/2020 cic, Universidad Autónoma del Estado de México.
- Cutanda, Grian, "Relatos tradicionales para una nueva visión del mundo". *Cuadernos de pedagogía*, 485, (2018), pp. 60-63.
- _____, *Relatos tradicionales y 'Carta de la Tierra': Hacia una educación en la visión del mundo sistémico-compleja*. Universidad de Granada, [Tesis de doctorado], 2016. [En línea]: <https://bit.ly/3Mo1b88> [Consulta: 9 de agosto, 2021].
- _____, *The Earth Stories Collection. Cómo hacer otro mundo posible con mitos, leyendas y relatos tradicionales*. Liberis, Sevilla, 2019.
- Heras, María y Montse Peiron, *Informe Cambio Global en España 2020/50 Consumo y estilos de vida*. Centro Complutense de Estudios e Información Medioambiental, 2012.
- Jiménez, Reynaldo y Niurka Antón, "Agroecología y Seguridad Alimentaria. Una visión desde Cuba". *Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 2, 2, (2014). [En línea]: <https://bit.ly/39anOcX> [Consulta: 30 de julio, 2021], pp. 62-76.
- Martínez, Adriana y Adriana Porcelli, "Una nueva visión del mundo: la ecología profunda y su incipiente recepción en el derecho nacional e internacional (primera parte)". *Lex, Revista de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas*, 15, 20, (2017). [En línea]: <https://bit.ly/38WnNxV> [Consulta: 2 de agosto, 2021], p. 395-440.
- Méndez, Marlon y Fausto Bonilla, "Narrativas éticas, simbólicas y políticas asociadas al consumo de alimentos agroecológicos. Un estudio de caso". *Revista Luna*

- Azul, 35, (2012). [En línea]: <https://bit.ly/37yVRzX> [Consulta: 4 de mayo, 2021], pp 177-200.
- Morales, Gerardo, "Capra, contestación posmoderna y paradigma ecológico". *Revista de Ciencias Ambientales (Trop J Environ Sci)*, 29, 1, (Junio, 2005), pp. 32-43.
- Naess, Arne, *Ecology, Community and Lifestyle*. Cambridge University, 1989.
- Rendón, Andrés y Juan Medina, *Responsabilidad Social Ambiental: Una aproximación conceptual desde el derecho colombiano*. Universidad EAFIT, Medellín, 2018. [Tesis de grado].
- Salas, Wilson, et al., "Agroecología: Una plataforma para la Paz". *Reflexión Política*, 21, 43, (2019). [En línea]: <https://bit.ly/3vDe2wb> [Consulta: 2 de agosto, 2021], pp. 75-88.
- Simesen, Ana, "La filosofía ante la vida dañada: la crisis ecológica". *Andes*, 12, (2001). [En línea]: <https://bit.ly/3xKOoIA> [Consulta: 2 de agosto, 2021], pp. 1-9.
- Toca, Claudia, "Las versiones del desarrollo sostenible". *Sociedade e Cultura*, 14, 1, (2011). [En línea]: <https://bit.ly/3OvAgZZ> [Consulta: 4 de agosto, 2021], pp. 195-204.
- Valera, Luca, "El retorno de la naturaleza: la ética ambiental y la cuestión antropológica contemporánea". *Artigos Trans/Form/Ação*, 43, 2, (2020). [En línea]: <https://bit.ly/3xJJMT3> [Consulta: 14 de agosto, 2021], pp. 171-188.
- Venegas, Carlos, et al., *Manual de transición agroecológica para la agricultura familiar y campesina*. Instituto de Desarrollo Agropecuario, Chile, 2018.
- Vinyals, Albert, *El consumidor consciente. Análisis de los factores psicosociales implicados en el consumo sostenible, a partir del estudio de miembros de cooperativas de consumo agro-ecológico*. Universidad Autónoma de Barcelona, 2016. [Tesis de doctorado].

CAPÍTULO 5

Gastronomía doméstica. Educar para la Sostenibilidad Ambiental

Lucía M. Collado Medina

Presentación

La cocina doméstica es elaborada con procesos que se perfeccionan en la práctica, creando lo que se define como *alimentación patrimonializada* o *gastronomía*. La cocina doméstica cumple con funciones culturales y hedonistas; su práctica cotidiana pasa de una generación a otra hasta convertirse en saberes y tradición, por ello debe considerarse como la forma original de practicar la gastronomía.

En la cocina doméstica se crea conciencia sobre la importancia y significado del “comer” dentro de la sociedad, y se defiende la esencia de nuestro origen y de las relaciones con el entorno, de las que depende la vida y la salud de todos. Quienes estén a cargo de las cocinas, cocineras o gastrónomos tienen que prestar especial atención al tipo de producción de sus insumos y a su procedencia, a las redes de abastecimiento y comercio justo, al autoconsumo, consumo local, y a las preferencias de un comensal responsable con la salud individual y ambiental. También habrá que direccionar su pensamiento hacia lo que hay detrás de los alimentos y fomentar formas de alimentación y consumo sostenible ya que son factores clave que favorecen la construcción de la sostenibilidad y la soberanía alimentaria.

El propósito de este capítulo es abordar la problemática del consumo alimentario y mostrar la importancia que tiene el ámbito doméstico en mejorar nuestros hábitos, proponer el retorno a formas tradicionales y, como consecuencia, transformar las prácticas alimentarias en beneficio de la salud humana y ambiental.

En este capítulo presentamos cuatro apartados: el primero hace referencia a la responsabilidad y perfil que debemos asumir los consumidores ante el reto de la sostenibilidad; el segundo promueve retornar a los orígenes de la gastronomía desde el ámbito doméstico, con lo que se abren posibilidades de gestar un cambio sustancial en la forma de preparar y consumir

alimentos, de igual forma, se influiría en la manera de producirlos y comercializarlos como productos gastronómicos sostenibles; en el tercero se argumenta sobre el significado e importancia de una *gastronomía doméstica sostenible* para aspirar a la sostenibilidad ambiental; en el cuarto se enuncian elementos que son posibles en el ámbito de la soberanía alimentaria, y finalmente se exponen algunas reflexiones para revertir los efectos del modelo hegemónico de alimentación.

1. Alimentación sostenible, consumidor responsable

La población mundial crece a paso acelerado. Según proyecciones de la ONU¹, de los 7700 millones de personas que habitamos el planeta, se pasará a 9700 millones, en 2050. En consecuencia, está previsto que la producción alimentaria aumente un 70% en el mundo y un 100% en los países en desarrollo. Sin duda, el incremento poblacional en los países emergentes aumenta considerablemente la demanda mundial de alimentos para satisfacer dietas altamente diversificadas.

La producción, transformación, distribución y consumo alimentario contribuyen en gran medida a la contaminación pues eleva las emisiones de gases de efecto invernadero, la degradación de los suelos y la pérdida de biodiversidad. Ante la notable limitación de los bienes hídricos y terrestres es necesario un cambio alimentario que contribuya al cuidado del planeta, posibilite la autoproducción, garantice el abasto familiar y pueda devolverle su fuente de ingresos a las personas.

La escasez alimentaria se perfila como una problemática global multicausal de graves consecuencias que, unida al abuso en el consumo de los bienes comunes naturales², cataliza el declive ambiental y humanitario.

La palabra *consumo* deriva del latín *consumere* que significa gastar, acabar, agotar la vida, la salud, el dinero o cualquier otro bien o servicio para

¹ Department of Economic and Social Affairs Population Division, United Nations, *World Population Prospects 2019. Highlights*, New York, United Nations. [En línea]: <https://bit.ly/37DMhvF> [Consulta: 10 de junio, 2021].

² El término *bienes comunes*, surge en medio de las luchas sociales por la apropiación, manejo y uso de dichos bienes y por recuperar el origen de la relación sociedad-naturaleza. Jorge Daniel Ivars, "¿Recursos naturales o bienes comunes naturales?: Algunas reflexiones". *Papeles de Trabajo*, 26, (2013). Centro de Estudios Interdisciplinarios en Etnolingüística y Antropología Socio-Cultural. [En línea]: <https://bit.ly/3EGLxD> [Consulta: 12 de mayo, 2021], pp. 88-97.

satisfacer necesidades. No es sinónimo de comer, sin embargo, si se refiere a alimentos supone la idea de comer: acto humano que en extremo se ha convertido en *consumismo*, evoca algo que no tiene límites razonables ni un sentido de subsistencia. Tal parece que esa es la idea que se ha implantado en la mentalidad colectiva de las sociedades modernas occidentales, desde la promoción mercadológica del consumo.

Lo que es un acto biológico, cultural, social y un derecho humano, se ha convertido en un acto compulsivo que satisface la necesidad, a veces patológica, de comer, comprar y almacenar a costa de sacrificar salud, dinero y bienestar individual y socioambiental. ¿Qué podemos hacer como consumidores para que nuestra alimentación sea más razonable, saludable, rentable y sostenible?

De acuerdo con la tendencia que intenta rescatar e implementar prácticas alimentarias más justas y sostenibles, es impostergable adoptar patrones sobre la alimentación basados en la agricultura local, tradicional y estacional. También hay que preferir los menús, recetas y formas de cocinar acordes con la riqueza natural y costumbres de cada lugar; alimentos producidos y elaborados solidariamente con el cuidado del ambiente y, sobre todo, despertar la conciencia para ser consumidores responsables.

El modelo consumista ha llegado a su límite: ha demostrado sus efectos degradantes en la salud ambiental y humana y es responsable de males que aquejan a la humanidad. El caso del COVID-19 ha sido suficiente para demostrar que todos somos responsables y vulnerables ante los desafíos que conllevan los desastres provocados por el ser humano. Aunque las raíces del consumismo son profundas, cada día crece la conciencia sobre sus efectos, lo que lleva a comprender que si no se modifican los hábitos no será posible detener sus consecuencias.

Las respuestas provienen de la sociedad civil, a través de organizaciones que desde el siglo pasado insisten en reestructurar políticas industriales, comerciales, educativas y de gobierno para contrarrestar esos efectos. Greenpeace ha defendido la protección a los animales y al ambiente, afirma que el “consumidor responsable” es quien regula su consumo a partir de valores humanos; compra de manera consciente, es equilibrado, sabe autolimitarse, es solidario con los productores, ayuda a preservar los bienes naturales y asume que comprar es un acto político con sentido humano³.

³ Cfr. Lina Forero, *El consumo responsable: Un acto político en defensa de la soberanía alimentaria*.

Un consumidor responsable piensa y actúa ante los engaños del modelo dominante, utiliza su poder adquisitivo y de decisión para realizar sus compras e influye en su círculo cercano para configurar una nueva perspectiva de qué y por qué consumir; a quién, para qué y cuáles son sus límites. Es decir, se autorregula, se autolimita y considera el beneficio social y ambiental.

Lina Forero afirma que “como consumidores se tiene la responsabilidad y un cierto poder frente a las grandes multinacionales alimentarias ya que con las formas de consumir se puede influir en la marcha de la economía y del mundo de una forma directa”⁴. Como consumidores podemos contribuir a una alimentación más saludable y sostenible: es importante reconsiderar lo que comemos, las proporciones de alimentos de origen animal y vegetal en nuestra dieta cotidiana, la cantidad de alimentos ultraprocesados y de aquellos que usan plástico para envasarse, las bebidas endulzadas y embotelladas que consumimos, además del despilfarro alimentario.

Como sostiene Sassateli: “los consumidores deben de usar el poder de elección que tienen para modificar las relaciones del mercado, con el fin de hacerlo más justo y que conduzcan a una mejor vida para todos. El consumidor es el más grande agente de cambio”⁵.

Contrario al tipo de consumo alienante y compulsivo⁶, el consumo responsable mediado por una filosofía del buen vivir⁷ es ético, ecológico y solidario:

.....
Semillas 38/39, (Marzo 2009). [En línea]: <https://bit.ly/3K5iKbh> [Consulta: 20 de junio, 2021], p. 25.

⁴ Cfr. Lina Forero, *op.cit.*, p. 25.

⁵ Cfr. Susana Buitrago Betancourt y Diego Armando Chitiva, *La gastronomía sostenible como factor de mejoramiento de la cadena de suministro del sector gastronómico en Bogotá, Colombia*. Universidad Externado de Colombia, 2017, p. 7. [Tesis de maestría]. [En línea]: <https://bit.ly/3xJQPeH> [Consulta: 12 de julio, 2021].

⁶ En relación al consumo compulsivo, Mance destaca tres prácticas de consumo distintas: el consumo alineante, cuando la principal motivación se atribuye a la publicidad de los medios hegemónicos; el consumo compulsivo practicado por quienes no disponen de recursos al adquirir marcas famosas o caras y en su lugar adquieren productos para satisfacer de alguna manera sus deseos por el placer de consumir y el consumo como mediación del buen-vivir estratificado por personas que no siguen modas consumistas superando formas de consumo compulsivo o alienante. Cfr. Luis A. Bracamontes. *Entre permanecer y transformar: viabilidad económica y social de una red alimentaria alternativa en la Ciudad de México*. Universidad Autónoma Metropolitana. Unidad Xochimilco, 2019, pp. 64-65. [Tesis de maestría]. [En línea]: <https://bit.ly/3xH0jr4> [Consulta: 21 de julio, 2021].

⁷ El buen vivir o vivir bien puede definirse como la aspiración a una forma de vida y convivencia en armonía con la naturaleza y con otros seres humanos; concepto inspirado en las culturas ancestrales andinas, pero completamente vigente en la actualidad, se apoya en los principios de equidad social y sustentabilidad ambiental y aspira a convertirse en una alternativa frente a la moción de la civilización occidental.

[...] es un modelo de alimentación que tiene como objetivo afrontar las preocupaciones de salud y ambientales asociadas a la producción y consumo de alimentos, garantiza la salud de las personas, busca promover la producción local, genera un impacto ambiental reducido, aporta a la lucha contra el cambio climático, respeta la cultura, la biodiversidad y protege los ecosistemas terrestres y la vida submarina⁸.

En una cadena corta de suministro⁹, desde la producción, transformación y comercialización de alimentos agroecológicos, el consumidor juega un papel determinante ya que, por convicción propia es un sujeto activo. Su nivel de compromiso y participación en el comercio justo es el más bajo de todos, sin embargo, es el más determinante, pues es quien toma la decisión de compra y con ello aporta su dinero para financiar las actividades productivas alternativas.

Es importante conocer cuáles son las motivaciones de un consumidor responsable frente a la gama de opciones diferentes que tiene para pagar por alimentos. De acuerdo con un estudio referido a las Redes Alimentarias Alternativas en la Ciudad de México, realizado por Luis Bracamontes en 2019¹⁰, el perfil aproximado del consumidor responsable se relaciona con aspectos como el rango de edad, que oscila entre los 26 y 60 años, en su mayoría mujeres.

Los consumidores responsables poseen una escolaridad alta y viven en un radio no mayor de 6 km del punto de compra, generan sus propios ingresos y probablemente son los encargados de abastecer el hogar. Su manejo de la tecnología es un factor importante dado que las compras en centros de comercio alternativo, como el mercado orgánico, agroecológico, tianguis, o directo con los productores locales, entre otros, se realiza a través del teléfono celular y la computadora. Son personas preocupadas por su salud y la de su familia, poseen un capital económico y cultural aceptable, lo cual se relaciona con una mayor educación y conciencia acerca del deterioro ambiental¹¹.

⁸ Carmen Espinosa, "¿Qué es la alimentación sostenible y saludable?" *Salud con Ciencia, Blog de los Estudios de ciencias de la Salud de la Universitat Oberta de Catalunya (Uoc)*, 2019. [En línea]: <https://bit.ly/3K7sYba> [Consulta: 28 de junio, 2021], s/p.

⁹ Las cadenas cortas se denominan así porque no existen intermediarios. Su estructura es básica pues se conforman de productores-oferentes y/o colectivos-consumidores. Entre ellos existe una relación solidaria basada en la confianza.

¹⁰ Cfr. Luis A. Bracamontes *op. cit.*

¹¹ *idem.*

Otra de sus motivaciones es apoyar a los productores y a las cooperativas a cambio de adquirir productos artesanales y más saludables; apoyan la producción y el comercio justo teniendo como base valores como la confianza en la calidad y autenticidad de los productos por un precio justo. Ven en el sistema de cadenas cortas un sistema alimentario alternativo a aquel que busca beneficios excesivos sin ofrecer ninguno a cambio¹².

La Universidad Autónoma del Estado de México, actualmente desarrolla investigación sobre sostenibilidad, alimentación y soberanía alimentaria, desde fundamentos éticos hasta prácticas tradicionales y cotidianas. Otorgó su aval institucional y financiero al proyecto *Gestión de la gastronomía sostenible. Prácticas de consumo responsable desde la soberanía alimentaria*¹³, desarrollado por investigadores de la propia UAEM, en la Ciudad de Toluca. A través del proyecto se aplicó una encuesta a 50 comensales con la que se identificaron características coincidentes y complementarias al perfil determinado por Bracamontes.

En este caso, la edad de los encuestados está entre los 20 y los 60 años, el 28% corresponde a la edad de 40 años en adelante. El 72% son mujeres que residen en la ciudad o en localidades conurbadas, la más alejada, a una distancia de 11 km. El 82% de los entrevistados incluye parcialmente en su dieta platillos con productos orgánicos o agroecológicos y de forma total sólo el 16%. Son consumidores interesados en conocer las formas de cultivo y crianza de vegetales y animales. Evitan el desperdicio de comida y tratan de aprovechar los residuos en composta o para alimentar mascotas.

El 78% de los comensales prefieren consumir agua preparada y evitar la embotellada, aunque dicen utilizar todos los implementos desechables que ofrecen los establecimientos como servilletas y palillos; algunos de ellos utilizan sus propios cubiertos y llevan sus recipientes para conservar los sobrantes. En promedio, el 60% de estos consumidores prefieren la comida local, platillos tradicionales y vegetarianos, además están interesados en conocer aspectos culturales sobre su origen y preparación.

.....
¹² *idem*.

¹³ Virginia Panchi, et al., Proyecto *Gestión de la gastronomía sostenible. Prácticas de consumo responsable desde la soberanía alimentaria*, propuesto por el Cuerpo Académico Calidad de Vida y Decrecimiento y la Red Internacional Transdisciplinaria para la Educación e Investigación en Soberanía Alimentaria. Diálogos para la cooperación entre Universidad y Comunidad (RITEISA), del Instituto de Estudios sobre la Universidad. Universidad Autónoma del Estado de México, vigencia enero 2021-enero 2022.

En este grupo, el 64% estaría dispuesto a pagar más si obtiene la seguridad de adquirir productos orgánicos o agroecológicos y el 34% manifestó que ocasionalmente lo hace, mientras no afecte su presupuesto. Los primeros piensan que los productos locales requieren una inversión más elevada, mientras que los segundos consideran que es más económico cultivar sin químicos. En promedio, el 80% de los encuestados está de acuerdo en sugerir menos alimentos industrializados a los restaurantes y pagar lo justo por alimentos más saludables. Son consumidores exigentes que buscan establecimientos que los ofrezcan y donde reciban atención y un buen servicio para que su experiencia gastronómica les deje sensaciones positivas.

En el aspecto de nutrición, para el 70% de los encuestados la preparación de platillos debe ser nutritiva y con elementos tradicionales. Eligen alimentos con frutas y vegetales de temporada porque piensan que es un principio de alimentación sostenible. Más del 50% piden sus platillos equilibrados entre carne y verduras; 64% sí gustan de alimentos fritos, muy salados o endulzados. 76% espera el tiempo necesario para una preparación artesanal, si el ritmo de vida y actividades se los permite.

El 96% opina que los establecimientos pueden hacer más por el cuidado ambiental; reconocen la importancia de que el establecimiento genere beneficios para la comunidad. El 46% notó que los establecimientos brindan seguridad y protección a sus empleados y el 96% opina que los establecimientos deben brindar seguridad y protección a sus comensales al participar en cadenas productivas locales. Estos resultados están en concordancia con Mance quien asegura que:

[...] cuando el consumo responsable es considerado como medio para el bien vivir personal y colectivo, se está ejerciendo también un tipo de consumo solidario. Esta conducta es posible solo cuando las personas comprenden que la producción termina en el consumo, que éste tiene impacto sobre todo el ecosistema y sobre la sociedad en general¹⁴.

Practicar el consumo responsable y solidario es superar el consumo alienante y compulsivo a partir de una postura crítica frente a la publicidad y comercialización de productos elaborados por empresas capitalistas; dicha postura sólo puede adquirirse a través de *la información y de la reflexión*¹⁵. Es ésta una parte importante de la tarea de la educación universitaria, que

¹⁴ Cfr. Luis A. Bracamontes, *op. cit.* p. 65.

¹⁵ Cfr. Luis A. Bracamontes *op. cit.* p. 67.

debe enfocarse en formar consumidores responsables, no sólo a través de los proyectos de investigación o planes de estudio, sino desde la vida cotidiana de sus comunidades, promover el suministro de insumos, producción y consumo sostenible de alimentos en sus cafeterías y restaurantes. Las universidades también tendrían que fomentar mejores hábitos de consumo entre profesores, alumnos y personal, supervisar los procesos inherentes al consumo y dar continuidad a la educación alimentaria desde la casa.

2. Cocina doméstica y sostenibilidad, volver al origen

Antes de hablar de gastronomía se debe comprender que alimentarse es una función biológica del ser humano y comer es uno de los procesos fundamentales de socialización. La evolución dio inicio al comer alrededor del fuego en un espacio designado para ello y con una dieta adaptada con todo aquello que estuviera a disposición y que el organismo fuese capaz de metabolizar para nutrirse.

Este proceso evolutivo permitió al humano pasar de nómada a sedentario al descubrir que podía ser capaz de cultivar y cocinar sus alimentos, generar usos y costumbres en torno a la comida, crear utensilios, espacios y preparaciones. Se gestaron tradiciones y costumbres, un conjunto de prácticas consideradas origen y fundamento de la actual gastronomía.

La gastronomía se entiende como el estudio de la relación entre las personas, el medio que les rodea y la comida; involucra un vínculo indisoluble con la naturaleza, fuente de todo aquello que el ser humano se lleva a la boca como alimento y con la cultura que construye al interior de cada grupo social con quien la comparte, en principio por el núcleo más cercano: la familia.

El origen etimológico de la palabra *gastronomía*, deriva de las raíces griegas *nomos* y *gastros*, que significan respectivamente “ley” y “estómago”. Hasta hoy no existe una conceptualización definitiva del término, por lo que podemos encontrar una gran variedad de definiciones. Lo que sí se puede afirmar es que desde la gastronomía: “es importante promover una alimentación suficiente, completa, equilibrada, satisfactoria, segura, adaptada al comensal, al entorno, sostenible y accesible que aporta para la transformación del sistema alimentario global”¹⁶.

.....
¹⁶ Cfr. Carmen Espinosa *op. cit.*

Desde un enfoque crítico, Inés Butrón¹⁷ realizó la revisión de algunas definiciones a las que califica de parciales, subjetivas y ambiguas; entre ellas resalta el concepto de Manuel Vázquez Montalbán, chef considerado un referente importante de la gastronomía en España, quien la define como: “[el] arte de preparar y apreciar una buena comida que deriva hacia una filosofía aventurera del gusto a partir del trabajo de concienciación intelectual de los gastrónomos franceses”¹⁸.

Asimismo, Butrón cita a Savarin¹⁹ con su obra *La Fisiología del Gusto*, en la que define a la gastronomía como: “el conocimiento fundado debido a todo lo que tiene relaciones con el hombre en tanto que se sustenta”, refiriéndose a los oficios del campesino, el pescador, el cazador y el cocinero, aunque termina por afirmar que el conocimiento gastronómico es imprescindible para las clases acomodadas.

Esta visión elitista de la gastronomía es debatida por Butrón cuando afirma que ha sido tratada como un *marcador social*, dejando atrás el hambre, la escasez y la cocina popular “hasta llevarla al misticismo y éxtasis culinario, al más puro refinamiento de los sentidos incluido el intelecto”²⁰. Privilegio de unos cuantos que deja fuera a la mayor parte de la población que carece de cultura y conocimientos letrados o de poder adquisitivo, y sin embargo, aspira a un estilo de vida que le es ajeno.

Butrón plantea en su ponencia *Gastronomía de la Escasez*, que la carestía es también el origen de los platillos que hoy se consideran populares y/o *gourmets*, y que se ofrecen al comensal que visita desde las fondas hasta restaurantes de lujo. Platillos que nacieron de la más dura pobreza, a la que Butrón llama *cocina de subsistencia y de raíz*, actualmente conocida como *cocina de aprovechamiento*, y de la que hoy se han apropiado incluso aquellos a los que Miquel Sen, citado por Butrón, llama *consumidores ilustrados*²¹.

Como ejemplo de ello, menciona las cocinas italianas de la segunda posguerra mundial²²; la cubana, originada en la esclavitud, las dictaduras, las

¹⁷ Inés Butrón, “La incómoda realidad”. Repensando el término Gastronomía. *The Foodies studies*. (12 de septiembre 2020). [En línea]: <https://bit.ly/3rLZPfk> [Consulta: 20 de junio, 2021].

¹⁸ Cfr. Inés Butrón, *op. cit.*

¹⁹ *idem.*

²⁰ *ibid.* p.6

²¹ Butrón menciona a Miquel Sen, afamado escritor y periodista catalán de la gastronomía, ganador del Premio de la Academia Catalana de Gastronomía al mejor programa de divulgación por *Cuines y de reconocimientos como Le Prix France de Gastronomie*, Cfr. Inés Butrón *op. cit.*

²² Periodo entre 1939 y 1960, especialmente grave por el desgaste social, político y económico

revoluciones y embargos; la afroamericana de los también esclavos, a base de maíz y cerdo; y la soviética, creada en tiempos de hambrunas y carencia, a base de verduras y frutas frescas. En nuestro contexto mexicano, se habla de la cocina derivada de la pobreza y la marginación de todos los tiempos, a base de frijoles, tortilla y chile.

La autora debate un supuesto: si hay escasez de alimentos, la gastronomía como tal no existe. Butrón afirma que no es así, si se redefine como un ámbito de conocimientos interdisciplinar que no permite la soberbia y el *snobismo*²³, para aprehenderla como una forma holística de practicar la cocina sin restricciones si somos inteligentes para innovar y disfrutarla en medio de la escasez. Afirma que esta circunstancia no ha sido un impedimento para crear buena cocina, a partir de productos simples, pero de gran rendimiento y sabor: “la escasez es un gran estímulo, una oportunidad para revisar nuestro concepto de la gastronomía del futuro desde una visión más humanista, éticamente aceptable, justa y sostenible”²⁴.

Esta disertación nos da motivo para pensar que la gastronomía surge precisamente donde se atiende la necesidad básica de comer, donde se crean y recrean platillos que con menos ingredientes hacen más, y más nutritivo, y desde donde han tenido su origen gran parte de los platillos que hoy se disfrutan: ese espacio es la cocina familiar o doméstica.

Dentro de la cocina familiar existen amplias posibilidades de gestar un cambio sustancial en la forma de preparar y consumir los alimentos, que posteriormente influya en la manera de producirlos y comercializarlos como productos gastronómicos sostenibles. Tendencia que, en la actualidad, no es una moda sino una necesidad.

El espacio doméstico es donde se origina la innovación de platillos por la abundancia o la escasez de alimentos, y bien puede ser desde donde se promueve la transición que permita practicar una gastronomía sostenible. La gastronomía sostenible en el discurso público es un objetivo global que, de acuerdo con la ONU, deberá alcanzarse en el año 2030. Algunas premisas fundamentales son el aprovechamiento de los bienes comunes naturales,

.....
y la emergencia alimentaria en Europa, en el que las mujeres italianas en condición de pobreza popularizaron el consumo de la *pizza*.

²³ Según el *Diccionario de la Real Academia Española*, *esnob* es una persona que imita con afectación las maneras, opiniones, etc., de aquellos a quienes considera distinguidos. *Diccionario de la Lengua Española (DLE)*, Edición Tricentenario, 2020. [En línea]: <https://bit.ly/38e48s5>

²⁴ Cfr. Inés Butrón, *op.cit.*, s/p.

fomentar la producción artesanal y aportar una importante mejora a la economía de los más pobres. Este objetivo no debe ser ajeno a nuestra vida cotidiana, pues en ella se gestan las prácticas más significativas para la supervivencia. Por ello, con una gran voluntad de contribuir a la preservación de la vida y del planeta, todos debemos solidarizarnos y colaborar con nuevos hábitos alimentarios y de consumo, seguir las tradiciones culturales locales y adaptarnos a los principios que plantean los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)²⁵.

3. Gastronomía doméstica sostenible, importancia y significado

La alimentación es una función orgánica del ser humano, sin embargo, no es lo mismo alimentarse que comer, como tampoco es lo mismo cocinar que practicar la gastronomía. Alimentarse significa procurar al organismo los nutrientes necesarios para seguir viviendo, incluso, a costa de sacrificar el gusto. Comer representa una práctica social y cultural propia de la evolución del ser humano que, por otro lado, se identifica con el placer.

Aun cuando el término “gastronomía” se aplica normalmente en los ámbitos de lo público, popular o elitista, también puede referirse a la cocina familiar, doméstica o casera, pues se elabora con técnicas de cocina, métodos de cocción, selección de insumos y recetas con el fin de agradar al comensal según sus gustos culturales y culinarios. Al perfeccionarse en la práctica, estas técnicas y métodos se convierten en gastronomía.

Por otro lado, “lo que se consume en cada lugar está relacionado con el entorno ecológico y los procesos de producción distribución y consumo; pero también con factores ideáticos que no siempre están ligados estrictamente a la cultura”²⁶. Las tradiciones culinarias son transformadas en patrimonio cultural. Javier Hernández²⁷ afirma que este fenómeno es parte de una dinámica general característica de la modernidad.

²⁵ Para conocer los ODS, consultar: Naciones Unidas, México, *Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)*. [En línea]: <https://bit.ly/37Efzub>

²⁶ Cfr. Javier Hernández-Ramírez, “Cuando la alimentación se convierte en gastronomía. Procesos de activación patrimonial de tradiciones alimentarias”. *Cultura-Hombre-Sociedad (CHHSO)*. Universidad de Sevilla, España, 28, 1, (2018). [En línea]: <https://bit.ly/3OsJFpM> [Consulta: 20 de junio, 2021], pp.155.

²⁷ Cfr. Javier Hernández-Ramírez, *op. cit.*

El autor se refiere a la *patrimonialización* de la cultura como: “un proceso construido socialmente a través del cual se revalorizan ciertos elementos materiales e inmateriales de la reinterpretación de la memoria y la tradición—en este caso alimentaria—, que es elevada a la categoría de patrimonio cultural alimentario o gastronomía”²⁸.

De este modo, Hernández ofrece una conceptualización que en resumen se define como: “alimentación patrimonializada que comprende saberes, creencias, prácticas sociales cotidianas y extraordinarias asociadas a la alimentación, que se seleccionan, integran y activan por determinados agentes sociales como símbolos representativos sobresalientes de un grupo concreto, que desarrolla nuevas interpretaciones, usos y funciones”²⁹.

La cocina familiar, doméstica o casera cumple con la función cultural y hedonista de alimentar, crear placer y transmitir conocimiento; su práctica pasa de una generación a otra hasta convertirse en saberes y tradición. Pero, ¿por qué hacer esta distinción?, ¿por qué la cocina doméstica debe considerarse la forma original de practicar la gastronomía?

Aunque su elaboración puede ser sencilla, nace de la intención de agradar al comensal, además de preocuparse por su nutrición. Ahí es donde comienza a crearse consciencia de la importancia, significado y trascendencia del “comer”, misma que se transmite al grupo familiar, a la comunidad y a la sociedad.

La familia, como nicho de saberes, consolida una cultura y por ello es impostergable incluir en las conversaciones temas relevantes como el cuidado a la familia, la comunidad y al ambiente, así como discutir su importancia y responsabilidad que cada individuo tiene ante los retos globales ambientales de la actualidad.

Micarelli, citando a Khunlein, menciona que: “los alimentos además de su función obvia de asegurar la subsistencia son un medio complejo por el cual se crean, reproducen y transforman identidades, relaciones sociales vitales y fenómenos culturales”³⁰. Usa el término de *aceptabilidad cultural* como un aspecto que “implica los valores no basados en la nutrición, asociados a

²⁸ Cfr., Javier Hernández-Ramírez, *op. cit.* p. 155.

²⁹ *idem.*

³⁰ Giovanna Micarelli, “Soberanía alimentaria y otras soberanías: el valor de los bienes comunes”. *Revista Colombiana de Antropología*, Instituto Colombiano de Antropología e Historia, Colombia, 54, 2, (2018). [En línea]: <https://bit.ly/36Crfgn> [Consulta: 20 de junio, 2021], p. 123.

los alimentos y que contribuyen a configurar al individuo y a la comunidad. Estos son los aspectos emocionales, mentales y espirituales que se relacionan con la salud, la curación y la prevención de enfermedades”³¹.

Según la autora, “las dinámicas profundamente sociales de la producción, preparación, intercambio y consumo de alimentos son además un medio para concebir y relacionarse con el mundo”³².

Eliana Acosta³³, en un estudio realizado en la comunidad nahua de Pehuatlán (Puebla, México), menciona que *Itekontlakuali* “el dueño de la comida”, el maíz, sólo beneficia a los humanos si hay algo a cambio, de otra manera, el daño se manifiesta como carencia o enfermedad. Esta concepción establece la dependencia mutua entre humanos y no humanos; su reproducción y permanencia sólo es posible si existe una relación entre ambos, perspectiva que comparten muchas de las etnias que aún sobreviven en lo que fue Mesoamérica y otras regiones del continente como la amazonia, donde además, el trabajo es un elemento fundamental de relación entre el ser humano y la tierra.

Refiere Micarelli³⁴ que el trabajo con la tierra para las culturas indígenas, (a diferencia de la concepción occidental donde sólo es un factor de producción), es un medio por el que se construyen hábitos y estructuras sociales y la relación con su entorno, así como con los seres espirituales que los habitan, haciendo que circule la energía vital del cosmos, concepción que es contraria a la acumulación e incompatible con la abundancia, es decir, se obtiene de la tierra únicamente aquello que se pueda consumir.

Las perspectivas que descubre en su trabajo con las etnias amazónicas son que la producción, preparación, intercambio y consumo de alimentos no sólo son actos sociales, sino que establecen a la sociedad y defienden la cualidad de las relaciones con el entorno, de las cuales depende la vida y la salud de todos.

Con estas ideas se expone ahora la diferencia que hay entre los conceptos actuales de seguridad y soberanía alimentaria. En 1996, la FAO define la

.....
³¹ Cfr. Giovanna Micarelli *op.cit.*, p.123.

³² *idem*.

³³ Eliana Acosta Márquez, “Cuando el maíz es *Itekontlakuali*: el ‘dueño de la comida’. Un acercamiento a la economía ritual de los nahuas de Pehuatlán, Puebla”. *Cuicuilco, Revista de Ciencias Antropológicas*, 21, 60, (2014). [En línea]: <https://bit.ly/38YJXQ7> [Consulta: 20 de junio, 2021], pp. 223-238.

³⁴ Cfr. Giovanna Micarelli *op. cit.*, p.125.

seguridad alimentaria como un derecho: “todas las personas tienen acceso físico, social y económico permanente a alimentos seguros, nutritivos y en cantidad suficiente para satisfacer sus requerimientos nutricionales y preferencias alimentarias, y así poder llevar una vida activa y saludable”³⁵.

En esta definición se rompe el vínculo que las culturas ancestrales indígenas establecieron entre la sociedad y el ambiente; en ella el acto de “comer” responde a una necesidad de supervivencia humana que se olvida de la comunión con su propia fuente de vida: la tierra y la naturaleza, que más que satisfacer necesidades, dan el sentido cosmogónico a su propia existencia.

En 2013, en el Foro Permanente para los Asuntos Indígenas de la ONU, se declara que el derecho de los pueblos indígenas a la alimentación es inseparable de sus derechos a la tierra, al territorio, los recursos, la cultura y la autodeterminación, principios fundamentales sobre los que se construye la soberanía alimentaria³⁶.

Silvia Ribeiro, periodista y activista uruguaya radicada en México, en las primeras conclusiones del Foro para la Soberanía Alimentaria celebrado en Nyéléni en 2007, expresó lo siguiente:

Lo que vimos es que hablando de conocimiento y tecnología quienes realmente tienen el conocimiento que se necesita para la soberanía alimentaria son los campesinos, los pescadores artesanales, los pastores, la gente que conoce cómo trabajar y vivir en los bosques, la gente que sabe cómo trabajar en pequeñas parcelas sea en el mar en la tierra o con pastores [...] el conocimiento al que se hace referencia es de motivo sumamente complejo y necesariamente local, imprescindible para poder alcanzar la soberanía³⁷.

La FAO acepta el concepto de Soberanía alimentaria como herramienta para lograr la Seguridad Alimentaria; se describe como el derecho de los pueblos

³⁵ Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la agricultura (FAO), *Seguridad Alimentaria Nutricional, Conceptos Básicos*. 2011. [En línea]: <https://bit.ly/3rOm2cL> [Consulta: 1 de junio, 2021].

³⁶ Departamento de Asuntos Económicos y Sociales, Pueblos Indígenas, Organización de las Naciones Unidas (ONU). [En línea]: <https://bit.ly/39cmcEs>

³⁷ Silvia Ribeiro es una investigadora y periodista uruguaya, responsable de programas del Grupo ETC (Grupo de Acción sobre Erosión, Tecnología y Concentración) en México. Ha desarrollado actividades como editora, asesora y encargada de campañas en temas ambientales en Uruguay, Brasil, Suecia y México. Silvia Ribeiro, *En busca de la autonomía y la soberanía alimentaria*. 2007. [En línea]: <https://bit.ly/3Mo01JB> [Consulta: 17 de julio, 2021].

a determinar sus propias formas de producción, distribución, comercialización y consumo de alimentos para abastecer a la población, respetando la diversidad cultural³⁸.

El concepto de soberanía alimentaria involucra lo referente al comercio justo, a las redes de productores locales y a los saberes originarios y ancestrales. En este punto, es importante concretar algunas ideas que justifican esta exposición:

- Comprender que la alimentación es un proceso consciente y educable. Lo que se come y cómo se come tiene influencia positiva o negativa en la salud y la vida de los individuos, la sociedad y el planeta.
- El importante papel que como herramienta de sostenibilidad tiene la educación familiar para producir saberes, hábitos alimentarios y prácticas gastronómicas adecuadas en todas las etapas de la vida, aun si se come fuera del hogar.
- Se pueden inculcar hábitos y conocimientos en torno a la sostenibilidad desde los procesos de compra, producción, preparación y consumo para desarrollar actitudes y conductas que le favorezcan.
- Los conocimientos ancestrales necesitan encontrar nuevamente su lugar dentro de las conversaciones en torno a la alimentación, para recuperar el misticismo y la cosmogonía que por siglos cultivaron los ancestros, el acto familiar-comunitario de comer, en comunión con los bienes de la madre Tierra.
- La gastronomía doméstica o familiar puede ser el medio, el motor que dé origen a una nueva visión y relación de los elementos que constituyen el acto de comer, y que acelere una transformación del pensamiento y la acción.

La gastronomía que se disfruta en familia indudablemente se constituye en placer, no sólo por disfrutar los alimentos, sino porque se comparte su origen y procedencia, formas de cultivo y la producción en la cocina. También es relevante todo aquello de lo que se dispone para realizar el acto social de comer, incluyendo el compartir las ideas que nos ayuden a comprender la imponderable necesidad de proteger a la naturaleza, a la vida y a la Tierra. Este momento de reflexión conlleva el reconocer la responsabilidad en nuestras decisiones, y así, la alimentación por necesidad o por placer, adquiere nuevas dimensiones.

³⁸ Cfr. FAO, *op. cit.*

4. Soberanía alimentaria, aportes desde la gastronomía doméstica

La FAO indica en los temas de nutrición y protección del consumidor que:

Para alcanzar los Objetivos de la Cumbre Mundial sobre la Alimentación, relacionados con la nutrición, se requiere de políticas y programas nacionales y sectoriales que cuenten con una eficaz acción comunitaria, orientada a mejorar la seguridad alimentaria de los hogares y a promover la alimentación correcta desde el punto de vista de la nutrición³⁹.

Pese a estos objetivos, desde los años ochenta, México no ha logrado la suficiencia alimentaria y ha aumentado la dependencia y vulnerabilidad del exterior, principalmente en productos básicos, como el maíz. La demanda de alimentos para 2030 será para 138 millones de personas, lo cual exige mejorar las prácticas y tecnologías con el fin de alcanzar la autosuficiencia alimentaria. La agricultura familiar es relevante para la producción, ya que 4 de los 5 millones de productores agrícolas son agricultores familiares, sin embargo, el 50% de las personas con hambre son de familias agricultoras⁴⁰.

El hambre y la inseguridad alimentaria no son necesariamente el resultado de la disponibilidad de alimentos, sino de la falta de acceso a los mismos en una población urbana que crece exponencialmente y que debe comprar todo lo que consume para comer, y una población rural y campesina cada vez más empobrecida y obligada a abandonar las actividades agrícolas por la falta de políticas de apoyo a los pequeños productores campesinos.

Abandonar el campo para migrar a la ciudad conlleva una transformación paulatina de creencias, hábitos, tradiciones y modos de vida, con impacto en la alimentación. Un factor por considerar es la transición alimentaria y nutricional que ha experimentado la población; la disminución en el consumo de alimentos tradicionales y altamente nutritivos como el frijol y el maíz, frutos, vegetales y hierbas que por siglos han funcionado como promotores de la salud y han sido reemplazados por alimentos procesados con alto contenido en grasas saturadas, azúcares y sustitutos de nutrientes.

³⁹ Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la agricultura (FAO). *Seguridad alimentaria de los hogares y nutrición de la comunidad*. Nutrición y protección del consumidor. 2010. [En línea]: <https://bit.ly/38hC9c4> [Consulta: 18 de junio, 2021].

⁴⁰ Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la agricultura (FAO). *The hunger project. Conoce el mundo donde vives*. 2013. [En línea]: <https://bit.ly/3xMiStT> [Consulta: 18 de junio, 2021].

Actualmente, comer fuera de casa se ha convertido en una práctica común o habitual para algunas familias y desafortunadamente no siempre la elección de comida y el lugar donde se come son los más saludables. Gran parte de las familias de niños y adolescentes prefieren los lugares de *Fast Food*⁴¹ en donde regularmente la comida se prepara con alimentos hiperindustrializados.

Este hábito va en crecimiento y afecta negativamente la calidad de las dietas consumidas dentro y fuera de casa. En el entorno doméstico se debe inculcar el interés por advertir las opciones de consumo, que muchas veces se deciden sin la formación e información necesarias, también sobre los problemas de malnutrición de los alimentos que ofrece el mercado de la comida industrializada y sobre los índices de enfermedades como el sobrepeso y obesidad, que se han convertido en un problema de salud pública entre la población de jóvenes y niños. Al respecto, Gregorio Varela, presidente de la Fundación Española de Nutrición, afirma:

Nunca hubo tanto de donde elegir, ni menos tiempo y capacidad para hacerlo [...] Hoy, en un hipermercado de cualquiera de nuestras ciudades el consumidor se enfrenta a más de 30.000 productos distintos [...] Las compras se concentran en uno o dos días de la semana, eligiendo rápidamente entre miles de productos desconocidos en sus detalles [...] ¿No deberíamos reflexionar en este sentido sobre nuestras tendencias actuales en la forma de alimentarnos?⁴²

Comer en el ambiente doméstico nos permite acompañarnos en la adopción o cambio de hábitos hacia la alimentación saludable, desarrollar vínculos socioafectivos más sólidos, mejorar el gusto por los alimentos sanos y naturales y, en el mejor de los casos, adquirir mayor conocimiento sobre su procedencia y preparación. Convendría preguntarse: ¿cómo será posible inculcar a las nuevas generaciones principios y valores de sostenibilidad en un ambiente tan contradictorio? Es evidente que la familia y la escuela son dos instituciones educativas por excelencia.

Ya hemos mencionado que las comidas familiares son la puerta a la gastronomía, en donde jóvenes y niños aprenden a relacionarse con las tradiciones alimentarias. Por ello se debe prestar especial atención a la despensa

.....
⁴¹ El concepto de Comida Rápida o *Fast Food* en inglés se caracteriza porque los alimentos se preparan y se sirven para ser consumidos en establecimientos especializados de manera rápida.

⁴² Gregorio Varela, *Libro Blanco de la Nutrición en España*. Fundación española de nutrición (FEN), Madrid, 2013. [En línea]: <https://bit.ly/3EFbFgP> [Consulta: 18 de junio, 2021].

doméstica y realizar compras adecuadas en lugares que garanticen productos saludables, como los mercados agroecológicos orgánicos, tianguis y mercados locales, que se están convirtiendo en la mejor alternativa para reencontrarse con prácticas tradicionales que pueden estar presentes en toda la cadena productiva de los alimentos hasta su consumo.

Asimismo, en instituciones educativas como las universidades, en donde se consolida la formación profesional de los individuos, es necesario que se asuma un compromiso serio en este tema, desde el estudio y la investigación hasta las prácticas alimentarias cotidianas de su comunidad.

Quienes estén a cargo de las cocinas, sean amas de casa, cocineras tradicionales o profesionales gastronómicos, tienen que prestar especial atención a las redes de abastecimiento, al comercio justo y a las preferencias de un comensal cada vez más responsable con la salud individual y ambiental; direccionar su pensamiento hacia lo que hay detrás de los alimentos y fomentar el consumo local.

Si la proyección mundial es que en los próximos 30 años la producción se duplique –considerando que sólo la tercera parte de la población del mundo se dedica a la agricultura y que para 2050 deberá satisfacer las necesidades alimentarias de 9100 millones de habitantes⁴³– es fundamental que la sociedad se involucre en acciones que coadyuven a los fines de sostenibilidad desde su núcleo, que en los países de América Latina es la familia.

Si tomamos en cuenta la diversidad de factores que conducen a distintas formas de malnutrición, los objetivos planteados por la ONU⁴⁴, Hambre cero (Objetivo 2) y Producción y consumo responsables (Objetivo 12), estarían lejos de alcanzarse, afectando a los quince objetivos restantes.

La definición de seguridad alimentaria de la FAO “se refiere al acceso de todas las personas a una alimentación inocua y nutritiva que les permita llevar una vida sana y se integra por cuatro dimensiones: acceso, disponibilidad, estabilidad del suministro y óptima utilización biológica”⁴⁵. Esto comprende la construcción de otros paradigmas como la soberanía alimentaria, cuya

.....
⁴³ FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF. *El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2019. Protegerse frente a la desaceleración y el debilitamiento de la economía*. Roma. [En línea]: <https://bit.ly/3Ou1pMF>[Consulta: 19 de julio, 2021].

⁴⁴ Cfr. ONU, *op. cit.*

⁴⁵ Cfr. FAO, *op. cit.*, 2011.

concepción surge de la *acción no violenta*⁴⁶, de organizaciones de la sociedad civil contra los efectos de un sistema alimentario que, a pesar de producir en cantidades suficientes, ha causado grandes problemas sociales, ambientales y de salud humana, por lo que es fundamental que la soberanía alimentaria sea considerada como alternativa en las proyecciones y políticas del sector alimentario, se comprenda y se contribuya a su consolidación desde el consumo doméstico.

En este ámbito, la sociedad civil está desarrollando distintas formas de participación en colectivo, una de ellas es el establecimiento de las Redes Alimentarias Alternativas que Sánchez define como: “sistemas de producción, distribución y consumo con una base de reconexión o comunicación entre productores, productos y consumidores, articulando nuevas formas de relación que estimulen una distribución del valor más equitativa entre sus participantes”⁴⁷, para darse a la tarea de facilitar y hacer más justa la comercialización de los productos campesinos.

Estas redes tienen distintas formas de organización y pueden ser dirigidas por consumidores, productores o ambos, bajo una estructura horizontal, pero con ciertos niveles de responsabilidad. Se organizan en diversos formatos y estrategias, como tiendas y mercados, ofrecen productos sin intermediarios, poseen sistemas de “canastas”, crean ciclos de pedidos, grupos y cooperativas de consumo, ventas directas a restaurantes y sistemas agrícolas comunitarios⁴⁸.

Es pertinente reconocer que la participación en estos colectivos se realiza en gran medida por grupos familiares que funcionan como unidades económicas y se organizan de manera autónoma. Las familias han identificado saberes y recursos que pueden potencializar en la producción agroecológica⁴⁹ y gastronómica para su venta y consumo, representando una forma

.....
⁴⁶ “La acción no violenta es una forma poderosa para luchar por los derechos, la libertad, la justicia y la autodeterminación sin recurrir a la violencia. Se puede llevar a cabo a través de tácticas tales como huelgas, boicots, protestas masivas y diversas formas de no cooperación con el orden establecido. Líderes como Mahatma Gandhi, Martin Luther King Jr., Nelson Mandela, Lech Walesa, representan la práctica de acciones no violentas con las que sostuvieron sus ideales y altas aspiraciones de paz, justicia y libertad. Cfr. Amy C. Finnegan y Susan G. Hackley. “La negociación y la acción no violenta: Interactuando en el universo del conflicto”. *Harvard Law School Negotiation’s Journal*, (2008), p. 4. [En línea]: <https://bit.ly/3xJ25ba>

⁴⁷ Cfr., Luis A. Bracamontes *op. cit.*, p.14.

⁴⁸ Cfr. *ibid.*

⁴⁹ “Los sistemas de producción agroecológicos son biodiversos, resilientes, eficientes energéticamente, socialmente justos y constituyen la base de una estrategia energética y productiva fuertemente vinculada a la soberanía alimentaria” Marco Cevallos Suarez, *et al.*, “Desarrollo de

de complementar sus ingresos principales. Emplean estrategias que en su mayoría responden a los principios de soberanía alimentaria, lo cual es un requisito para participar en las redes de producción, ventas y consumo justo, responsable y solidario.

Se puede hablar de seguridad alimentaria en lo doméstico cuando se dispone de la cantidad y variedad de alimentos que una familia requiere. Pero para hablar de soberanía alimentaria es necesario que éstas tengan la capacidad de satisfacer el autoconsumo, y de ser el caso, contar con excedentes para comercializar y obtener ingresos complementarios.

En ese sentido, algunas premisas que aportan a la construcción de la soberanía alimentaria desde los ámbitos de participación doméstica o familiar en las redes o colectivos de comercio alternativo son:

- Disposición a asumir responsabilidades y beneficios en formas de alimentación y consumo sostenible.
- Romper en la medida de las posibilidades la dependencia del mercado de alimentos industrializados.
- Preferentemente obtener los insumos alimentarios de los productores agroecológicos locales.
- Volver a los “mercados de proximidad”. Tianguis, mercados locales, tiendas de abasto cercanas, mercados agroecológicos u orgánicos.
- Comenzar a producir alimentos para el autoconsumo, y respetar los ritmos naturales de las plantas y animales.
- Participar en el comercio justo desde la perspectiva del consumidor responsable y solidario.
- Realizar compras a granel, usar menos empaques y envases, y comprar más barato con la misma o mejor calidad.
- Preparar alimentos con productos de temporada, adaptar nuestros menús sanos y más baratos a todos ellos.
- Planificar los menús semanalmente, para realizar sólo las compras necesarias y evitar el desperdicio.
- Privilegiar el consumo de vegetales sobre las carnes para una alimentación saludable; tratar de aprovechar el total de los alimentos como hojas y cáscaras comestibles en nuevos platillos o complementos, así lo hacían nuestros antepasados.
- Reutilizar semillas de frutos y vegetales para cultivar nuestro huerto.

.....
sistemas de producción agroecológica: Dimensiones e indicadores para su estudio”. *Revista de Ciencias Sociales*, xxv, 3, (Julio-Septiembre, 2019). p. 175. [En línea]: <https://bit.ly/3EFu1yf>

- Usar el desperdicio como composta o como alimento de animales domésticos.
- Considerar de gran importancia el ahorro y reutilización del agua en la limpieza de la cocina; retirar y separar sobrantes de platos y utensilios, lavar y enjuagar en recipientes con agua y poco detergente que luego se reutilice.
- Lavar carnes, frutos y verduras en recipientes y un segundo enjuague sólo a aquello que se consuma crudo o con cáscara. Usar el agua usada para riego o en el inodoro⁵⁰.
- Implementar éstas y otras prácticas no sólo en la comida, sino en otras actividades que requieran el consumo de los bienes naturales, serán las nuevas pautas que caractericen a las familias y ciudadanos como consumidores responsables.

Reflexiones finales

El impacto ambiental del ser humano deja una huella grande y profunda en el planeta debido a su gran capacidad de alterar y modificar el entorno, y uno de los procesos que se deben tener en mayor consideración es el de la alimentación. Cada vez son más patentes en nuestra sociedad los problemas derivados del modelo consumista en la comida, ocasiona la transgresión cultural, aumenta el riesgo de enfermedades y el deterioro ambiental.

Todas nuestras formas de consumo implican problemas ambientales, pero hay alternativas para reducir el impacto desde su ámbito de origen; el de la alimentación comienza en el espacio doméstico. El primer paso para un consumo doméstico responsable consiste en tomar acciones para reducir el despilfarro y el gasto innecesario en la preparación y consumo de la comida.

Para ello hay, en principio, dos caminos: recuperar los hábitos y costumbres de la gastronomía doméstica, con toda la mística ancestral que caracteriza una preparación cuidadosa, racional y conectada con la naturaleza, combinada con estrategias de ahorro de recursos y eficiencia en la cocina. El otro camino es participar en los movimientos que representan alternativas para salvar el riesgo inminente de la destrucción de los ecosistemas.

La gastronomía doméstica sostenible es una respuesta individual a las prácticas consumistas y se extiende al grupo familiar y posteriormente, al ámbito

.....
⁵⁰ Cfr. Virginia Panchi, *op. cit.*

social. Ser un consumidor de alimentos responsable desde el ámbito doméstico significa informarse, educarse y tomar acción ante las repercusiones de carácter económico, cultural, social y ambiental que ocasiona nuestro modo de comer. Implica tomar alternativas sustentadas en un conjunto de valores éticos, sociales y ecológicos que trascienden del bienestar individual al social. Las relaciones comerciales equitativas, la justicia social, la equidad económica, la igualdad de oportunidades, entre otras, desarrollan prácticas relacionadas al comercio justo, al uso respetuoso de los bienes comunes y al medio ambiente, al interés por el desarrollo local y una transformación sensible hacia la soberanía alimentaria.

Ser conscientes de nuestro poder de elección para decidir qué consumir y a quién comprar “instaura una diferencia en el espacio de producción.” Esta aseveración que realiza Forero⁵¹ coloca en las manos del consumidor la responsabilidad de transformar los actuales modelos de producción alimentaria, centrados en el beneficio económico de unos cuantos.

El consumo es un acto primordialmente político, una posición que determina significados en lo que somos y lo que creemos que debemos ser; evidentemente este “deber ser” es impuesto por el mismo consumo. Ningún tipo de consumo es apolítico o inofensivo ya que al consumir determinados productos lo que se intenta es configurar al ser social en una figura determinada intencionalmente⁵².

Revertir el efecto creado por el modelo alimentario hegemónico es una tarea que nos corresponde a todos. De igual forma debemos liberarnos de los estereotipos creados por distintos medios que promueven el consumismo, cuestionar sobre la verdadera necesidad de adquirir y pagar el precio de un producto, saber cómo está hecho, de dónde proviene, cómo está producido o elaborado, cuál ha sido el costo social y ambiental y si en realidad nutre o va a perjudicar nuestra salud. Lo anterior es un proceso de concientización que en definitiva debe configurar el concepto de *gastronomía sostenible*, sea doméstica o social.

⁵¹ Cfr. Lina Forero, op. cit., p.25.

⁵² *ibid.* p. 26.

Referencias

- Acosta Márquez, Eliana, “Cuando el maíz es *Itekontlakuali*: el ‘dueño de la comida’. Un acercamiento a la economía ritual de los nahuas de Pahuatlán, Puebla”. *Cuicuilco, Revista De Ciencias Antropológicas*, 21, 60, (2014). [En línea]: <https://bit.ly/38YJXQ7> [Consulta: 20 de junio, 2021], pp. 223-238.
- Bracamontes, Luis A., *Entre permanecer y transformar: viabilidad económica y social de una red alimentaria alternativa en la Ciudad de México*. Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Xochimilco, 2019, pp. 64. [Tesis de maestría]. [En línea]: <https://bit.ly/3xH0jr4> [Consulta: 21 de julio, 2021].
- Buitrago Betancourt, Susana y Diego Armando Chitiva, *La gastronomía sostenible como factor de mejoramiento de la cadena de suministro del sector gastronómico en Bogotá, Colombia*. Universidad Externado de Colombia, 2017. [Tesis de maestría]. [En línea]: <https://bit.ly/3xJQPeh> [Consulta: 12 de julio, 2021].
- Butrón, Inés, “La incómoda realidad. Repensando el término Gastronomía”. *The Foodies studies*. (12 de septiembre 2020). [En línea]: <https://bit.ly/3rLZPFk> [Consulta: 20 de junio, 2021].
- Cevallos Suarez, Marco, et al., “Desarrollo de sistemas de producción agroecológica: Dimensiones e indicadores para su estudio”. *Revista de Ciencias Sociales*, xxv, 3 (2019). (Julio-Septiembre, 2019), [En línea]: <https://bit.ly/3EFu1yf>
- Department of Economic and Social Affairs Population Division, United Nations, *World Population Prospects 2019. Highlights*, New York, United Nations. [En línea]: <https://bit.ly/37DMhvF> [Consulta: 10 de junio, 2021].
- Departamento de Asuntos Económicos y Sociales, Pueblos Indígenas, Organización de las Naciones Unidas (ONU). [En línea]: <https://bit.ly/39cmcEsl>
- Diccionario de la Lengua Española (DLE), Edición Tricentenario, 2020. [En línea]: <https://bit.ly/38e48sS>
- Espinosa, Carmen, “¿Qué es la alimentación sostenible y saludable?” *Salud con Ciencia, Blog de los Estudios de ciencias de la Salud de la Universitat Oberta de Catalunya (uoc)*, 2019. [En línea]: <https://bit.ly/3K7sYba> [Consulta: 28 de junio, 2021], s/p.
- FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF. *El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2019. Protegerse frente a la desaceleración y el debilitamiento de la economía*. Roma. [En línea]: <https://bit.ly/3Ou1pMF> [Consulta: 19 de julio, 2021].
- Finnegan, Amy C. y Susan G. Hackley. “La negociación y la acción no violenta: Interactuando en el universo del conflicto”. *Harvard Law School Negotiation’s Journal*, (2008), p. 4. [En línea]: <https://bit.ly/3xJ25ba>
- Forero, Lina, *El consumo responsable: Un acto político en defensa de la soberanía alimentaria. Semillas* 38/39, (Marzo 2009). [En línea]: <https://bit.ly/3K5iKbh> [Consulta: 20 de junio, 2021], p. 25.

- Hernández-Ramírez, Javier, "Cuando la alimentación se convierte en gastronomía. Procesos de activación patrimonial de tradiciones alimentarias". *Cultura-Hombre-Sociedad (CUNSO)*. Universidad de Sevilla, España, 28, 1, (2018). [En línea]: <https://bit.ly/3OsjFpM> [Consulta: 20 de junio, 2021], pp. 155.
- Ivars, Jorge Daniel, "¿Recursos naturales o bienes comunes naturales?: Algunas reflexiones". *Papeles de Trabajo*, 26, 12, (2013). Centro de Estudios Interdisciplinarios en Etnolingüística y Antropología Socio-Cultural. [En línea]: <https://bit.ly/3EGlLxD> [Consulta: el 12 de mayo, 2021], pp. 88-97.
- Micarelli, Giovanna, "Soberanía alimentaria y otras soberanías: el valor de los bienes comunes". *Revista Colombiana de Antropología*. Instituto Colombiano de Antropología e Historia, Colombia 54, 2, (2018). [En línea]: <https://bit.ly/36Crfgn> [Consulta: 20 de junio, 2021], p. 123.
- Organización de las Naciones Unidas, México, *Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)*. [En línea]: <https://bit.ly/37Efzub>
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la agricultura (FAO), *Seguridad alimentaria de los hogares y nutrición de la comunidad. Nutrición y protección del consumidor*. 2010. [En línea]: <https://bit.ly/38hC9c4> [Consulta: 18 de junio, 2021].
- _____, *Seguridad Alimentaria Nutricional, Conceptos Básicos*. 2011. [En línea]: <https://bit.ly/3rOm2cL> [Consulta: 1 de junio, 2021].
- _____, *The hunger project. Conoce el mundo donde vives*. 2013. [En línea]: <https://bit.ly/3xMiStT> [Consulta: 18 de junio, 2021].
- Panchi, Virginia, et al., *Proyecto Gestión de la gastronomía sostenible. Prácticas de consumo responsable desde la soberanía alimentaria*. (Documento sin publicar), Cuerpo Académico Calidad de Vida y Decrecimiento y la Red Internacional Transdisciplinaria para la Educación e Investigación en Soberanía Alimentaria. Diálogos para la cooperación entre Universidad y Comunidad (RITEISA), del Instituto de Estudios sobre la Universidad. Universidad Autónoma del Estado de México, vigencia enero 2021-enero 2022.
- Ribeiro, Silvia, *En busca de la autonomía y la soberanía alimentaria*, 2007. [En línea]: <https://bit.ly/3Mo01JB> [Consulta: 17 de julio, 2021].
- Varela, Gregorio, *Libro Blanco de la Nutrición en España*. Fundación española de nutrición (FEN), Madrid, 2013. [En línea]: <https://bit.ly/3EFbFgP> [Consulta: 18 de junio, 2021].

CAPÍTULO 6

Alimentación vegetariana como un acto socialmente responsable

Paola Ariselda Sánchez Reyna

Presentación

Ser vegetariano no implica sólo asumir una alimentación saludable, sino también asegurar que la obtención de la comida no provoque daño a otros seres o a la comunidad; supone la práctica de una filosofía de vida compasiva. Llevar una alimentación vegetariana responsable no conlleva el deseo de vivir por más tiempo, sino que el tiempo que se viva sea de calidad.

El término *vegano* fue acuñado en 1945 en Gran Bretaña por Vegan Society, para designar a aquellas personas que evitan utilizar productos de origen animal ya sea para alimentarse, para vestirse o para otros fines. Vegano es una abreviación de la palabra *vegetariano*. Ambas proceden de la misma raíz latina *vegetus*, que significa *completo, sano, fresco, lleno de vida*¹.

Los países occidentales han aumentado considerablemente el número de personas que se adhieren a una dieta vegetariana para mejorar su salud o para defender los derechos de los animales, entre otras razones.

La sociedad y la cultura juegan un papel muy importante en las elecciones de las personas sobre sus alimentos, debido a que la sociedad amolda la forma de alimentación de la persona, por lo que los hábitos saludables deben ser adquiridos desde la niñez, y conservados a lo largo de la vida. La influencia social juega un papel predominante en la forma de alimentarse y crea una relación entre persona-alimento, que es vista más allá del simple hecho de comer, por lo que alimentarse no es sólo una ciencia, sino también otra forma de identificarse ante la sociedad².

¹ The Vegan society, "Definition of veganism". *The Vegan Society. One world. Many lives. Our Choice*. [En línea]: <https://bit.ly/38cfyNV> [Consulta: 12 de agosto, 2021].

² Cfr., Nicolás Cartagena y Nicolás Gamboa, *Alternativa de alimentación vegetariana para deportistas*. UNAB, Colombia, 2020.

En este capítulo se identificarán los aspectos éticos, nutricionales, ambientales, culturales y de salud asociados a la alimentación considerada vegetariana. Los temas a abordar son: tipos de alimentación vegetariana, la ética enfocada hacia la compasión hacia los animales, la protección del medio ambiente, las influencias de las creencias culturales y religiosas en torno al veganismo y finalmente, se aborda el tema de la salud y las enfermedades, en relación con la alimentación.

1. Tipos de alimentación vegetariana

Una dieta vegetariana se define por la exclusión de toda clase de carnes en los hábitos de ingesta de alimentos de una persona y se inspira, básicamente, en alimentos de procedencia vegetal. Asimismo, puede cubrir el requerimiento de todos los nutrientes necesarios para el cuerpo humano, siempre y cuando se realice en forma balanceada, según sea necesario³.

Debido a que este tipo de dietas se definen por los alimentos que excluyen, los alimentos incluidos en las dietas vegetarianas varían sustancialmente según el contexto local. Las dietas vegetarianas tienen patrones que pueden ser bastante diversos, debido a la variedad de opciones de alimentos disponibles y los diferentes factores que motivan a las personas a adoptarlas. Una dieta vegetariana bien planificada que contiene verduras, frutas, granos enteros, legumbres, nueces y semillas puede proporcionar una nutrición adecuada. En general, las dietas vegetarianas carecen de alimentos cárnicos (como carne, aves, caza silvestre, mariscos y sus productos)^{4, 5}.

Existen diferentes tipos de dietas vegetarianas, las cuales se diferencian dependiendo de la ingesta de ciertos alimentos, tal como se muestra en la Tabla Número 1.

³ Cfr., María Molina y África Paz, "Prácticas dietéticas vegetarianas. Implicaciones nutricionales". *OFFARM*, 27, 9, (Octubre 2008). [En línea]: <https://bit.ly/36lHOHx> [Consulta: 7 de septiembre, 2021], pp. 80-86.

⁴ Cfr., Vesanto Melina, et al., "Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: Vegetarian Diets". *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 116, 12, (2016), pp. 1970-1980.

⁵ Cfr., Paul N. Appleby y Timothy J. Key, "The long-term health of vegetarians and vegans". *Proceedings of the Nutrition Society*, 75, 3, (2016), pp. 287-293.

TABLA NÚMERO 1. DIETAS VEGETARIANAS

Tipo de dieta	Descripción
Lacto-vegetariana	Esta dieta excluye la carne roja, el pollo, el pescado, los productos marinos y los huevos, aunque permite el consumo de verduras, frutas, granos enteros, legumbres, nueces y semillas, lácteos como la leche, el yogurt o la mantequilla.
Ovo-vegetariana	Esta dieta elimina la carne roja, el pollo, el pescado, los productos marinos y los lácteos como el yogurt, la leche o la mantequilla, pero acepta verduras, frutas, granos enteros, legumbres, nueces, semillas y productos elaborados a base de huevo y lácteos.
Pescatariana	Esta dieta se basa en verduras, frutas, granos enteros, legumbres, nueces y semillas, aunque excluye lácteos, huevos, pollo, carne roja, pero permite la ingesta de pescados y comida de mar.
Ovolactovegetariana	En esta dieta se elimina la carne roja, el pollo, el pescado y los productos de mar, pero admite verduras, frutas, granos enteros, legumbres, nueces, semillas y productos elaborados a base de huevo y lácteos; es la dieta más flexible.
Vegana	Esta dieta se basa en verduras, frutas, granos enteros, legumbres, nueces y semillas. Se caracteriza por la eliminación completa de alimentos o derivados de origen animal, incluso miel de abejas.
Vegana basada en alimentos crudos	Este tipo de dieta se basa en verduras, frutas, nueces y semillas, legumbres y granos germinados. La cantidad de alimentos crudos varía del 75% al 100%.

Fuente: Elaboración propia, basada en la revisión de Sutapa Agrawal et al.,⁶ Vesanto Melina et al.,⁷ Paul N. Appleby et al.⁸ y Serena Tonstad et al.⁹

2. ¿Por qué se debería llevar una dieta vegetariana y ser socialmente responsable?

Algunas ventajas que las dietas vegetarianas tienen para la salud es que favorecen conservar un peso corporal normal y reducen los riesgos de enfermedades crónicas gracias a la alta ingesta de frutas, vegetales, alimentos integrales y baja ingesta de grasas saturadas. La razón por la cual se adopta esta clase de dieta difiere con la edad. La juventud adopta este patrón de ingesta de alimentos como una forma de establecer una identidad, por causas sociales a favor del medio ambiente o por compasión hacia los

⁶ Cfr., Sutapa Agrawal, et al., "Type of vegetarian diet, obesity and diabetes in adult Indian population". *Nutrition Journal*, 5, (2014), pp. 1-18.

⁷ Cfr., Vesanto Melina, et al., *op. cit.*

⁸ Cfr., Paul N. Appleby y Timothy J. Key, *op. cit.*

⁹ Cfr., Serena Tonstad, et al., "Type of vegetarian diet, body weight, and prevalence of type 2 diabetes". *Diabetes Care*, 32, 5, (2009), pp. 791-796.

animales, a diferencia de los adultos que siguen este tipo de dieta para mejorar su salud¹⁰.

Entre los motivos para elegir una alimentación vegetariana destacan:

- Ética: compasión hacia los animales.
- El deseo de proteger el ambiente.
- Creencias culturales y religiosas.
- Enfermedades y salud en relación con la alimentación^{11, 12}.

3. Ética: compasión hacia los animales

El vegetarianismo se considera una alternativa ética porque adopta una postura comprometida con los derechos humanos, los derechos de los animales, el ambiente y el hambre en el mundo. Al elegir la dieta vegana somos responsables de administrar los recursos que nos ofrece la Tierra y de promover la convivencia con otros seres de este planeta.

El veganismo no es sólo una cuestión de dieta. Su adopción facilita una armonía social basada en la no violencia, postura que afortunadamente cada vez más gente asume.

Los vegetarianos evitan matar, dañar y explotar animales, asimismo evitan consumir y depender de productos derivados que no son adecuados para nuestras necesidades físicas y mentales, ya que mantienen buenos niveles de salud y bienestar físico, emocional, mental y espiritual.

La organización de derechos de animales a nivel mundial People for the Ethical Treatment of Animals (PETA), promueve una dieta vegana saludable y muestra las alternativas para consumir productos libres de crueldad, de igual forma, difunden lo que pasa detrás de un laboratorio o una granja de animales, donde:

¹⁰ Cfr., Daniela Rojas, et al., "Ventajas y desventajas nutricionales de ser vegano o vegetariano". *Revista Chilena de Nutrición*, 44, 3, (2017), pp. 218-225.

¹¹ Cfr., Patricia A. Dyett, et al., "Vegan lifestyle behaviors: an exploration of congruence with health-related beliefs and assessed health indices". *Appetite*, 67, (2013), pp. 119-24.

¹² Cfr., Jokin Irala-Estévez, et al., "A systematic review of socio-economic differences in food habits in Europe: consumption of fruit and vegetables". *European Journal of Clinical Nutrition*, 54, 9, (2000), pp. 706-14.

[...] cada año, más de 27 000 millones de animales son sacrificados para alimento. Los animales en granjas industriales son tratados como máquinas para producir carne, leche y huevos. A los pollos se les remueven los picos con una cuchilla caliente mientras que los machos de cerdos y ganado bovino son castrados sin ningún tipo de anestesia. Los cerdos, pavos y pollos de estas granjas viven sus cortas vidas en oscuros y abarrotados galpones sin ventanas¹³.

Lo anterior es realmente lamentable porque la mayoría de la población que consume productos de origen animal no está enterada o no tiene consciencia del maltrato que sufren los animales antes de llegar a su mesa, de lo contrario podrían entender el sufrimiento al que los animales son sometidos y no seguirían consumiendo un producto resultado del cruel maltrato.

Como población desconocemos de dónde provienen los productos que consumimos, o no es de nuestro interés, las personas que optan por un consumo de productos de origen animal ignoran cómo viven los animales en las granjas: bajo condiciones deplorables y estrechas.

Es frecuente que muchos de ellos se encuentren tan apretados que no puedan voltearse ni extender una sola de sus alas; atascados, además, en sus propios excrementos, y con el hedor del amoníaco inundando. Muchos de estos animales mueren en el camino y otros se encuentran demasiado enfermos o débiles para salir del camión al llegar al matadero. Aquellos que sobreviven a esta terrible y traumática experiencia son colgados patas arriba y sus gargantas son degolladas mientras aún están conscientes, situación que se da con frecuencia¹⁴.

Llevar un estilo de vida vegana contempla el respeto que debemos tener hacia los animales, y nos hace entender que la forma en que mostramos compasión hacia ellos es dejarlos libres en su medio; ser parte de una cultura sin crueldad no sólo cambia la manera como tratamos a los animales, también nos convierte en personas respetuosas que ayudan al planeta, y nos lleva a dar un paso más en el crecimiento personal y espiritual.

En cuestión ética, si bien no todos los tipos de dietas vegetarianas son libres de productos de origen animal, las personas que optan por alguna de estas formas de alimentación tienen una consciencia de respeto hacia los animales,

¹³ PETA Latino, "Vivir Vegano". [En línea]: <https://bit.ly/3vdeRgw> [Consulta: 12 de agosto, 2021].

¹⁴ *idem*.

ya que buscan consumir productos que no provengan de granjas industriales. Paradójicamente, una práctica así:

[...] puede parecer una solución parcial e inconsistente. No obstante, hacerse ovolactovegetariano ya es dar un gran paso. El término genérico vegetariano engloba a todos los enfoques dentro de esta forma de ver las cosas. Cualquier paso hacia el veganismo, por pequeño que sea, es positivo para el propio bienestar de las personas y el de los animales¹⁵.

Finalmente, adoptar una dieta vegetariana es éticamente responsable, porque está comprobado que se puede llevar una vida completamente sana consumiendo productos libres de crueldad, eligiendo tener respeto y compasión hacia los animales para que tengan una mejor calidad de vida.

4. Deseo de proteger el ambiente

Uno de los grandes desafíos de este siglo será proporcionar una dieta saludable a una población mundial en crecimiento, que sea equitativa y sostenible y que, además, ayude a erradicar el hambre, el sobrepeso y la obesidad.

Los diferentes estilos de alimentación en el ser humano han sido objeto de investigación de las ciencias ambientales en los últimos años debido al impacto ocasionado al ambiente. Podríamos pensar que el daño en el ambiente puede ser propiciado por el aumento de producción de automóviles, el exceso de fábricas o la excesiva maquila de ropa de moda, pero no es sólo eso, también la alimentación omnívora ocasiona un efecto en el cambio climático.

De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura (ONUAA), debido al crecimiento demográfico, existe una preocupación de cómo alimentar a la población mundial en las próximas décadas, por lo que sugieren adoptar una alimentación más eficiente, como la dieta vegetariana. Podemos decir que una dieta ovolactovegetariana es más sustentable en términos de uso de energía, tierra y agua, en comparación con una dieta omnívora¹⁶.

¹⁵ Cfr., David Román y Estrella Vilaplana, *La diética ética: ética y diética del veganismo*. Grupo Editorial el Vegetariano, España, 2002.

¹⁶ Cfr., Pablo Brocos y María del Pilar Jiménez, "El impacto ambiental de la alimentación: argumentos de alumnado de Magisterio y Secundaria". *Enseñanza de las Ciencias*, 38, 1, (2020), pp. 127-145.

Encontramos también una gran contaminación ambiental causada por las granjas industriales, las cuales hacen uso excesivo de los recursos y ecosistemas del planeta; destinan cantidades desmesuradas de agua para la ganadería debido a la creciente demanda de productos animales de los países no occidentales; en este sentido, optar por una dieta rica en vegetales y libre de productos de origen animal no sólo se convierte en una necesidad básica, si no en factor urgente para que el uso de los recursos sea más eficiente¹⁷.

PETA es clara al informar a la población sobre el impacto nocivo que tiene para el ambiente el hecho de consumir carne; el ser humano no tiene control sobre esto y no le importa que la crianza industrializada de animales esté contaminando el agua que consumimos, además de que los excrementos que generan emiten gases asociados con el efecto invernadero.

Los bosques son arrasados para instalar granjas industriales o para sembrar alimentos para animales de granja; toda esta destrucción provoca la erosión del suelo e influye en la extinción de especies silvestres y pérdida del hábitat. La crianza de animales para alimentación también requiere enormes cantidades de materia prima pues los animales de granja consumen 70% del maíz, trigo y otros granos que cultivamos por lo que de acuerdo con las Naciones Unidas la transición hacia una alimentación vegana es necesaria para reducir los peores efectos del cambio climático¹⁸.

Urge, por tanto, que la población reduzca o elimine de su alimentación los productos de origen animal, además de buscar opciones viables que no destruyan el ambiente, tales como el consumo de los productos agroecológicos.

Se ha demostrado que: “la ganadería es responsable del 80% de la tierra utilizada en la producción de alimentos y del 18% de las emisiones de gases de efecto invernadero”¹⁹. Se estima que para el 2050 habrá un aumento del 80% en las emisiones de gases de efecto invernadero, como consecuencia de la producción de alimentos y sobreexplotación de tierras en el planeta, debido a que actualmente existe un aumento constante de la urbanización. Indirectamente se está promoviendo una transición dietética mundial negativa, que reemplaza una dieta tradicional por dietas altamente peligrosas, que integran alimentos procesados como azúcares y grasas refinadas, aceites y carnes.

¹⁷ Cfr., Davy Vanham, et al., “The water footprint of the EU for different diets”. *Ecological Indicators*, 32, (2013), pp. 1-8.

¹⁸ Cfr. PETA Latino, *op. cit.*

¹⁹ Pablo Brocos y María del Pilar Jiménez, *op. cit.*

Considerar las dietas vegetarianas como una alternativa de alimentación para la población del mundo, podría disminuir las emisiones de gases de efecto invernadero agrícolas mundiales, así como reducir la tala de tierras y la extinción de especies. Elegir regímenes vegetarianos de alimentación podría ser una solución para el ambiente. Si bien es cierto que esto representa un gran desafío, también es una enorme oportunidad para detener el deterioro ambiental que nuestros hábitos están ocasionando²⁰.

Desde la investigación en ciencias ambientales se señala la conveniencia de promover una alimentación con mayor proporción de productos vegetales asociada a ventajas ambientales, de salud y en la lucha contra el hambre, lo que se corresponde con los objetivos de la educación para el desarrollo sostenible de la UNESCO ²¹.

En conclusión, se puede ser socialmente responsable al asumir las dietas vegetarianas porque son una elección consciente que prioriza el cuidado del ambiente. Consumir menos productos animales puede llegar a disminuir los efectos del cambio climático, además de los beneficios que se asocian a este tipo de alimentación; no obstante, la transición al cambio de paradigma dominante respecto al consumo de alimentos se determina por la influencia de factores culturales y creencias religiosas.

5. Creencias culturales y religiosas

La cultura alimenticia está notablemente condicionada en las personas creyentes de alguna religión. Es de gran importancia observar cómo las diferentes religiones establecen recomendaciones con lo que está permitido o prohibido en cuanto al consumo alimentario.

Es necesario entender el rol que juegan los factores ideológicos, debido a que en las diferentes religiones se aprueban o rechazan ciertos alimentos, lo cual representa una conducta cultural y social distintiva en los diversos estereotipos religiosos; al respecto, conviene aclarar que la ingesta de alimentos basados en las creencias religiosas, no incluyen los requerimientos nutricionales diarios.

²⁰ Cfr., David Tilman y Michael Clark, "Global diets link environmental sustainability and human health". *Nature*, 515, (2014), pp. 518-522.

²¹ Cfr. Pablo Brocos y María del Pilar Jiménez, *op. cit.*

La mayoría de las religiones tienen ciertos principios que indican los alimentos que no pueden comer sus practicantes, así como los que están permitidos en algunas fechas importantes o por temporadas del año, el ayuno es un claro ejemplo²². Existen diferentes religiones que restringen el consumo de ciertos productos de origen animal, algunas se exponen a continuación.

5.1. El judaísmo

Junto al cristianismo y el islamismo, el judaísmo es una de las tres religiones monoteístas con más practicantes en el mundo. La religión judía mantiene normas con parámetros estrictos que establecen el comportamiento de sus seguidores, entre ellos se hace referencia a la alimentación.

Al considerarse el pueblo elegido por Dios, la mayoría de los judíos creen que su deber sagrado es respetar el cumplimiento de sus reglas alimenticias llamadas Principios *Kosher* (en hebreo, *kashrut*). La certificación *Kosher* contiene regulaciones que rigen la carne, el pescado y los productos lácteos. Los únicos animales permitidos para el consumo de los judíos son los que mastican su bolo alimenticio y tienen pezuñas hendidas. Esto quiere decir que la carne de cerdo y liebres, entre otros, está prohibida. La carne de pollo, pavo, pato y ganso se puede consumir, al igual que los peces con aletas y escamas, sin embargo todos los mariscos están prohibidos²³. Si los judíos dudan de que algún alimento tenga la certificación *Kosher* prefieren no consumirlo, antes que incumplir con las reglas. En la creencia judía, fue Dios quien dio al pueblo estas leyes que han regido su alimentación.

Aunque el judaísmo no es una religión que prohíbe por completo los alimentos de origen animal, es muy específica en sus restricciones. Lo importante en ella son los ayunos cortos o largos que practican en algunas temporadas. Son siete los días que están establecidos como ayunos a lo largo del año: cinco son menores (12 horas) y dos días son mayores (25 horas). Los ayunos están basados en su calendario, representan el duelo y reflexión acerca de las calamidades y desgracias que acontecieron a sus antepasados; en tales fechas no consumen ningún tipo de alimento de origen animal, lo que favorece su espiritualidad y su salud²⁴.

²² Cfr., María José Guzmán, "Diversidad alimenticia según las prescripciones religiosas". *Ilu, Revista de Ciencias de las Religiones*. 23, (2018), pp. 191-216.

²³ Cfr., María José Guzmán, *op. cit.*

²⁴ Cfr., *ibid.*

5.2. El hinduismo

Es la religión mayoritaria de los habitantes de India, aunque su origen es muy antiguo sigue vigente hasta la fecha. Entre sus restricciones alimenticias, la más estricta es no comer carne de vaca, por considerarla un animal sagrado. No prohíben el consumo de otros tipos de carne, sin embargo, comerla iría en contra de sus creencias espirituales, por lo que prefieren no hacerlo.

Los hindúes evitan dañar o matar a un animal porque tienen la creencia de que en ese animal se podría encontrar el alma de un familiar que ha fallecido, porque su fe acepta la reencarnación. Piensan que al comer carne dañarían a un ser sensible. Por estos motivos en esta religión se favorece el vegetarianismo; por otro lado, la mayoría de los hindúes no están de acuerdo en comer huevo porque consideran que tienen vida. El 70% de la población mundial vegetariana es de este país²⁵, por lo que puede asociarse, en este orden de ideas, con sus creencias religiosas.

5.3. El budismo

Esta religión surgió a partir de los preceptos de Siddhartha Gauthama, Buda. La mayoría de sus fieles son vegetarianos debido que respetan la vida animal, a pesar de que Buda no incluyó ninguna regla al respecto.

La religión prohíbe el tabaco, alcohol, café y todo lo que pueda ocasionar dependencia. Los budistas deben disipar todo deseo interior, su mayor fin es conseguir el Nirvana o la perfección. Aunque no comer carne no es una regla, para los budistas la ingesta de ésta retrasa la llegada al Nirvana, además fomentan el ayuno en días específicos y los monjes budistas no pueden comer alimentos sólidos después del mediodía²⁶.

5.4. El jainismo

Esta religión es de India y considera el vegetarianismo como un estilo de vida que tiene su origen en la concepción de la compasión por los seres vivos y la práctica de la no violencia o *Ahimsa*²⁷.

.....
²⁵ Cfr., *idem*.

²⁶ Cfr., *idem*.

²⁷ Cfr., Roberto Marín, "El Jainismo: doctrina heterodoxa de la India. Estudio sobre su contribución al desarrollo religioso y cultural de la India (Parte a)". *Revista de Humanidades: Tecnológico de*

Los jainistas creen en el karma, lo que les impide matar a cualquier ser vivo, pues hacerlo imposibilita conseguir la liberación del alma de los procesos de la reencarnación. La no violencia de Gandhi está basada en la práctica jaina.

5.5. El cristianismo

Es la más conocida de todas las religiones en el mundo y presenta varias subdivisiones. En cada una de ellas es posible encontrar distintos puntos de vista con relación a la alimentación vegetariana. Algunos ejemplos son:

- Cristianos ortodoxos: en este tipo de religión no se permite consumir productos de origen animal, incluidos aquellos derivados de los lácteos.
- Protestantes: en esta religión se encuentra la Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días o mormones, quienes recomiendan medida en el consumo de la carne y sus productos derivados.
- Los Adventistas del Séptimo Día: en esta religión piden llevar una dieta vegetariana por lo que la mayoría de sus practicantes son ovolactovegetarianos.
- Católicos Romanos: esta religión es de las más permisivas con el consumo de carne, sin embargo, sugieren evitar su consumo los viernes del periodo de cuaresma, aunque en ese tiempo permiten que se consuma pescado o alimentos del mar²⁸.

Este factor de creencias culturales y religiosas, más allá de ser considerado una norma de vida, en la actualidad se asume como costumbre y si se infringe no afecta a la persona, sin embargo, hace algunas décadas la sociedad se sentía con el derecho de castigar a quien no cumplía con los preceptos establecidos.

La alimentación es parte primordial en todos los tipos de religiones. Aunque algunas son más restrictivas que otras, cada una pretende conseguir la salvación o la mejora de la espiritualidad, sin embargo, las creencias deberían adaptar sus normas referentes a la alimentación según los cambios culturales, económicos y sociales, para que sus creyentes no las quebranten.

.....
Monterrey, 11, (2001), pp. 137-165.

²⁸ Cfr., María José Guzmán, *op. cit.*

6. Enfermedades y salud en relación con la alimentación

Según la Asociación Americana de Dietética (ADA), una dieta vegetariana ayuda al tratamiento de enfermedades crónicas, siempre y cuando ésta cumpla con los requerimientos nutricionales diarios^{29, 30}. Algunas de las enfermedades crónicas como el cáncer, la diabetes *mellitus* y la enfermedad cardiovascular aumentan la tasa de morbimortalidad en la población³¹.

Los beneficios para la salud de las dietas vegetarianas incluyen un bajo riesgo de hipertensión, diabetes tipo 2 y ciertos tipos de cáncer, asimismo mejoran el índice de masa corporal y reducen la mortalidad por enfermedad isquémica cardíaca. Aunque la biodisponibilidad de nutrientes se compromete con el consumo de dietas sin carne cuando no se lleva una dieta balanceada. La nutrición vegetariana o vegana puede influir en los procesos inflamatorios, reduciendo el riesgo de enfermedades crónicas, como en los casos de enfermedades cardiovasculares y diabetes *mellitus*^{32, 33}.

6.1. Enfermedad cardiovascular

La enfermedad cardiovascular es responsable del 46% de las muertes por enfermedades no transmisibles. Si queremos prevenirla, las opciones de estilo de vida saludable pueden reducir el riesgo de infarto al miocardio en más del 80%, para ello la nutrición es un factor clave.

Los patrones dietéticos vegetarianos reducen la mortalidad por enfermedades cardiovasculares y el riesgo de enfermedad coronaria en un 40%. Las dietas vegetarianas son el único patrón dietético que ha mostrado una reversión de la enfermedad coronaria. Además, la evidencia sugiere beneficios de los patrones dietéticos vegetarianos tanto en la prevención como en el tratamiento de la insuficiencia cardíaca y la enfermedad cerebrovascular.

²⁹ Cfr., Winston Craig y Ann Reed Mangels, "Position of the American Dietetic Association: vegetarian diets". *Journal of the American Dietetic Association*, 109, 7, (2009), pp. 1266-1282.

³⁰ Cfr., Winston Craig, "Health effects of vegan diets". *The American Journal of Clinical Nutrition*, 89, 5, (2009), pp. 1627S-1633S.

³¹ Cfr., World Health Organization (WHO), *Global Health Estimates 2019: Life expectancy and leading causes of death and disability*. 2019. [En línea]: <https://bit.ly/39gPSQQ> [Consulta: 12 de agosto, 2021].

³² Cfr., Juliane Menzel, et al., "Associations of a vegan diet with inflammatory biomarkers". *Scientific Reports Nature Research*, 10, 1, (2020), pp. 1-8.

³³ Cfr., Collen A. Venti y Carol S. Johnston, "Modified food guide pyramid for lactovegetarians and vegans". *The Journal of Nutrition*, 132, 5, (2002), pp. 1050-1054.

La alimentación vegetariana está asociada con una presión arterial adecuada, índices bajos de lípidos en sangre, disminución en la agregación plaquetaria, es benéfica para el control de peso, minimiza factores de riesgo en el desarrollo de síndrome metabólico y diabetes, además de que coadyuva en el tratamiento de estas enfermedades.

Las dietas vegetarianas bien planificadas brindan beneficios para prevenir y revertir aterosclerosis y disminuir los factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares, por esta razón deben promoverse pautas y recomendaciones de la dieta vegetariana en sus diversas modalidades³⁴.

6.2. Diabetes *mellitus*

La diabetes mellitus es una enfermedad de origen multifactorial. Se caracteriza por hiperglucemia crónica, asociada con alteraciones en el metabolismo de los carbohidratos, lípidos y proteínas. Esta enfermedad tiene dos clasificaciones: “la diabetes *mellitus* tipo 1 y diabetes *mellitus* tipo 2”^{35, 36} cuyos signos, síntomas y tratamientos son diferentes entre sí.

Es muy conocido que las dietas ricas en alimentos procesados y en grasa animal son un factor de riesgo importante para desarrollar diabetes *mellitus*³⁷. Como ya hemos mencionado, las dietas vegetarianas se caracterizan por la abstinencia de consumo de proteína de origen animal y sus derivados, incluyendo productos del mar como pescados y mariscos. El vegetarianismo tiene un efecto protector contra el sobrepeso porque se evitan importantes grupos de alimentos procesados y saturados de grasas, se disminuye el consumo de calorías y se aumentan grupos de alimentos que son más saciantes^{38, 39}.

En múltiples investigaciones se ha sugerido que la gama de alimentos que se encuentran en las dietas vegetarianas puede tener ventajas metabólicas

³⁴ Cfr., Hana Kahleova, et al., “Vegetarian dietary patterns and cardiovascular disease”. *Progress in Cardiovascular Diseases*, 61, 1, (2018), pp. 54-61.

³⁵ Cfr., Anat Ben-Shlomo y Maria Fleseriu, “Diabetes Mellitus”. *Endocrinology and Metabolism Clinics of North America*, 45, 4, (2016), pp. 13-14.

³⁶ Cfr., Yan Zheng, et al., “Global aetiology and epidemiology of type 2 diabetes mellitus and its complications”. *Nature Reviews Endocrinology*, 14, 2, (2018), pp. 88-98.

³⁷ Cfr., Manuela Neuenschwander, et al., “Role of diet in type 2 diabetes incidence: umbrella review of meta-analyses of prospective observational studies”. *The BMJ*, 366 (2019), pp. 1-19.

³⁸ Cfr., Vesanto Melina, et al., *op. cit.*

³⁹ Cfr., Paul N. Appleby y Timothy J. Key, *op. cit.*

para la prevención de la diabetes *mellitus* tipo 2. Afortunadamente, durante la última década esta dieta ha ganado una importante popularidad, que puede atribuirse a motivaciones éticas, ambientales, creencias culturales, religiosas y el deseo de llevar una vida con hábitos más saludables^{40, 41}.

6.3. Cáncer

Desde Hipócrates, quien enunció que “el alimento debe ser nuestra medicina y la medicina nuestro alimento”, hasta los informes actuales de los expertos de la Organización Mundial de la Salud y de Europa, así como de la Academia de Nutrición y Dietética, se recomienda la dieta equilibrada. El personal de salud sugiere a la población ingerir alimentos ricos en fibra como cereales, hortalizas y frutas frescas.

En enfermedades como el cáncer, la dieta equilibrada no sólo es una indicación para la prevención primaria, sino para la prevención secundaria: para la curación y el tratamiento; para evitar recidivas o metástasis de los tumores, y es clave para mejorar la calidad de vida de las personas^{42, 43}.

La aparición del cáncer se relaciona con la exposición a diferentes factores de riesgo que tienen la posibilidad de influir de manera positiva o negativa, tanto en su incidencia, como en la prevalencia y supervivencia. Los componentes que se asocian de manera negativa incrementan el riesgo de sufrir la enfermedad e inducen a la mortalidad, debido a que potencializan su agresividad, por lo que disminuye la eficacia del sistema inmune, y en consecuencia inciden en la efectividad de los tratamientos.

Existen cuatro factores de riesgo asociados al comportamiento y a la ingesta de alimentos que podrían ser causantes de casi una tercera parte de las muertes por cáncer: a) el índice de masa corporal, b) el consumo insuficiente de frutas y vegetales, c) la falta de actividad física, y d) el consumo de tabaco y alcohol, los cuales pueden ser controlados.

.....
⁴⁰ Cfr., Serena Tonstad, *et al.*, *op. cit.*

⁴¹ Cfr., Jokin Irala-Estévez, *et al.*, *op. cit.*

⁴² Cfr., Pablo Saz-Peiró y Shila Saz-Tejero, “La dieta vegetariana en la prevención y el tratamiento del cáncer”. *Medicina Naturista*, 9, 2, (2015), pp. 11-21.

⁴³ Cfr., Gloria C. Deossa, *et al.*, “Cambios en la alimentación de pacientes con recurrencia de cáncer”. *Revista Cuidarte*, 12, 1, (2021), p. 1148.

El 30% de las causas de cáncer se relacionan con los alimentos. Los sobrevivientes de esta enfermedad tienen que ingerir alimentos sanos. La alimentación saludable, entre otras consideraciones, se refiere al equilibrio en la ingesta de calorías, nutrientes y elementos bioactivos presentes primordialmente en frutas y vegetales y estimula la expresión de los genes que fomentan o previenen el desarrollo del cáncer, por lo tanto, una alimentación saludable es una de las mejores formas para la prevención^{44,45}.

Debido a que los cambios en la alimentación que se realizan son favorables para la salud y están acordes con las recomendaciones emitidas por los expertos para la prevención de esta enfermedad, las personas sobrevivientes de cáncer reducen o eliminan los productos de origen animal ante un nuevo diagnóstico o una recidiva.

6.4. Deseo de llevar una vida con hábitos más saludables

Las personas integran a su estilo de vida diferentes tipos de alimentación, según su elección o preferencia particular. La alimentación omnívora no implica limitaciones en el consumo e incluye a todos los grupos de alimentos, cumple con las leyes de la ingesta alimentaria y permite conservar un buen estado de salud, cubre las necesidades nutricionales para el desarrollo y conservación del organismo y responde a conceptos de suficiencia, equilibrio, diversidad y habituación. En contrapartida, existe la alimentación vegetariana, estilo de vida en el que se excluye a los alimentos de procedencia animal y sus derivados, cuyo rigor depende de la corriente.

Una de las diferencias entre estos estilos de vida es la reducción de la mortalidad en personas que llevan un patrón dietario regido por la alimentación de origen vegetal, a diferencia de quienes prefieren el consumo de carnes. Diversos estudios indican que los vegetarianos presentan una menor mortalidad, lo que se atribuye a componentes involucrados con el estilo de vida, más que a componentes dietéticos^{46, 47}.

.....
⁴⁴ Cfr., Pablo Saz-Peiró y Shila Saz-Tejero, *op. cit.*

⁴⁵ Cfr., Gloria C. Deossa, *et al.*, *op. cit.*

⁴⁶ Cfr., Paul N. Appleby, *et al.*, "Mortality in British vegetarians". *Public Health Nutrition*, 5, 1, (2002), pp. 29-36.

⁴⁷ Cfr., Jenny Chang Claude, *et al.*, "Lifestyle determinants and mortality in German vegetarians and health-conscious persons: results of a 21-year follow-up". *Cancer Epidemiology Biomarkers Prevention*, 14, 4, (2005), pp. 963-968.

Todos los seres humanos desean llevar una vida con hábitos más saludables, pero pocos son quienes buscan un cambio significativo. Una alternativa es el veganismo, que se basa en una filosofía que busca eliminar cualquier tipo de explotación y crueldad hacia los animales que son utilizados para la alimentación, vestimenta o cualquier otro fin, amén de que promueve el desarrollo y uso de alternativas sin animales, en beneficio del ser humano y del ambiente. Si hablamos particularmente de dieta vegetariana nos referimos a la práctica de excluir los productos derivados de los animales de manera total o parcialmente⁴⁸.

La población vegetariana cree que la ingesta de alimentos beneficia a su salud e imagen corporal y la recomiendan; sin embargo, también han sufrido en algún momento críticas o burlas hacia su estilo de vida. En general, la salud de los vegetarianos parece ser buena, pero como en todos los patrones dietéticos se necesita cuidado para asegurar que la dieta sea tan nutritiva y equilibrada como sea posible^{49, 50}.

La salud de los vegetarianos parece ser mejor en comparación con la de quienes consumen productos de origen animal, esto se debe en parte porque tienden a ser más conscientes de la salud que los omnívoros (por ejemplo, al evitar fumar), y también porque tienen dietas en las que evitan el consumo excesivo de grasas. Se ha demostrado que los vegetarianos tienen una menor mortalidad, probablemente porque presentan índices más bajos de lípidos en sangre. Asimismo, las dietas vegetarianas contribuyen a reducir el estrés oxidativo y la inflamación crónica, una dieta bien planificada brinda beneficios para prevenir y revertir la aterosclerosis y disminuir los factores de riesgo de enfermedad cardiovascular.

Reflexiones finales

Ser vegetariano es un estilo de vida que contempla una alimentación saludable, es asegurarnos de que nuestra alimentación no implique dañar a otros seres o al medio ambiente, una filosofía y práctica de la vida compasiva. Cambiar las opciones dietéticas hacia alimentos de origen vegetal es

.....
⁴⁸ Cfr., The Vegan society, *op. cit.*

⁴⁹ Cfr., Erika G. Centurión-Bernal, *et al.*, "Conocimiento, prácticas y actitudes alimentarias de vegetarianos en Paraguay". *Memorias del Instituto de Investigaciones en Ciencias de la Salud*, 16, 1, (2018), pp. 19-25.

⁵⁰ Cfr., Timothy J. Key, *et al.*, "Health effects of vegetarian and vegan diets". *Proceedings of the Nutrition Society*, 65, 1, (2006), pp. 35-41.

un desafío urgente, dado el impacto ambiental de la producción ganadera y la necesidad inminente de reducir las emisiones agrícolas globales de gases de efecto invernadero, la tala de tierras y la extinción de especies.

La mayoría de las creencias religiosas o culturales tienen mandatos que pueden ser restrictivos en la alimentación, algunas religiones optan por el vegetarianismo como una forma de proteger a los seres vivos y otras lo hacen por su fe en la reencarnación, por lo que tratan de no lastimar a almas inocentes, con lo que indirectamente están beneficiando a su salud, su espiritualidad y al medio en el que conviven.

Existen efectos positivos de las dietas vegetarianas para las enfermedades cardiovasculares. Las dietas vegetarianas bien planificadas brindan beneficios para prevenir y revertir la aterosclerosis y disminuir los factores de riesgo de enfermedad cardiovascular.

El ingreso o adaptación a una alimentación vegetariana siempre debe estar acompañado de un profesional de la salud, puesto que las dietas deben ser ajustadas según los requerimientos energéticos y metabólicos de cada una de las personas.

Finalmente, una persona que está comprometida con el impacto que tienen sus decisiones y actividades en la sociedad y el medio ambiente, decide por voluntad llevar un estilo de vida más saludable a través de un comportamiento ético y transparente con la alimentación vegetariana, con ello se favorece no sólo al individuo, sino que también se contribuye a la sociedad y al medio ambiente, porque su proceder se basa en pensar en el Otro; a esta persona se le considera socialmente responsable.

Referencias

- Agrawal, Sutapa, et al., "Type of vegetarian diet, obesity and diabetes in adult Indian population". *Nutrition Journal*, 5, (2014), pp. 1-18.
- Appleby, Paul N., et al., "Mortality in British vegetarians". *Public Health Nutrition*, 5, 1, (2002), pp. 29-36.
- _____ y Timothy J. Key, "The long-term health of vegetarians and vegans". *Proceedings of the Nutrition Society*, 75, 3, (2016), pp. 287-293.
- Ben-Shlomo, Anat y Maria Fleseriu, "Diabetes Mellitus". *Endocrinology and Metabolism Clinics of North America*, 45, 4, (2016), pp. 13-14.
- Brocos, Pablo y María del Pilar Jiménez, "El impacto ambiental de la alimentación: argumentos de alumnado de Magisterio y Secundaria". *Enseñanza de las Ciencias*, 38, 1, (2020), pp. 127-145.
- Cartagena, Nicolás y Nicolás Gamboa, *Alternativa de alimentación vegetariana para deportistas*. UNAB, Colombia, 2020.
- Centurión-Bernal, Erika G., et al., "Conocimiento, prácticas y actitudes alimentarias de vegetarianos en Paraguay". *Memorias del Instituto de Investigaciones en Ciencias de la Salud*, 16, 1, (2018), pp. 19-25.
- Chang Claude, Jenny, et al., "Lifestyle determinants and mortality in German vegetarians and health-conscious persons: results of a 21-year follow-up". *Cancer Epidemiology Biomarkers Prevention*, 14, 4, (2005), pp. 963-968.
- Craig, Winston y Ann Reed Mangels, "Position of the American Dietetic Association: vegetarian diets". *Journal of the American Dietetic Association*, 109, 7, (2009), pp. 1266-1282.
- _____, "Health effects of vegan diets". *The American Journal of Clinical Nutrition*, 89, 5, (2009), pp. 1627S-1633S.
- Deossa, Gloria C., et al., "Cambios en la alimentación de pacientes con recurrencia de cáncer". *Revista Cuidarte*, 12, 1, (2021), p. 1148.
- Dyett, Patricia A., et al., "Vegan lifestyle behaviors: an exploration of congruence with health-related beliefs and assessed health indices". *Appetite*, 67, (2013), pp. 119-24.
- Guzmán, María José, "Diversidad alimenticia según las prescripciones religiosas". *Ilu, Revista de Ciencias de las Religiones*, 23, (2018), pp. 191-216.
- Irala-Estévez, Jokin et al., "A systematic review of socio-economic differences in food habits in Europe: consumption of fruit and vegetables". *European Journal of Clinical Nutrition*, 54, 9, (2000), pp. 706-14.
- Kahleova, Hana, et al., "Vegetarian dietary patterns and cardiovascular disease". *Progress in Cardiovascular Diseases*, 61, 1, (2018), pp. 54-61.
- Key, Timothy J., et al., "Health effects of vegetarian and vegan diets". *Proceedings of the Nutrition Society*, 65, 1, (2006), pp. 35-41.

- Marín, Roberto, "El Jainismo: doctrina heterodoxa de la India. Estudio sobre su contribución al desarrollo religioso y cultural de la India (Parte a)". *Revista de Humanidades: Tecnológico de Monterrey*, 11, (2001), pp. 137-165.
- Menzel, Juliane, et al., "Associations of a vegan diet with inflammatory biomarkers". *Scientific Reports Nature Research*, 10, 1, (2020), pp. 1-8.
- Melina, Vesanto, et al., "Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: Vegetarian Diets". *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 116, 12, (2016), pp. 1970-1980.
- Molina, María y África Paz, "Prácticas dietéticas vegetarianas. Implicaciones nutricionales". *OFFARM*, 27, 9, (Octubre, 2008). [En línea]: <https://bit.ly/36IHOHx> [Consulta: 7 de septiembre, 2021], pp. 80-86.
- Neuenschwander, Manuela, et al., "Role of diet in type 2 diabetes incidence: umbrella review of meta-analyses of prospective observational studies". *The BMJ*, 366 (2019), pp. 1-19.
- PETA Latino, "Vivir Vegano", [En línea]: <https://bit.ly/3vdeRgw> [Consulta: 12 de agosto, 2021].
- Román, David y Estrella Vilaplana, *La diética ética: ética y diética del veganismo*. Grupo Editorial el Vegetariano, España, 2002.
- Rojas, Daniela, et al., "Ventajas y desventajas nutricionales de ser vegano o vegetariano". *Revista Chilena de Nutrición*, 44, 3, (2017), pp. 218-225.
- Saz-Peiró, Pablo y Shila Saz-Tejero, "La dieta vegetariana en la prevención y el tratamiento del cáncer". *Medicina Naturista*, 9, 2, (2015), pp. 11-21.
- The Vegan Society, "Definition of veganism". *The Vegan society*. [En línea]: <https://bit.ly/38cfyNV> [Consulta: 12 de agosto, 2021].
- Tilman, David y Michael Clark, "Global diets link environmental sustainability and human health". *Nature*. 515, (2014), pp. 518-522.
- Tonstad, Serena, et al., "Type of vegetarian diet, body weight, and prevalence of type 2 diabetes". *Diabetes Care*, 32, 5, (2009), pp. 791-796.
- Vanham, Davy, et al., "The water footprint of the EU for different diets". *Ecological Indicators*, 32, (2013), pp. 1-8.
- Venti, Collen A. y Carol S. Johnston, "Modified food guide pyramid for lactovegetarians and vegans". *The Journal of Nutrition*, 132, 5, (2002), pp. 1050-1054.
- World Health Organization (WHO), *Global Health Estimates 2019: Life expectancy and leading causes of death and disability*. World Health Organization, 2019. [En línea]: <https://bit.ly/39gPSQQ> [Consultado el 12 de agosto 2021].
- Zheng, Yan, et al., "Global aetiology and epidemiology of type 2 diabetes mellitus and its complications". *Nature Reviews Endocrinology*, 14, 2, (2018), pp. 88-98.

CONCLUSIONES

Para el avance de la gastronomía sostenible es esencial la gestión responsable de los bienes comunes naturales como el agua y las semillas, a partir de los pilares que la sustentan, dado que son esenciales para que la producción de alimentos como proceso cultural, nutricional, económico, político y social sea posible.

También son importantes los indicadores sociales, económicos y ambientales que desde diferentes actores den cuenta del avance que hay en la gastronomía sostenible y demuestren los caminos construidos hacia cambios sustanciales en la alimentación que permitan recuperar prácticas y saberes ancestrales para descentrarse y actuar responsablemente, de manera que el acto de comer sea *alimentado* desde todos los sentidos y relaciones, en donde el encuentro y *lo común* estén presentes para un uso responsable de los bienes comunes naturales y culturales conforme a su gestión sostenible.

Para ello es necesario cambiar y hacerlo implica luchar contra esquemas establecidos, es preciso remover las resistencias de cómo hacer para consumir alimentos inocuos y sanos; especialmente debemos concebir esta práctica como un acto solidario que implica un beneficio comunitario. Supone acudir a las raíces, conservar las tradiciones, retomar las formas de vivir y pensar, enfocarnos en las prácticas culturales vinculadas con un pensamiento crítico y cuestionador de la realidad hegemónica impuesta por los sistemas económicos prevaecientes y orientados al consumo suntuario, obedientes a un estilo de vida del bienestar comodo.

Se requiere propiciar que la Academia incorpore el diálogo de saberes, integre las necesidades comunitarias a los proyectos educativos y fomente la reflexión para adoptar un comportamiento ético, a fin de lograr un beneficio comunitario e incluyente.

Es necesario promover y divulgar los hallazgos de las investigaciones que se desarrollan en la Universidad, para que puedan multiplicarse y sean visibilizados por la mayor parte de la población, de tal forma que los resultados como los indicadores de la siembra ecológica, indicadores de servicios de alimentos e indicadores para el consumo alimentario responsable y ético (expuestos en este libro), puedan ser herramientas didácticas para quienes quieran empezar una transición hacia la siembra agroecológica y el

consumo sostenible, que les permita acceder a una calidad de vida alimentaria más equitativa, justa e inclusiva.

Lograr impactos importantes en la calidad de vida de la comunidad y del planeta debe ser una contribución desde la UAEM, al apoyar con espacios y con capacitación a los productores agroecológicos locales, a la vez que dichas acciones pueden ser catalizadoras para sensibilizar a la comunidad académica al conocer lo que existe detrás de cada proyecto productivo.

En esta publicación se ha defendido la responsabilidad desde una visión inclusiva ecocéntrica, desde el bienestar local y global de vivir en paz, armonía y gratitud con todas las formas de vida en la Madre Tierra.

En relación con el consumo socialmente responsable, vinculado a la alimentación vegana, se considera que la responsabilidad está asociada a la conciencia de las personas sobre el impacto que tienen sus decisiones de compra tanto en la sociedad, como en el ambiente.

Al decidir adoptar por voluntad propia un estilo de vida más saludable a través de un comportamiento ético, desde la alimentación vegetariana, se puede favorecer no sólo a la salud personal, sino también a la social y a la comunidad de vida.

Asimismo, la gastronomía doméstica sostenible es una respuesta a las prácticas consumistas. Empieza desde lo individual, se extiende al grupo familiar y, de éste, al ámbito social. Ser un consumidor de alimentos responsable desde el ámbito doméstico significa informarse, educarse y tomar acción ante las repercusiones de carácter económico, cultural, social y ambiental que ocasiona nuestro modo de comer.

Dada la urgencia que las *polícrisis* presentan, es insuficiente optar sólo por un cambio en nuestro sistema de valores, se requiere trascenderlos, trabajar por una transformación de la propia visión del mundo, desde el plano personal hasta el planetario a través de diferentes acciones que pueden iniciar desde una gastronomía sostenible, comprometida con la vida dentro de los hogares, las cafeterías universitarias y los mercados locales, hasta los establecimientos cercanos de bebidas y alimentos.

ACERCA DE LOS AUTORES

José Alexander Vásquez Colorado

Docente de la Maestría en Paz, Desarrollo y Ciudadanía de la Corporación Universitaria Minuto de Dios en Bogotá, Colombia. Doctorando en Pedagogía Crítica y Educación Popular, en el Instituto McLaren de Pedagogía Crítica en Ensenada, México. Maestro en Pedagogía Crítica y Proyectos Educativos de esa misma institución y psicólogo por la Universidad Nacional de Colombia. Miembro del Grupo de Investigación Ciudadanía, Paz y Desarrollo, y de la Red Internacional Transdisciplinaria para la Educación e Investigación en Soberanía Alimentaria. Diálogos para la cooperación entre universidad y comunidad (RITEISA). Investigador social, coordinador de proyectos de intervención social, acompañante pedagógico de grupos y dinamizador social comunitario con énfasis en educación comunitaria y atención psicosocial. Centros de interés: transiciones al posdesarrollo, bienes comunes, ciudadanías en resistencia, soberanía alimentaria y educación ambiental.

Virginia Pilar Panchi Vanegas

Es egresada de la Facultad de Turismo de la Universidad Autónoma del Estado de México, con estudios concluidos de Maestría en Investigación Turística. Tiene el grado de doctora en Humanidades con énfasis en ética, por la misma universidad. Es integrante del Cuerpo Académico de Calidad de Vida y Decrecimiento y presta sus servicios como profesora de carrera en el Área de Materiales educativos de la DECYD, con el seguimiento y evaluación del diseño de cursos en línea. Se desempeña también como tutora y asesora de diversas asignaturas del Bachillerato Universitario en la modalidad a distancia. Ha participado en publicaciones con capítulos de libro y artículos sobre Ética y Calidad de Vida. Colabora actualmente como asesora de diseño instruccional en la Licenciatura en Medios alternos y Resolución de Conflictos de la Facultad de Derecho.

Hilda C. Vargas Cancino

Licenciada en Psicología por la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), doctora en Humanidades por la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEM), docente en las Facultades de Ciencias de la Conducta y de Humanidades. Profesora-investigadora de Tiempo Completo, coordinadora del Programa de Estudio Difusión y Divulgación de la No-violencia en el Instituto de Estudios sobre la Universidad de la UAEM. Coordinadora de la Red Internacional Transdisciplinaria sobre Educación e Investigación en Soberanía Alimentaria. Ha publicado libros de manera individual y en coautoría sobre Ética, No-violencia, Decrecimiento, Soberanía Alimentaria y Calidad de Vida (individual, social y planetaria) y Consumo ético. Ha participado en publicaciones con capítulos de libro y artículos en revistas indexadas y arbitradas sobre las mismas temáticas. Desde 2011 escribe y coordina el Boletín mensual *Ahimsa*, en coedición con la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México.

David Eduardo Velázquez Muñoz

Licenciado en Cirujano Dentista, maestro en Educación Ambiental y doctor en Educación Permanente. Es profesor-investigador adscrito a la Facultad de Odontología y responsable del Programa de Protección al Ambiente y de Educación para la No-Violencia Activa. Punto Focal de la Carta de la Tierra en el Estado de México. Sus líneas de investigación abordan el campo de la educación ambiental, la no violencia, la ética para la sustentabilidad y la agroecología desde el ámbito universitario. Entre sus publicaciones se encuentra la coordinación del libro *Educación en consumo ético y agroecológico. Hacia la soberanía alimentaria pro-comunidad de la vida*, así como el artículo "Fair Trade and Ethical, Responsible and Solidary Consumption: A University Educational Proposal". Responsable técnico del proyecto de investigación "Universidad y Educación para el Desarrollo Sostenible: Currículo, gestión ambiental y vinculación comunitaria, desde y con La Carta de la Tierra".

Lucía M. Collado Medina

Es candidata a doctora en Estudios Turísticos en la Universidad Autónoma del Estado de México. Catedrática de la Facultad de Turismo donde es profesora de tiempo completo. Ha desempeñado cargos como coordinadora

de Licenciatura, subdirectora académica, coordinadora de comités curriculares y directora de la Facultad de Turismo y Gastronomía de la UAEM. Responsable institucional en la implementación del Modelo de Innovación Curricular en la Facultad de Turismo y Gastronomía. Instructora en la Dirección de Desarrollo del Personal Académico en diversos cursos en la línea educativa y curricular. Conferencista y ponente con trabajos relacionados a proyectos de investigación en Redes de Aprendizaje para la Formación en Turismo, Modelos de Formación en Turismo e Innovación Curricular. Desempeñó el cargo de Directora de Apoyo Académico a Estudiantes y Egresados de la UAEM. Actualmente se desempeña como investigadora en el Instituto de Estudios Sobre la Universidad de la UAEM, colaborando en el CA Calidad de Vida y Decrecimiento.

Paola Ariselda Sánchez Reyna

Estudió la Licenciatura en Cirujano Dentista, la Maestría en Ciencias Odontológicas y es doctora en Ciencia de Materiales. Se ha actualizado con varios diplomados en diversas áreas y temáticas tales como Estética Adhesiva, Atención a pacientes con enfermedades no crónicas, y recientemente en las aplicaciones de Microsoft TEAMS. Es docente de la Facultad de Odontología de la UAEM en varias unidades de aprendizaje con énfasis en el área de Rehabilitación Dental. Funge como miembro de la Brigada Jade de la Facultad de Odontología desde hace más de 10 años, por lo que ha tenido una actividad sostenida en la aplicación de los principios de la Carta de la Tierra, su difusión y su práctica en diversos proyectos interinstitucionales tales como el Programa de Educación Ambiental para la Sustentabilidad y No-Violencia Activa y actualmente funge como Responsable del Proyecto de Biodiversidad “Arquitectura del Paisaje: Jardines Carta de la Tierra” en la misma Facultad.

**CONSUMO
RESPONSABLE**
Gastronomía sostenible
y soberanía alimentaria

Coordinado por Virginia Pilar Panchi Vanegas
e Hilda C. Vargas Cancino

Se terminó de editar el 17 de junio de 2022.

Departamento de Producción
y Difusión Editorial de la SIEA

Patricia Vega Villavicencio	<i>Coordinación editorial</i>
María de los Ángeles García Moreno	<i>Responsable del proceso de dictaminación</i>
	<i>Análisis e interpretación del sistema antiplagio</i>
Guadalupe del Socorro Álvarez Martínez	<i>Corrección de estilo y ortotipográfica</i>
Hugo Iván González Ortega	<i>Diseño de forros y formación</i>

Por disposición del Reglamento de Acceso Abierto
de la Universidad Autónoma del Estado de México
se publica la versión PDF de este libro
en el Repositorio Institucional de la UAEM.

ISBN 978-607-633-457-7



Este libro presenta diferentes ángulos que muestran la gastronomía sostenible, la agroecología, el consumo responsable y la soberanía alimentaria como ejes detonadores de la calidad de vida humana y planetaria.

